

САМАЯ ЭФФЕКТИВНАЯ ПОМОЩЬ СПОРТСМЕНАМ

Существует несколько вариантов эффективной помощи спортсменам со стороны спортивного психолога:

ВАРИАНТ-1 «Профессиональный»

1. Спортсмен приобретает прибор «ИПЭР-1Км» (чтобы повысить эффективность и скорость психологической подготовки в 4-8 раз)
2. Проводится с использованием [«ИПЭР-1Км»](#) диагностика по интернету, создается [«Карта личностного ресурса»](#) с программой что нужно делать.
3. Проводятся дистанционное по интернету с использованием «ИПЭР-1Км» психологическая коррекция и обучение.

Минимальное количество встреч - 1 встреча в неделю. В месяц 4 встречи. Продолжительность встречи около 60 минут.

Перед соревнованиями за три-пять дней делается психологическая коррекция с «ИПЭР-1Км» 1 раз в день. В дни соревнования психологическая коррекция делается 2 раза в день (перед сном, и за 2-3 часа до соревнований). Также в день соревнований возможна экспресс-диагностика, чтобы подсказать спортсмену как правильно настраиваться перед схваткой.

Отзывы, рекомендации и акты о внедрении из спорта высших достижений

- <https://yadi.sk/d/Ct1tJ3bPEjNBp>

ВАРИАНТ-2 «Лайтовый»

1. Спортсмен приезжает в Москву на диагностику на [«ИПЭР-1Км»](#)
2. Создается [«Карта личностного ресурса»](#) и программа развития.
3. Спортсмен будучи в Москве, проходит 3-4 психологический коррекции с прибором «ИПЭР-1Км», а также пару тренировок по управлению эмоциональными состояниями.
4. Со спортсменом оговаривается график встреч по интернету, когда он уезжает к себе.
5. По интернету проводятся консультации. Количество консультаций спортсмен выбирает сам.

Психологическое сопровождение спортсмена

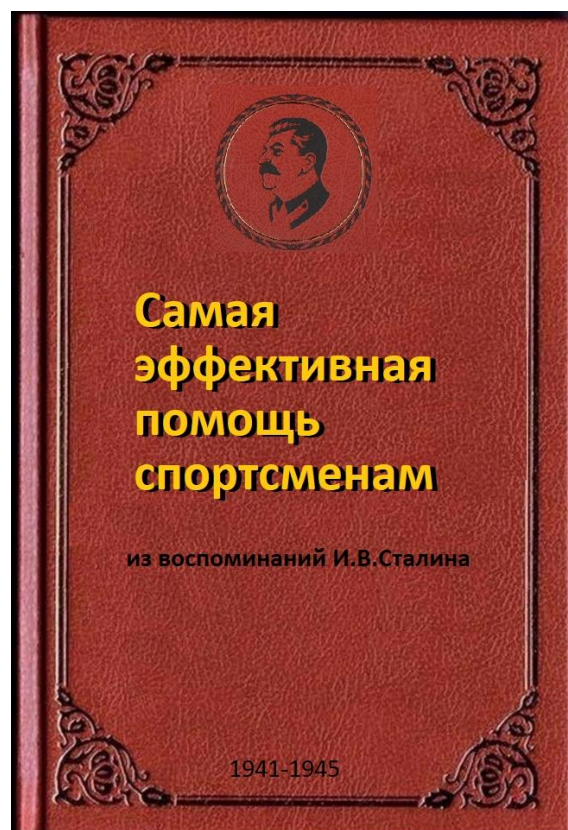
- <https://iper1k.ru/Новости/2014-07-16-11-26-23.html>

ВАРИАНТ-3 «Ознакомительный»

1. Спортсмен по интернету получает консультации по своему выбору и тогда, когда он захочет.

