

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|   |    |
|---|----|
| Введение .....  | 4  |
| Предстартовые эмоциональные состояния. Тревога.....                     | 5  |
| Механизмы возникновения предстартового эмоционального возбуждения ..... | 11 |
| Способы регуляции предстартовых состояний .....                         | 19 |
| Список использованной литературы .....                                  | 27 |