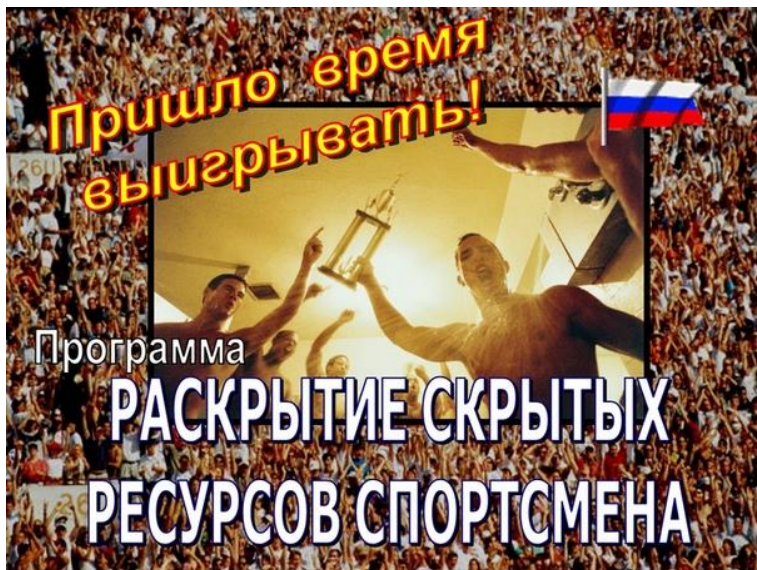


Психологическая подготовка спортсмена к Олимпиаде



Ну что, дорогие мои спортсмены и тренеры — пора уже начинать серьезно готовиться к Олимпиаде тем, кто прошел отбор, а также тем, кому еще предстоит побороться за лицензию!

Конечно же, можно еще немного подождать. Но, как показал мой многолетний опыт работы в сборных командах РФ — те, кто недооценивают время, обязательно потом об этом пожалеют. Недооценивать можно не только время, но и психологическую

подготовку спортсмена к Олимпиаде [с профессиональным спортивным психологом](#), надеясь на то, что ты сам себе хороший психолог.

Несколько прикольных воспоминаний:

1. Спортсмен, являющийся 1-ым номером в мире и 24 кратным чемпионом Европы, проиграл свою **четвертую** Олимпиаду в первом же бою 326-у номеру в мировом рейтинге. Это каким же нужно быть «...», чтобы не понять после первой проигранной Олимпиады, что ты проигрываешь за счет плохой психологической подготовки. Этот парень сейчас готовится на свою пятую Олимпиаду...

2. За три месяца до начала Олимпиады, главный тренер сборной наконец-то принял решение начать готовить спортсменов к Олимпиаде. В результате такого «оперативного» решения, сборная не выполнила медальный зачет, а спортсмены и тренеры не получили долгожданных премий...

3. Спортсмен вместо того, чтобы слушать специалистов, слушал свою жену. В результате проиграл соревнования, на которых мог бы получить лицензию на Олимпиаду. В итоге теперь ему нужно в течении года рвать одно место, чтобы завоевать лицензию...

4. Тренер за день до поездки на отборочный турнир привел троих своих спортсменов к спортивному психологу, чтобы тот помог психологически настроить спортсменов к важным соревнованиям. Видимо, как раз перед поездкой этого тренера посетила мысль о том, что надо бы как-то и психологически подготовить спортсменов...

Я видел сотни спортсменов и тренеров, которые относятся безалаберно к важным этапам подготовки спортсмена (особенно к психологической подготовки спортсмена, считая, что «я сам психолог» и могу в этом помочь), потом лили горькие слезки и искали виновных в своих «неожиданных» проигрышах и бессмысленно потраченных годах тренировок.

