

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung .....</b>	<b>15</b>
<b>2</b>	<b>Theoretische Grundlagen .....</b>	<b>19</b>
2.1	Trainingswissenschaftliche Grundlagen.....	20
2.1.1	Differenzierung von Training, Trainingslehre und Trainingswissenschaft .....	21
2.1.2	Gegenstandsbereiche der Trainingswissenschaft.....	26
2.1.3	Anwendungsbereiche der Trainingswissenschaft .....	30
2.1.4	Forschungsstrategien der Trainingswissenschaft .....	35
2.1.5	Einordnung der Arbeit im trainingswissenschaftlichen Kontext.....	36
2.2	Struktur sportlicher Leistungen.....	37
2.3	Spielstrukturen im Basketball.....	42
2.3.1	Spielpositionen im Basketball.....	43
2.3.2	Angriffssysteme .....	45
2.3.3	Verteidigungssysteme.....	47
2.4	Anforderungsprofil im Basketball.....	49
2.4.1	Erklärungsmodelle zum Anforderungsprofil .....	50
2.4.2	Taktische Anforderungen .....	53
2.4.3	Koordinativ-technische Anforderungen .....	53
2.4.4	Konditionelle Anforderungen .....	55
2.4.4.1	Ausdauer.....	56
2.4.4.2	Kraft .....	64
2.4.4.3	Schnelligkeit .....	70
2.4.4.4	Beweglichkeit.....	73
2.4.5	Konstitutionelle Anforderungen .....	74
2.4.5.1	Körpergröße .....	74
2.4.5.2	Körpergewicht .....	76
2.4.5.3	Body Mass Index (BMI) .....	78
2.4.5.4	Körperfettanteil .....	80
2.4.6	Anforderungen hinsichtlich psychischer Dispositionen .....	82

2.4.7	Anforderungen hinsichtlich sozialer Kompetenzen .....	84
2.4.8	Situative Anforderungen .....	85
2.4.9	Zusammenfassende Betrachtung positionsspezifischer Anforderungen.....	86
2.5	Basketballspezifische Kennwerte (Scoutings) .....	88
2.5.1	Kennwerte offensiver Spielhandlungen.....	89
2.5.2	Kennwerte defensiver Spielhandlungen .....	91
2.5.3	Weitere Kennwerte.....	92
2.6	Forschungsstand.....	94
2.7	Zwischenfazit .....	104
2.8	Forschungsfragen und Hypothesenbildung .....	112
2.8.1	Fragestellungen und Hypothesen Guards .....	112
2.8.2	Fragestellungen und Hypothesen Forwards .....	114
2.8.3	Fragestellungen und Hypothesen Centers.....	115
<b>3</b>	<b>Methodische Vorgehensweise.....</b>	<b>119</b>
3.1	Forschungsdesign .....	119
3.2	Stichprobe .....	122
3.3	Datenerhebung .....	123
3.3.1	Messinstrumente .....	124
3.3.1.1	Erfassung der zurückgelegten Wegstrecken .....	124
3.3.1.2	Analyse der Scouting-Ergebnisse.....	129
3.3.2	Gütekriterien der verwendeten Messmethoden .....	130
3.3.2.1	Objektivität .....	130
3.3.2.2	Reliabilität.....	132
3.3.2.3	Validität.....	133
3.3.2.4	Nebengütekriterien.....	134
<b>4</b>	<b>Datenauswertung und Ergebnisse .....</b>	<b>137</b>
4.1	Voraussetzungsüberprüfungen und angewandte statistische Analyseverfahren.....	137
4.1.1	Überprüfung auf Normalverteilung.....	140
4.1.2	Analyse Varianzhomogenität/Homoskedastizität.....	142

