

## **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. Ontogeneze člověka se vztahem ke sportovní činnosti
6. Předpoklady sportovní výkonnosti
7. Etapy sportovního tréninku a výběr talentů pro sport
8. Fáze motorického učení
9. Plató efekt a křivka zapomínání
10. Psychické selhání a aktivační křivka motivace
11. Psychologická analýza sportovní činnosti
12. Regulace psychických stavů
13. Modelovaný trénink
14. Předstartovní a startovní stavy
15. Regulační prostředky
16. Duševní hygiena sportovce
17. Role trenéra
18. Asertivita, asertivní chování a jednání
19. Výkonová motivace ve sportu, možnosti jejího tréninku
20. Relaxace, principy relaxace
21. Psychometrika a možnosti jejího využití ve sportovní činnosti
22. Aktivita a pasivita ve sportu
23. Psychomotorika a její význam pro sportovce
24. Psychologie koučování
25. Psychologie zdraví (fitness, wellness, flowe, copingové strategie)
26. Anxiozita ve sportu a negativní emoce (stres, frustrace)
27. Kognitivní a behaviorální postoje v psychologii sportovní činnosti
28. Pozitivní psychologie a sportovní činnost