

# Технология обучения гимнастическим движениям в начальном периоде спортивного пути гимнасток



Автор: Любавина Галина Михайловна  
Тренер - преподаватель по спортивной гимнастике  
г.Новодвинск.

**Цель: Формирование системы обучения  
гимнастическим движениям**

**Зад**

**\*Охр**

**\*Раз**

**д**

**\*Фо**

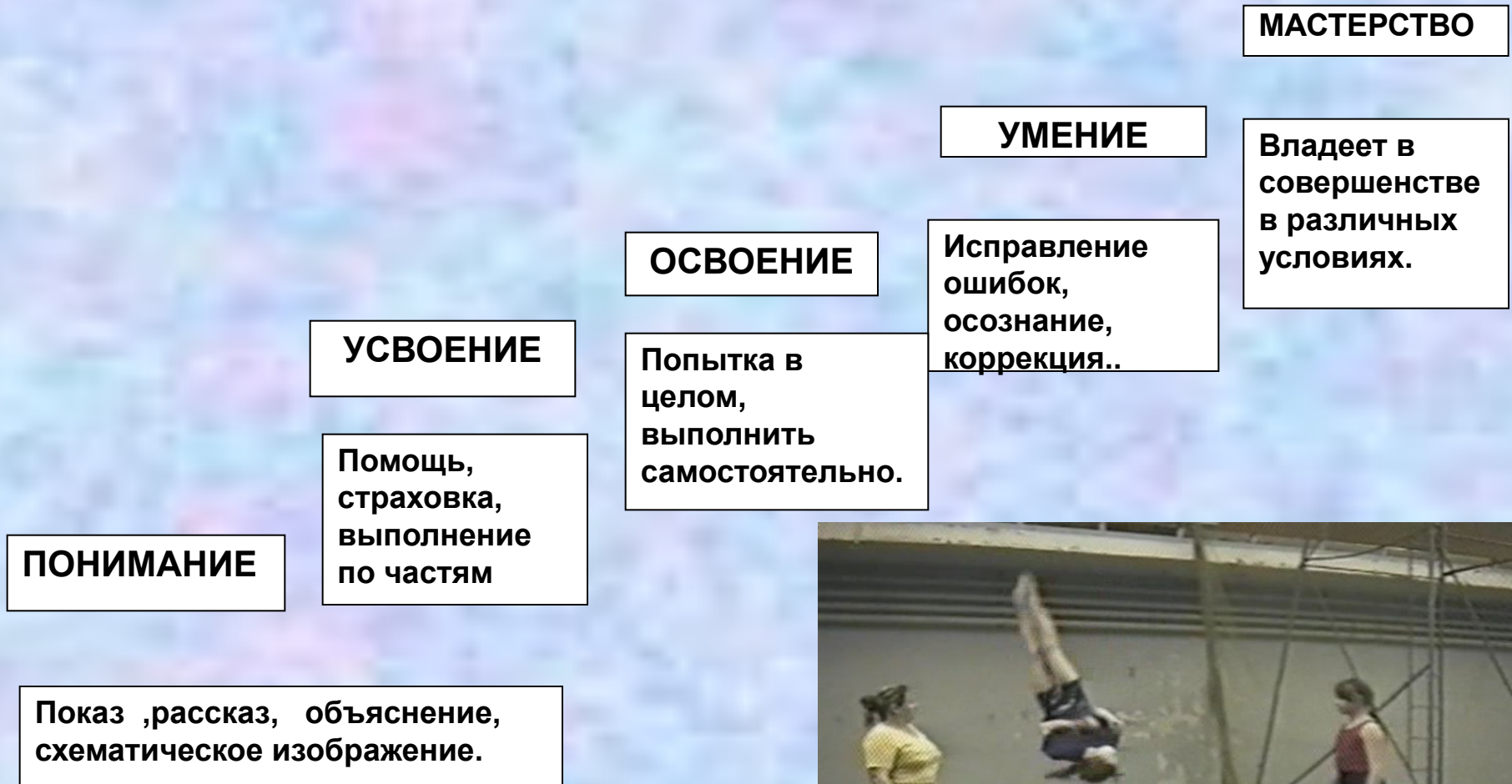
**д**

**\*Во**

**во**



# Структура обучения гимнастическим движениям



# Психологическая подготовка

- Цель: Воспитание волевых качеств гимнасток.
- Задачи:
  - \* Образование коллектива
  - \* Выявление темперамента каждого ребёнка.
  - \* Регулирование эмоционального состояния.
  - \* Обучение алгоритму поведения на соревнованиях.
  - \* Аутогенная, идеомоторная тренировка.
  - \* Построение собственного поведения на соревнованиях с учётом индивидуальных особенностей.