4.1.3	Berechnung ANOVAs .....	142
4.1.4	Berechnung Effektgröße partielles Eta-Quadrat ( $\eta^2_p$ ) .....	144
4.1.5	Berechnung Post-hoc-Tests nach Games-Howell respektive GT2 nach Hochberg .....	145
4.1.6	Berechnung ANOVAs mit Fallausschluss und Effektgrößenberechnung .....	145
4.1.7	Erstellung Rangfolge Effektgrößen mit „strengerer“ Signifikanzniveaus .....	145
4.1.8	Berechnung Effektgröße Omega-Quadrat ( $\omega^2$ ) .....	146
4.2	Ergebnisse für die Spielergruppe Guards .....	147
4.2.1	Ergebnisse Anzahl Dreipunkt-Wurf-Versuche .....	148
4.2.2	Ergebnisse Anzahl Dreipunkt-Wurf-Treffer .....	154
4.2.3	Ergebnisse Anzahl geblockter Würfe .....	159
4.2.4	Kurzzusammenfassung der Ergebnisse der Spielergruppe Guards .....	164
4.3	Ergebnisse für die Spielergruppe Forwards .....	165
4.3.1	Ergebnisse Anzahl Zweipunkt-Wurf-Versuche .....	166
4.3.2	Ergebnisse Anzahl Zweipunkt-Wurf-Treffer .....	169
4.3.3	Ergebnisse Gesamtpunktzahl .....	173
4.3.4	Kurzzusammenfassung der Ergebnisse der Spielergruppe Forwards .....	177
4.4	Ergebnisse für die Spielergruppe Centers .....	178
4.4.1	Ergebnisse Anzahl Freiwurf-Versuche .....	179
4.4.2	Ergebnisse Anzahl summierter offensiver und defensiver Rebounds .....	182
4.4.3	Ergebnisse zurückgelegte kumulierte Wegstrecke (m) .....	188
4.4.4	Kurzzusammenfassung der Ergebnisse der Spielergruppe Centers .....	193
4.5	Zusammenschau der Ergebnisse aller Spielergruppen .....	195
4.5.1	Tabellarische Zusammenfassung aller Ergebnisse .....	195
4.5.2	Zusammengefasste Hypothesenüberprüfung .....	198
4.5.3	Weitere Erkenntnisse der Datenanalyse .....	202

<b>5</b>	<b>Interpretation und Diskussion .....</b>	<b>205</b>
5.1	Ergebnisbeurteilung der Spielergruppe Guards.....	205
5.1.1	Ergebnisbeurteilung Anzahl Dreipunkt-Wurf-Versuche .....	205
5.1.2	Ergebnisbeurteilung Anzahl Dreipunkt-Wurf-Treffer .....	209
5.1.3	Ergebnisbeurteilung Anzahl geblockter Würfe .....	213
5.2	Ergebnisbeurteilung der Spielergruppe Forwards .....	216
5.2.1	Ergebnisbeurteilung Anzahl Zweipunkt-Wurf-Versuche .....	216
5.2.2	Ergebnisbeurteilung Anzahl Zweipunkt-Wurf-Treffer .....	220
5.2.3	Ergebnisbeurteilung Gesamtpunktzahl .....	223
5.3	Ergebnisbeurteilung der Spielergruppe Centers .....	226
5.3.1	Ergebnisbeurteilung Anzahl Freiwurf-Versuche.....	226
5.3.2	Ergebnisbeurteilung Anzahl summierter offensiver und defensiver Rebounds .....	229
5.3.3	Ergebnisbeurteilung zurückgelegte kumulierte Wegstrecke (m).....	232
<b>6</b>	<b>Zusammenfassung und Empfehlungen für die Trainingspraxis .....</b>	<b>237</b>
6.1	Trainingsrelevante Empfehlungen für die Guards.....	237
6.2	Trainingsrelevante Empfehlungen für die Forwards .....	242
6.3	Trainingsrelevante Empfehlungen für die Centers .....	246
6.4	Stichprobenspezifische und spielergruppenübergreifende Empfehlungen .....	251
6.5	Empfehlungen für die Aus- und Fortbildung von Trainer*innen .....	256
<b>7</b>	<b>Reflexion .....</b>	<b>261</b>
<b>8</b>	<b>Fazit und Ausblick .....</b>	<b>271</b>
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>281</b>
	<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>295</b>
	<b>Tabellenverzeichnis .....</b>	<b>299</b>
	<b>Abkürzungsverzeichnis .....</b>	<b>303</b>
	<b>Anhang.....</b>	<b>305</b>