

Teze ke zkoušce z psychologie sportu

1. Vývoj sportovní psychologie, současné postavení psychologie sportu
2. Psychologická typologie sportů
3. Struktura osobnosti sportovce
4. Temperament, formy, modifikace, superkompenzace
5. Předpoklady sportovní výkonnosti
6. Etapy sportovního tréninku a výběr talentů pro sport
7. Fáze motorického učení
8. Plató efekt a křivka zapomínání
9. Psychické selhání a aktivační křivka motivace
10. Regulace psychických stavů
11. Modelovaný trénink
12. Předstartovní a startovní stavy
13. Regulační prostředky
14. Duševní hygiena sportovce
15. Asertivita, asertivní chování a jednání
16. Relaxace, principy relaxace
17. Psychometrika a možnosti jejího využití ve sportovní činnosti
18. Aktivita a pasivita ve sportu
19. Psychomotorika a její význam pro sportovce
20. Psychologie zdraví (fitness, wellness, flowe, copingové strategie)
21. Anxiozita ve sportu a negativní emoce (stres, frustrace)
22. Kognitivní a behaviorální postoje v psychologii sportovní činnosti
23. Pozitivní psychologie a sportovní činnost