

## OBSAH

<b>ÚVOD .....</b>	<b>7</b>
<b>1 OSOBNOSŤ ŠPORTOVCA.....</b>	<b>9</b>
1.1 Emocionálne aspekty osobnosti a špecifiká emocionality športovca .....	13
1.2 Aplikácia teórií osobnostných črt v športe .....	15
1.3 Temperament a charakteristika jeho vybraných typológií.....	20
1.4 Osobnosť športovca vs ašpiračná úroveň a aktivácia .....	23
<b>2 MOTIVÁCIA.....</b>	<b>27</b>
2.1 Vzťah motivácie a výkonovej motivácie .....	36
2.2 Konceptie výkonovej motivácie.....	39
2.3 Temperament a výkonová motivácia .....	56
2.4 Výkonová motivácia v športe.....	58
<b>3 ZVLÁDANIE ZÁŤAŽE – VZRUŠENIE, ÚZKOSŤ A STRES V ŠPORTE .....</b>	<b>63</b>
3.1 Faktory vyvolávajúce úzkosť a stres .....	66
3.2 Vzťah medzi vzrušením a výkonom .....	67
3.3 Vzťah medzi úzkosťou a výkonom .....	68
3.4 Stratégie a metódy zvládania záťaže v športe .....	71
<b>4 CHARAKTERISTKA ŠPORTOVÉHO VÝKONU V KARATE KATA.....</b>	<b>77</b>
4.1 Štruktúra športového výkonu v karate kata .....	77
4.2 Tréningové a súťažné zaťaženie v karate kata.....	81
4.3 Psychológia vrcholového športového výkonu v karate kata .....	83
<b>5 EMPIRICKÁ ČASŤ - DIZAJN A METODIKA VÝSKUMU.....</b>	<b>85</b>
5.1 Cieľ výskumu, stanovenie výskumnej situácie a výskumné otázky .....	85
5.2 Charakteristika skúmaného súboru a organizácia výskumu.....	86
5.3 Použité výskumné metódy.....	89
5.4 Limity a príležitosti výskumného projektu.....	93
<b>6 VÝSLEDKY VÝSKUMU .....</b>	<b>95</b>
6.1 Štruktúra osobnosti z hľadiska temperamentu v sledovanej skupine vrcholových pretekárov v karate kata .....	95

6.2 Štruktúra dimenzií výkonovej motivácie zistených dotazníkom LMI v sledovanej skupine vrcholových pretekárov karate kata .....	103
6.3 Analýza príčin stresu a copingových stratégií zvládania záťaže v sledovanej skupine vrcholových pretekárov karate kata .....	106
6.4 Výsledky lineárnej regresnej analýzy .....	109
<b>ZÁVERY A DISKUSIA .....</b>	<b>112</b>
<b>ZOZNAM TABULIEK A OBRÁZKOV .....</b>	<b>118</b>
<b>ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY .....</b>	<b>120</b>
<b>VECNÝ REGISTER .....</b>	<b>128</b>
<b>RESUMÉ .....</b>	<b>130</b>
<b>RESUME .....</b>	<b>131</b>