

Дистанционная смена. Мобилизация резервов

С 06 по 31 мая 2024 года кандидаты в члены сборной команды Республики Саха (Якутия) по подготовке к VIII МСИ «Дети Азии» прошли Программу с применением дистанционных технологий. Участие приняли 192 спортсмена и старшие тренеры сборной команды Республики Саха (Якутия) по 11 базовым видам спорта среди юношей и девушек.

Программу вел Находкин Василий Васильевич – кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой возрастной и педагогической психологии СВФУ им. М.К. Аммосова, психолог-консультант.

Программа состоит из освоения двух взаимосвязанных тем «Самоконтроль оптимального психоэмоционального состояния» и «Мобилизация психологических резервов».

Цель освоения: формирование знаний, умений и владений в особенностях психологической подготовки в режиме «мобилизация-расслабление», сохранения оптимального мотивационно-энергетического потенциала.

