

**ВИСОКА СПОРТСКА И ЗДРАВСТВЕНА ШКОЛА
БЕОГРАД**

**ВИЗУАЛИЗАЦИЈА КАО МЕТОД
СТВАРАЊА УСЛОВА ЗА
ПОСТИЗАЊЕ УСПЕШНИХ
РЕЗУЛТАТА У СПОРТСКОМ
СТРЕЉАШТВУ**

ЗАВРШНИ РАД

МЕНТОР

мр Маријана Младеновић

КАНДИДАТ

Мирослав Ђорђевић

Београд, 2009.

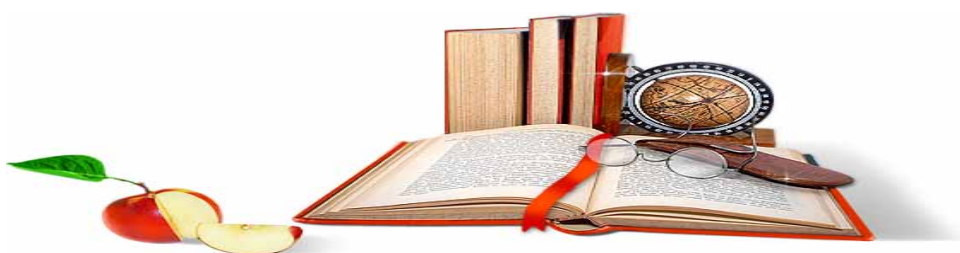
САДРЖАЈ

1	УВОД.....	3
2	ПРЕДМЕТ РАДА.....	4
3	ЦИЉ РАДА	Error! Bookmark not defined.
4	МЕТОД РАДА	5
4.1	Мисаоне слике – визуелизација и имагинација.....	5
4.2	Креативна Визуелизација - Имагинација.....	7
4.3	Замишљање	8
4.3.1	Испитивање замишљања.....	8
4.4	Подела замишљања према времену задржавања информација	9
4.5	Основе тренинга замишљања.....	11
4.5.1	Вежбе извођења.....	11
4.5.2	Вежбе контроле	12
4.6.	ИСТРАЖИВАЊЕ ВИЗУАЛИЗАЦИЈЕ.....	16
4.6.1	Самопоуздање.....	17
4.6.2	Развој такмичарског духа	18
5.	Имагинација у спорту.....	19
5.1	Психолошка визуализација	21
5.1.1	Облици рада унутар психолошке визуализације.....	22
5.2	Визуализација тренинга.....	23
5.3	Употреба визуализације.....	27
5.4	Типови визуализације	28
5.5	Примена визуализације.....	29
5.6	Фактори визуализације	30
5.6.1	Не враћајте се на грешке	36
5.6.2	Психичка рутина	36
5.6.3	Визуализујте	37
5.6.4	Послушајте свој унутрашњи глас	37
5.6.5	Концентришите се.....	38
6	ЗАКЉУЧАК.....	39
7	РЕЗИМЕ	42
8	ЛИТЕРАТУРА.....	43

---- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA
SAJTU 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
WWW.MAGISTARSKI.COM
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