

Abstrakt

Název: Stav flow u hráčů basketbalu v kategorii U19

Cíl: Tato bakalářská práce si klade za hlavní cíl zjistit, jaký vliv má stav flow na sportovní výkonnost basketbalistů hrajících extraligu v kategorii U19. Zaměřuje se na pochopení, jak se flow projevuje v kontextu mladých sportovců a jak ovlivňuje jejich výkon na hřišti.

Úkoly: Hlavní úkoly zahrnují identifikaci úrovní prožívání stavu flow u hráčů basketbalu a analýzu jeho vlivu na výkon. Důraz je kladen na porozumění, jak se stav flow projevuje v rámci basketbalu, a jaké faktory přispívají k jeho dosažení.

Metody: Pro získání dat byla použita dotazníková metoda, konkrétně dotazník FSS-2 (Flow State Scale-2), který je specificky navržen pro měření prožívání stavu flow u sportovců.

Výsledky: Analýza dat odhalila zajímavé vzorce v prožívání stavu flow mezi hráči a ukázala, jak různé aspekty stavu flow ovlivňují jejich sportovní výkon. Výsledky poskytují nový vhled do psychologických faktorů, které hrají důležitou roli v basketbalové výkonnosti u mladých sportovců.

Závěr: Studie přispívá k lepšímu pochopení vztahu mezi psychologickým stavem sportovců a jejich výkonem, a zdůrazňuje důležitost psychické přípravy v tréninkovém procesu basketbalistů.

Klíčová slova: plynutí, optimální zážitek, vrcholný prožitek, zóna, dimenzionální model