

# INTELLIGENCE: TEORIE, PŘÍSTUPY A APLIKACE VE SPORTU

---

# Úvod: Co je intelligence?

Aktivita:

- Rozdělte se do skupin (3–4 osoby).
- Diskutujte: Co je podle vás intelligence?
- Napište krátkou definici a její hlavní charakteristiky
- Kdybyste měli testovat inteligenci, jaký by byl postup?

# Definice inteligence

- „Intelligence je schopnost učit se ze zkušeností, přizpůsobovat se novým situacím, chápat a zvládat složité myšlenky a řešit problémy.“  
— Wechsler (1944)

Klíčové aspekty:

- Řešení problémů
- Adaptace na nové situace
- Kreativita
- Sociální a emocionální dimenze

# G-faktor

- Autor: Charles Spearman (1904)

Hlavní myšlenka:

- Existence obecného faktoru inteligence (g-faktor), který ovlivňuje výkon v různých kognitivních úlohách.

Příklad:

- Sportovec s vysokým g-faktorem má dobré strategické a analytické schopnosti.

# Gardnerova teorie mnohočetných inteligencí

Howard Gardner (1983)

Hlavní typy inteligence:

- Logicko-matematická
- Lingvistická
- Tělesně-kinestetická
- Hudební
- Interpersonální a intrapersonální
- Přírodní
- Existenciální

Příklad:

- Tělesně-kinestetická inteligence je klíčová pro gymnastu.
- Interpersonální inteligence pomáhá týmovému hráči.

# Rozdílné profily inteligence

- “Everyone is a genius. But, if you judge a fish by its ability to climb a tree, it will live its whole life believing that it is stupid.”
  - Einstein
- V jakých dimenzích se pohybujete?
  - Aktivita
- Flynnův efekt
- Lurijovy experimenty

# Sternbergova triarchická teorie

Robert Sternberg (1985)

Tři složky inteligence:

1. Analytická: Řešení problémů, logika.
2. Kreativní: Tvorba nových strategií.
3. Praktická: Přizpůsobení se realitě.

Zkuste vymyslet příklad z praxe a běžného života

# Emoční inteligence

- Schopnost rozpoznávat, chápat a řídit emoce vlastní i ostatních.
  - Orientace ve vl. prožívání i prožívání druhých
  - Intuitice v mezilidských situacích
  - Předjímání dopadu a emočních reakcí okolí
  - Zachycení, zvědomení, pojmenování a komunikace emocí
- 
- Jak rozpoznáváte emoce u sebe/druhých a na kolik si v tom věříte?



K čemu může být ve sportu?

Ve sportu:

- Klíčová pro zvládnání stresu
  - Jak?
- Zlepšuje týmovou komunikaci a motivaci

Příklad:

- Trenér s vysokou emoční inteligencí x s nízkou
  - Zkuste popsat (zavzpomínat na vl. Zkušenost)

# Shrnutí a diskuse

- Shrnutí:

Diskusní otázky:

1. Jaké druhy inteligence jsou klíčové pro váš oblíbený sport?
2. Jak by se daly trénovat kognitivní a emoční dovednosti u sportovců?
3. Jmenujte sportovce, u kterých jste schopni rozpoznat vysoký podíl inteligence na výkon
4. Který teoretický rámec vám je nejbližší? Proč?