

Spis treści

Wprowadzenie

1. Sport we współczesnym świecie

Henryk Sozański

2. Nauka o sporcie. Teoria sportu. Teoria treningu. Technologia treningu

Henryk Sozański

3. Sport, trening, szkolenie sportowe, współzawodnictwo - kluczowe pojęcia

Henryk Sozański

4. Sport w ujęciu strukturalnym, rodzaje, dyscypliny i konkurencje, kategorie wieku, poziomy zaawansowania

Henryk Sozański

5. System szkolenia sportowego, jego struktura i funkcje

Henryk Sozański, Marcin Siewierski

6. Współzawodnictwo sportowe, funkcje kalendarza imprez, zasady polityki startowej

Janusz Czerwiński, Jakub Grzegorz Adamczyk

7. Sport dzieci i młodzieży, szkolenie sportowe młodocianych, jedność celów edukacyjnych,

wychowawczych i sportowych

Jerzy Sadowski, Marcin Siewierski, Anna Bochenek

8. Sport w szkole - szczególny obszar szkolenia sportowego dzieci i młodzieży

Marcin Siewierski, Henryk Sozański, Jakub Grzegorz Adamczyk

9. Niektóre aspekty treningu sportowego kobiet

Halina Zdebska

10. Podstawy treningu niepełnosprawnych

Jakub Grzegorz Adamczyk, Andrzej Ochal

11. Genetyczne uwarunkowania aktywności ruchowej i treningu sportowego

Cezary Żekanowski

12. Podstawy żywienia w sporcie, suplementy diety

Henryk Kostyra Małgorzata E. Kuśmierczyk

13. Urządzenia techniczne i nowoczesne technologie w sporcie

Włodzimierz Stefan Erdmann

14. Nauka i badania naukowe w sporcie, naukowe wspomaganie treningu

Jerzy Sadowski

15. Społeczne i edukacyjne wartości sportu, edukacja olimpijska

Zofia Żukowska, Ryszard Żukowski

16. Trener merytorycznym kierownikiem procesu szkolenia

Janusz Czerwiński

17. Podstawy zarządzania i marketingu w sporcie

Jolanta Żyśko

Literatura

Streszczenia