Скрытые ресурсы спортсмена – способы их диагностики и раскрытия

Ведущие:
Балыкин Александр Иванович
Тамара Викторовна Балыкина-Милушкина

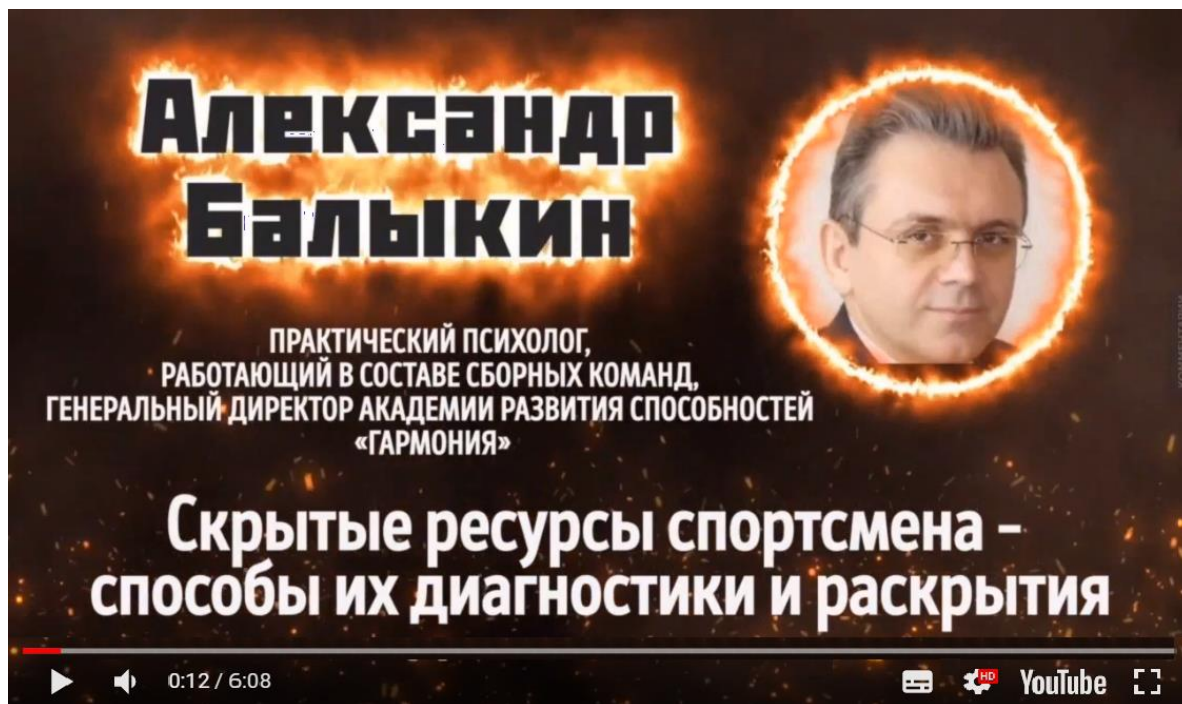


Так в чем же состоит психологическая подготовка спортсмена:

1. **Проведение психологической диагностики** на приборе [«ИПЭР-1К»](#) с целью выявления неосознаваемых спортсменом и тренером реакций, которые в ответственный момент приведут к ошибкам и неадекватным реакциям во время соревнований. Результатом такой диагностики является [«Карта личного ресурса спортсмена»](#), в которой указано все то, что помешает спортсмену в будущем.
2. **Проведение психологической коррекции** с прибором «ИПЭР-1К» с целью устранения из подсознания спортсмена информации, которую он не осознает, но которая в будущем приведет его к ошибкам и неадекватным реакциям.
3. **Тренировка навыков по управлению эмоциональными состояниями**, т.к. именно из-за этого большинство спортсменов сгорают как свечи.
4. **Тренировка навыков управления вниманием** и умение присутствовать в существующей реальности, а не в своих мыслях или идеях о будущем, что приводит к потере адекватного восприятия реальной обстановки, и как следствие разнообразным неадекватным действиям.
5. **Нахождение в психике спортсмена позитивных неосознаваемых стимулов**, которые могут в нужное время повысить силу, выносливость, скорость и сообразительность спортсмена на 20-40%.

Это одни из важных пунктов психологической подготовки спортсмена к Олимпиаде, которые не может выполнить ни тренер, а тем более сам спортсмен. Потому что без использования профессиональным спортивным психологом прибора [«ИПЭР-1К»](#) невозможно быстро и точно найти скрытый ресурс спортсмена, обнаружить неосознаваемые преграды в психике, которые в ответственный момент украдут 10-40% драгоценных сил, которых вам не хватит для победы.

Видео <https://www.youtube.com/watch?v=8hghzSvSmXs>



Времени осталось в обрез. Начните психологическую подготовку спортсмена к Олимпиаде с профессиональным и опытным спортивным психологом!

Рекомендую прочитать:

1. [Что убивает спортсмена](#)
2. [Тренировка внимания у спортсменов](#)
3. [Проблемы тренера](#)
4. [как Прошлое - убивает Будущее спортсмена](#)
5. [правильное мышление Спортсмена](#)
6. [статьи о спорте в разделе СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ](#)

**ПОБЕДА
- ЭТО СЛЕДСТВИЕ
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО
ВЫПОЛНЕННЫХ
ДЕЙСТВИЙ**

(с) Александр Балькин

www.osoznanie.biz

С уважением,

Балькин Александр Иванович

<http://www.osoznanie.biz> - диагностика и раскрытие личностного ресурса

<http://www.iper1k.ru> - приборы «ИПЭР» для раскрытия личностного ресурса

Академия Развития Способностей "Гармония" (ООО), Россия, Москва

моб.: +7(916)801-17-32

e-mail: b2000s@yandex.ru

Skype: b2000s1