Aktivácia

Autor *administratorius*
Vytvorené *12/08/2011 - 22:12*

Definícia

celková pripravenosť organizmu k reakcii. Súvisí s emóciami a motiváciou. Relaxácia aktivácie významne znižuje podnety a mobilizácia k náročnému programu činnosti ju zvyšuje.Je závislá na biorytmoch, únave a môže byť ovplyvnená farmakologicky. V čase preštartovnej horúčky sa aktivácia často nadmerne zvyšuje. Pre výkony, ktoré si vyžadujú dobrú koordináciu, je najvhodnejšia stredná úroveň aktivávie. Kolísaním úrovne aktivácie je možné v niektorých prípadoch vysvetliť nevyrovnanú výkonnosť športovca.

Zdroj

spracované podľa publikácie" Encyklopédie tělesné kultúry" , Olympia Praha, 1988 spracované podľa publikácie" Encyklopédie tělesné kultúry" , Olympia Praha, 1988

Autor

Autorský kolektív pod vedením hlavnej redakcie (predseda Ernest Demetrovič)

Výskyt

fyziológia telesných cvičení

URL adresa zdroja: https://www.sportency.sk/encyclopedy/?q=content/aktiv%C3%A1cia