

**Программа  
научно-методического семинара для тренеров**

**28 апреля 2016 года, конференц-зал**

**10.00 - 11.45**

**Тема: «Эмоциональная сфера спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности»**

1. Предстартовые эмоциональные состояния: Тревога
2. Способы регуляции предстартовых состояний
3. Возникновение эмоциональной напряженности в процессе деятельности
4. Состояние утомления
5. Состояния, вызываемые монотонной деятельностью
6. Состояния, связанные с оценкой результатов спортивной деятельности

спортивный психолог, психолог сборной команды России по плаванию, психолог ФГБУ ФНКЦСМ ФМБА России, сотрудник комплексной научной группы сборной России по плаванию, член Российской ассоциации психологов спорта - *Сохликова Валерия Александровна*

**Перерыв 11.45 - 12.30**

**12.30 - 13.30**

**Тема: «Методика применения тренерами дополнительных средств: (ласты, лопатки, сопротивления, дыхательные трубки)»**

Руководитель КНГ сборной команды России по плаванию, кандидат педагогических наук, доцент - *Кочергин Александр Борисович*

**Перерыв 13.30 - 13.45**

**13.45 - 15.30**

**Тема: «Сочетание тренировок различной направленности. Тестирование в плавании»**

Заслуженный тренер СССР, России - *Петров Глеб Георгиевич*