



www.insp.pl

Zakład Nauk Społecznych Psychologia Sportu

„Nauka dla Sportu – Sport dla Nauki”

INSTYTUT SPORTU - PAŃSTWOWY INSTYTUT BADAWCZY

Instytut Sportu – Państwowy Instytut Badawczy to wiodący ośrodek badawczo-naukowy w obszarze sportu. Od 40-stu lat jest partnerem naukowym wielu ośrodków badawczych, klubów sportowych i kadr narodowych.

Instytut Sportu z sukcesem wdrożył ogólnopolskie projekty upowszechnia aktywności fizycznej, identyfikacji i wsparcia talentów sportowych docierając do tysięcy wyczynowych zawodników.



INSTYTUT SPORTU -
PAŃSTWOWY INSTYTUT
BADAWCZY

Trylogii 2/16
01-982 Warszawa

Klaudia Kozłowska
Specjalista ds. sprzedaży i realizacji usług
Tel.: 607 885 008
E-mail: klaudia.kozlowska@insp.pl



Ministerstwo
Sportu



Organizacja

Główne cele badań:

- Określenie optymalnej strategii działania w sytuacji rywalizacyjnej,
- Poszukiwanie rezerw w psychice zawodnika, aby możliwe było wielokrotne powtórzenie sukcesu wobec różnych przeciwników, w różnych warunkach i sytuacjach,
- Określenie metod korekcyjnych, które umożliwiają maksymalne wykorzystanie potencjału sportowca,
- Określenie kondycji treningowo - startowej (motywacyjno - energetycznej) – uchwycenie symptomów przeciążenia psychofizycznego jako reakcji na stres.

Metody i techniki pomiaru :

- **Testy psychologiczne (NEO-FFI, FCZ – KT, STAI, SMTQ)**

Standaryzowane techniki pomiaru służące do określenia profilu cech osobowości i temperamentu takich jak: poczucie własnych możliwości, ekstra – introwertyzm, zdolność do podejmowania ryzyka, motywacja do osiągnięć, wytrwałość, samodyscyplina, twórcza wyobraźnia, umiejętność współdziałania, neurotyzm, zaleganie stanów emocjonalnych, odporność na stres – umiejętność sprawnego działania mimo emocji; wytrzymałość jako zdolność do długotrwałego, intensywnego, efektywnego wysiłku, odporność na zmęczenie, ból i hałas.

- **Testy psychometryczne (System Fitlight; System Witty)**

Standaryzowane techniki pomiaru zdolności psychomotorycznych zawodnika takich jak: czas reakcji prostej i z wyborem, szybkość i zwinność, koordynacja wzrokowo-ruchowa, precyzja, dokładność spostrzegania oraz wytrzymałość.

- **Testy psychometryczne do badania funkcji poznawczo-analitycznych (Wiedeński System Testów)**

Standaryzowane techniki pomiaru predyspozycji potrzebnych do osiągnięcia sukcesu w sporcie, takich jak spostrzeganie, kojarzenie, zapamiętywanie, podejmowanie decyzji, szybkość i adekwatność reakcji prostych i złożonych, widzenie przestrzenne, utrzymanie oraz przerzutność uwagi, antycypacja ruchu, tolerancja na stres.

Przykłady testów w pakiecie SPORT:

Test CORSI, 2HAND; DT, RT, PP-R czy STROOP.



Praca korekcyjno-terapeutyczna, konsultacje

- Doradztwo, interwencje
- Wspomaganie psychologiczne dla zespołów sportowych, zawodników i trenerów.

Wszystkie powyżej wymienione techniki i metody postępowania psychologicznego mogą być zastosowane nie tylko we wszystkich dyscyplinach sportowych, ale również dla każdej osoby spoza sportu, zainteresowanej poznaniem swoich zasobów psychicznych, maksymalnym ich wykorzystaniem czy dla osoby, która chce świadomie realizować swoje krótko i długofalowe cele.

Wykonanie powyżej wymienionych zadań przez Zakład Nauk Społecznych nie uwzględnia problemów z zakresu psychologii klinicznej, czy problemów psychiatrycznych.

Zachęcamy do kontaktu:

tel.: 607 885 008

e-mail: klaudia.kozlowska@insp.pl