

Teze ke zkoušce z psychologie sportu - RVS

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