

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 aktivácie. 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/encyclopеды/?q=content/aktiv%C3%A1cia>