

S e z n a m h e s e l

| | Str. |
|---|------|
| Sportovní trénink | 9 |
| Acidóza | 11 |
| Adaptace | 11 |
| Aerobní (oxidativní) procesy | 13 |
| Aklimatizace | 15 |
| Aktivace | 16 |
| Aktivní odpočinek | 16 |
| Anabolika | 17 |
| Anaerobní práh | 17 |
| Anaerobní (neoxidativní) procesy | 18 |
| Analýza pohybu | 19 |
| Anxiozita | 20 |
| Aspirace | 21 |
| Autogenní trénink | 21 |
| Biologický věk | 22 |
| Biorytmy | 23 |
| Cyklus | 24 |
| Činnost trenéra | 25 |
| Dědičnost | 27 |
| Desadaptace | 28 |
| Diagnostika | 29 |
| Didaktické formy | 30 |
| Didaktické principy | 31 |
| Didaktika sportu | 32 |
| Doba reakce | 33 |
| Dokumentace tréninku | 34 |
| Dopink | 35 |
| Dynamický stereotyp | 35 |
| Efektivita sportovní skupiny | 36 |
| Elektrostimulace | 38 |
| Emoce | 39 |
| Energetický potenciál | 41 |
| Energie | 42 |
| Etapy sportovního tréninku | 42 |
| Evidence tréninku | 44 |
| Funkčně metabolické zabezpečení pohybové činnosti | 45 |
| Funkční potenciál | 45 |
| Funkční zkoušky | 46 |
| Homeostáza | 47 |
| Hygiena | 48 |
| Hypertrofie a hyperplazie | 49 |
| Ideomotorický trénink | 50 |
| Individuální zvláštnosti | 51 |
| Intervalový trénink | 53 |

| | |
|---|-----|
| Kalendář soutěží | 53 |
| Katabolismus | 53 |
| Kinestéze | 54 |
| Klasifikace sportovních výkonů | 55 |
| Kolektivní výchova | 56 |
| Kondiční příprava | 58 |
| Kontrakce a relaxace svalu | 59 |
| Kontrola trénovanosti | 60 |
| Kruhový trénink | 62 |
| Křeč svalová | 63 |
| Kybernetika | 63 |
| Kyslíkový dluh | 65 |
| Laktát | 67 |
| Masáž | 68 |
| Metabolické zóny | 69 |
| Metabolismus | 69 |
| Metody sportovního tréninku | 73 |
| Modelování tréninku | 74 |
| Modelovaný trénink | 76 |
| Modernizace didaktických prostředků | 77 |
| Morálka | 78 |
| Morálně volní příprava | 80 |
| Motivace | 81 |
| Motorické učení | 84 |
| Motorika | 86 |
| Mravní výchova | 86 |
| Mrtvý bod | 87 |
| Nácvik | 87 |
| Náročné situace | 87 |
| Období vývoje | 89 |
| Obratnost | 93 |
| Osobnost | 95 |
| Osobnost trenéra | 98 |
| Periodizace | 99 |
| Plánování | 100 |
| Pohyblivost | 102 |
| Pohybová dovednost | 104 |
| Pohybové schopnosti | 104 |
| Postartovní stavy | 106 |
| Posuzovací škály | 107 |
| Poznávací procesy | 108 |
| Pozorování | 110 |
| Principy sportovního tréninku | 111 |
| Prognostika | 113 |
| Programování | 114 |
| Předstartovní stavy | 116 |
| Přepětí | 117 |

| | |
|---|-----|
| Přetrénování | 117 |
| Psychická odolnost | 118 |
| Psychické stavy | 119 |
| Psychika | 119 |
| Psychodiagnostika | 120 |
| Psychofarmaka | 121 |
| Psychologická příprava | 121 |
| Psychoprofesiografie | 124 |
| Raná specializace | 125 |
| Reakce | 126 |
| Realizační tým | 127 |
| Reflex | 127 |
| Regulace aktuálních psychických stavů | 128 |
| Regulace meziosobních vztahů | 130 |
| Regulační fyziologické mechanismy | 132 |
| Relaxace | 132 |
| Roční tréninkový cyklus | 133 |
| Rovnováha | 136 |
| Rozvičení | 136 |
| Rychlost | 137 |
| Řízení motoriky | 140 |
| Řízení sportovního tréninku | 141 |
| Setrvalý stav | 144 |
| Síla | 144 |
| Složky sportovního tréninku | 148 |
| Sociálně psychologické aspekty sportu | 149 |
| Sociální role trenéra | 152 |
| Somatotyp | 152 |
| Soutěže | 154 |
| Spánek | 155 |
| Sportovní činnosti | 156 |
| Sportovní dovednost | 157 |
| Sportovní forma | 157 |
| Sportovní odvětví | 159 |
| Sportovní trénink dětí a mládeže | 160 |
| Sportovní výkon | 167 |
| Startovní stavy | 168 |
| Strečink | 170 |
| Stres | 171 |
| Struktura sportovního výkolu | 172 |
| Superkompensace | 173 |
| Sval | 175 |
| Systém sportovního tréninku | 177 |
| Systémový přístup | 178 |
| Taktická příprava | 178 |
| Taktika | 180 |
| Talent | 180 |

| | |
|--|-----|
| Technická příprava | 181 |
| Technika | 183 |
| Tělesná cvičení | 184 |
| Tělovýchovné lékařství | 186 |
| Test | 187 |
| Transfer | 188 |
| Trenažéry | 189 |
| Tréninková jednotka | 190 |
| Trénovanost | 191 |
| Typologie | 193 |
| Učení | 193 |
| Únava | 195 |
| Vědomosti | 196 |
| Věkové zvláštnosti | 198 |
| Vitaminizace | 200 |
| Volní úsilí | 201 |
| Vůle | 203 |
| Výběr talentů | 204 |
| Vyhodnocování tréninku | 208 |
| Výchova | 209 |
| Výchovné působení | 209 |
| Vysokohorský trénink | 211 |
| Výtrvalost | 212 |
| Vyučování | 215 |
| Vývoj | 215 |
| Výživa | 216 |
| Zatížení | 218 |
| Zdatnost | 221 |
| Zotavení | 221 |
| Zvláštnosti sportovního tréninku žen | 223 |