

12. évfolyam –Sport ágazat – Pszichológia tantárgy

Témakör	Tananyag
Alapfogalmak	- A személyiség jellemző jegyei - Alapfogalmak (személyiség, szocializáció, tanulás, viselkedés, cselekvés) - A megismerő tevékenység - Személyiség-jellemzők és lelki egészség az egyes életszakaszokban - Gyakori viselkedészavarok és pszichés problémák
Sport és társas kapcsolatok	- A sporttevékenység pszichológiai jellemzői - A sporttevékenység pszichológiai sajátosságai és személyiségfejlesztő hatása - A cselekvések ösztönző, szervező és végrehajtó szabályozása - A társas interakciók folyamata és befolyásoló tényezői - Csoportszerkezet - Csoportdinamika - Csoportvezetés - Konfliktuskezelés
Sport és a pszichológia kapcsolata	- Motiváció - Önbizalom, önértékelés - Koncentráció, fókusz, flow - Stressz és szorongás kezelés, megküzdési mechanizmusok, autogén tréning