

Obsah

1. Úvod	8
2. Formulace problému	11
3. Souhrn empirických poznatků z praxe vedení vrcholových sportovců	15
3.1. Cíl práce	16
3.1.1 Formulace základních otázek a vytyčení hlavního cíle	16
3.1.2 Dílčí práce	17
3.2. Metody práce	18
3.2.1 Pozorování v dlouhodobém horizontu	18
3.2.2 Vytvoření heuristické základny, shromažďování přímých i nepřímých pramenů a jejich zkoumání v interdisciplinárním pohledu odborníků	18
3.2.3 Interdisciplinární brainstorming	19
3.2.4 Sběr dat pomocí osobních interview a dotazování	19
3.2.5 Případové studie „case study“	20
3.2.6 Akční výzkum a beletristická esej jako součást zpětné vazby	20
3.2.7 Poznámka k metodice	20
4. Vliv psychických procesů a „síly logiky“ na aktuální výkony sportovců	21
4.1 Stres a vrcholový sportovec	23
4.2 Empirická typologie vrcholových sportovců	26
4.3 Myšlení sportovců a jejich sportovní výkon	30
4.4. City, emoce, emočně-motivační procesy a sportovní výkon	34
4.4.1 Psycho-fyzická entita sportovce	37
4.4.2 Sebehodnocení sportovce	43
4.4.3 Svobodná vůle	44
4.4.4 Strach jako faktor destrukce	46
4.4.5 Zlost, zuřivost, agresivita	50
4.4.6 Prožitek neúspěchu - hořkost	53
4.4.7 Závist jako neřest	55
4.4.8 Lenost jako neřest	57
4.4.9 Pýcha	59
4.4.10 Deprese	61
5. Sportovní krize	64
5.1 Přijetí prohry	68

5.2 Herní nasazení v zápase	69
5.3 Nerozhodnost jako paralyzující faktor	71
6. Vizualizace ve sportu a příklady z praxe	73
6.1 Vizualizace a ideomotorická představa	73
6.2 Identifikace s ideomotorickou představou a příklady z praxe	75
7. „METAfyziologické energie“	80
7.1 Pohyb energií je spojen s pocity	82
7.2 Relaxace a sportovní výkon	86
8. Faktor víry ve sportu	95
9. Závěrečná diskuze	105
10. Závěry a doporučení pro praxi	110
11. Souhrn	113
12. Summary	115
13. Referenční seznam	117
13.1 Periodika	117
13.2 Neperiodika	117
14. Bibliografický seznam	119
14.1 Periodika	119
14.2 Neperiodika	119
15. Přílohy	122