Здесь разные статьи для спортсменов и тренеров публикуемые в интернете

- <https://iper1k.ru/novosti/2017-11-vse-statii.html>



Тут видео по спортивной психологии

- https://www.youtube.com/playlist?list=PLbNVCP04w-QkZSP_MiMHns9xBPiNe6Lf

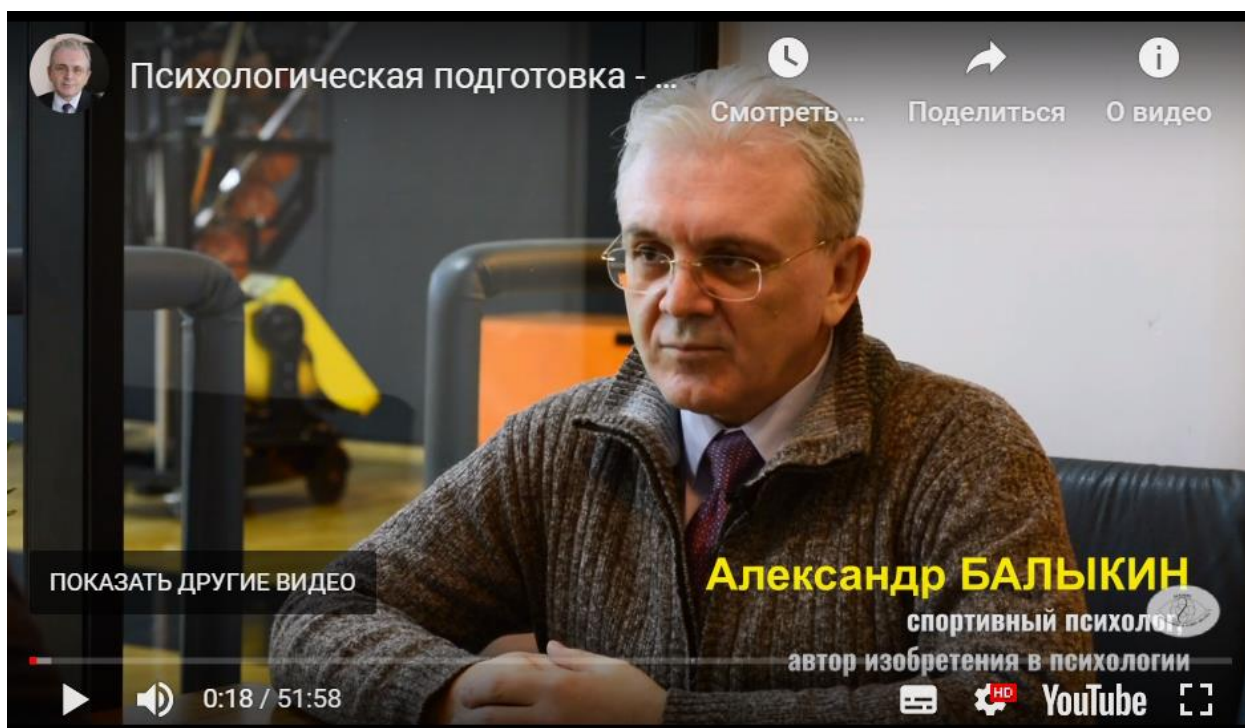
ВАРИАНТ-4 «Для считающих себя ПРОДВИНУТЫМИ МАСТЕРАМИ»

1. Скачайте что-нибудь в интернете и читайте это когда-нибудь.
2. Спрашивайте кого-нибудь советы по улучшению своей психологической подготовки, и по возможности применяйте совет, когда будет свободное время и желание что-то сделать.
3. Выучите пару молитв и иногда их повторяйте — и это наверняка самая крутая методика, которая поможет именно тебе стать самым лучшим спортсменом.

Рекомендую прочитать:

1. [Что убивает спортсмена](#)
2. [Тренировка внимания у спортсменов](#)
3. [Проблемы тренера](#)
4. [как Прошлое - убивает Будущее спортсмена](#)
5. [правильное мышление Спортсмена](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=jGaJHzIFM78>



С уважением, **Александр Иванович Балыкин**

<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