

**Муниципальное бюджетное учреждение организация
дополнительного образования
«Сивинский ДТ»**

**Мастер – класс
на тему:**

**«Предсоревновательная психологическая
подготовка в Армрестлинге»**

**Педагог ДО по
«Армрестлингу»
МБУ ОДО «Сивинский ДТ»
Мальцев Дмитрий Николаевич
Стаж работы 9 лет**

с.Сива, 2023 г.

Актуальность:

- Психологическая подготовка – путь к победе!

Цель:

- Применение методов для подготовки юных спортсменов к «стартам»

ЗАДАЧИ



**Представить педагогам
значимость упражнений**

**Развитие улучшения
эмоционального состояния.**

**Показать и объяснить методы
способствующие готовности
ребёнка к "стартам»**









Спасибо

за внимание !