

## Psychologie sportu a práce s klientem

**Jméno, identifikační číslo:**

**Studijní program:**

**Otázky ke zkoušce:**

1. Uveďte na jaké oblasti se zaměřuje **krátkodobá** psychologická příprava ve sportu.
2. Uveďte rozdíl mezi **motivací sportovce zaměřenou na výsledek a motivací zaměřenou na proces** a doplňte v jakém věku je vhodné zaměřovat se na vnitřní motivaci a proč.
3. Uveďte, jak se projevuje **startovní apatie** a jak byste ji jako trenéři řešili.
4. Definujte pojem **copingové strategie** a napište dvě situace, ve kterých s ním může mít sportovec zkušenost?
5. Definujte **modelovaný trénink** a napište 5 **psychologických faktorů**, které byste jako trenér modelovali v tréninku.