

\*Ovde unesite naziv Vase škole , na primer Elektrotehnička škola Nikola Tesla, Zrenjanin

## **MATURSKI RAD**

Predmet:

\*napišite naziv predmeta

Tema:

**PSIHOLOŠKA PRIPREMA KARATISTA  
- AUTOGENI TRENING -**

**Profesor-mentor:**

**\*ime mentora**

**Učenik:**

**\*Vase ime, razred**

**2011.**

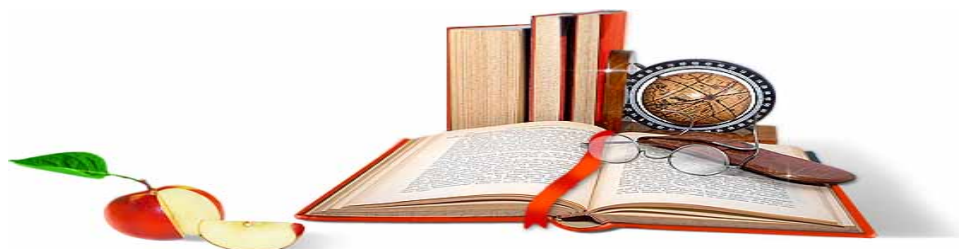
# S A D R Ź A J

1	UVOD .....	Error! Bookmark not defined.
2	PREDMET ISTRAŽIVANJA .....	Error! Bookmark not defined.
3	CILJEVI ISTRAŽIVANJA .....	Error! Bookmark not defined.
4	PSIHOLOŠKA PRIPREMA SPORTISTA .....	Error! Bookmark not defined.
4.1	Psihološka priprema za takmičenje .....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Psihološka priprema za konkretno takmičenje.....	Error! Bookmark not defined.
4.3	Metode psihološke pripreme sportista .....	Error! Bookmark not defined.
5	KARATE .....	Error! Bookmark not defined.
6	PSIHOLOŠKA PRIPREMA KARATISTA .....	Error! Bookmark not defined.
6.1	Progresivna relaksacija .....	Error! Bookmark not defined.
6.1.1	Kako postići relaksaciju.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6.2	Biofeedback trening.....	Error! Bookmark not defined.
6.3	Situacioni trening.....	Error! Bookmark not defined.
6.4	Mentalni trening .....	Error! Bookmark not defined.
7	AUTOGENI TRENING KARATISTA .....	Error! Bookmark not defined.
7.1	Istorijat .....	Error! Bookmark not defined.
7.2	Definicija.....	Error! Bookmark not defined.
7.3	Terapijski efekat kod karatista .....	Error! Bookmark not defined.
7.4	Prikaz autogenog treninga karatista.....	Error! Bookmark not defined.
7.5	Telesni položaji za praktikovanje autogenog treninga...Error! Bookmark not defined.	
7.5.1	Ležeći položaj.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7.5.2	Sedeći položaj.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7.5.3	Kraljevski položaj - pasivno sedenje: .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
8	ZAKLJUČAK.....	Error! Bookmark not defined.
9	LITERATURA .....	Error! Bookmark not defined.

**---- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE  
PREUZETI NA SAJTU [WWW.MATURSKI.NET](http://WWW.MATURSKI.NET) ----**

**[BESPLATNI GOTOVI SEMINARSKI, DIPLOMSKI I MATURSKI TEKST](http://WWW.SEMINARSKIRAD.ORG)  
RAZMENA LINKOVA - RAZMENA RADOVA  
RADOVI IZ SVIH OBLASTI, POWERPOINT PREZENTACIJE I DRUGI EDUKATIVNI MATERIJALI.**

**[WWW.SEMINARSKIRAD.ORG](http://WWW.SEMINARSKIRAD.ORG)  
[WWW.MAGISTARSKI.COM](http://WWW.MAGISTARSKI.COM)  
[WWW.MATURSKIRADOVI.NET](http://WWW.MATURSKIRADOVI.NET)**



NA NAŠIM SAJTOVIMA MOŽETE PRONAĆI SVE, BILO DA JE TO **[SEMINARSKI](#)**, **[DIPLOMSKI](#)** ILI **[MATURSKI](#)** RAD, POWERPOINT PREZENTACIJA I DRUGI EDUKATIVNI MATERIJAL. ZA RAZLIKU OD OSTALIH MI VAM PRUŽAMO DA POGLEDATE SVAKI RAD, NJEGOV SADRŽAJ I PRVE TRI STRANE TAKO DA MOŽETE TAČNO DA ODABERETE ONO ŠTO VAM U POTPUNOSTI ODGOVARA. U BAZI SE NALAZE **[GOTOVI SEMINARSKI, DIPLOMSKI I MATURSKI RADOVI](#)** KOJE MOŽETE SKINUTI I UZ NJIHOVU POMOĆ NAPRAVITI JEDINSTVEN I UNIKATAN RAD. AKO U **[BAZI](#)** NE NAĐETE RAD KOJI VAM JE POTREBAN, U SVAKOM MOMENTU MOŽETE NARUČITI DA VAM SE IZRADI NOVI, UNIKATAN SEMINARSKI ILI NEKI DRUGI RAD RAD NA LINKU **[IZRADA RADOVA](#)**. PITANJA I ODGOVORE MOŽETE DOBITI NA NAŠEM

**[FORUMU](#)** ILI NA **[maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)**