

ISSN 2414-0244

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2026. - 41 (1)

Раздел 1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ ДУХОВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)1.01](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)1.01)

УДК 796.894

ИНТЕГРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ПСИХОЛОГА В СИСТЕМУ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ: ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ И ОТЛИЧИЯ ОТ ДРУГИХ НАПРАВЛЕНИЙ ПСИХОЛОГИИ

Морозова Анастасия Олеговна

Ассистент кафедры физического воспитания Алтайский государственный университет г. Барнаул, Россия

E-mail: kozlova_ledy_box@mail.ru

Фролов Михаил Иванович

старший преподаватель кафедры спортивных игр Алтайский государственный педагогический университет г. Барнаул, Россия

E-mail: olga_frolova_56@mail.ru

INTEGRATION OF A SPORTS PSYCHOLOGIST INTO THE SYSTEM OF SPORTS TRAINING: JUSTIFICATION OF THE NECESSITY AND DIFFERENCES FROM OTHER AREAS OF PSYCHOLOGY

Anastasia Olegovna Morozova

Assistant Professor, Department of Physical Education. Altai State University Barnaul, Russia

E-mail: kozlova_ledy_box@mail.ru

Mikhail Ivanovich Frolov

Senior Lecturer, Department of Sports Games Altai State Pedagogical University Barnaul, Russia

E-mail: olga_frolova_56@mail.ru

Следует цитировать / Citation:

Морозова А.О. Интеграция спортивного психолога в систему спортивной подготовки: обоснование необходимости и отличия от других направлений психологии//Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2026. 1 (41). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)1.01](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)1.01)

Morozova A.O. (2026). Integration of a sports psychologist into the system of sports training: justification of the necessity and differences from other areas of psychology. Health, physical culture and sports, 1 (41). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)1.01](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)1.01)

Поступило в редакцию / Submitted 18.01.2026

Принято к публикации / Accepted 10.02.2026

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема интеграции спортивного психолога в систему спортивной подготовки, обосновывается её актуальность и необходимость в современном спорте высших достижений. Проводится анализ ключевых

отличий профессиональной деятельности спортивного психолога от смежных специализаций — педагога-психолога и медицинского (клинического) психолога — по ряду критериев: сфера деятельности, целевая аудитория, задачи, методы работы, профессиональные компетенции и ожидаемые результаты. Особое внимание уделяется специфике работы спортивного психолога. В статье подробно раскрываются практические аспекты внедрения психолога в команду, а интеграция психолога представлена как системная инвестиция в устойчивость спортивной организации, позволяющая оптимизировать психические ресурсы атлетов и превратить психологический фактор в решающее преимущество на соревнованиях.

Ключевые слова: спортивная психология, медицинская психология, педагогическая психология, спортивная подготовка, психологические ресурсы.

Annotation: This article discusses the problem of integrating a sports psychologist into the sports training system, justifying its relevance and necessity in modern high-performance sports. It analyzes the key differences between the professional activities of a sports psychologist and related specializations, such as a teacher-psychologist and a medical (clinical) psychologist, based on several criteria: scope of activities, target audience, objectives, working methods, professional competencies, and expected outcomes. Special attention is given to the specific features of the work of a sports psychologist. The article provides a detailed description of the practical aspects of introducing a psychologist into a team, and the integration of a psychologist is presented as a systemic investment in the sustainability of a sports organization, allowing for the optimization of athletes' mental resources and turning the psychological factor into a decisive advantage in competitions.

Keywords: sports psychology, medical psychology, educational psychology, sports training, and psychological resources.

Введение. В современном спорте конкуренция выходит за рамки чисто физической подготовки: решающее значение приобретают **психологические ресурсы** спортсмена — устойчивость к стрессу, способность к концентрации, умение управлять эмоциями и сохранять мотивацию в долгосрочной перспективе. На этом фоне возрастает потребность в профессиональной психологической поддержке, адаптированной к специфике спортивной деятельности (Пуни, 1969, Вяткин, 1981, Верхошанский, 1985, Некрасов, 1985).

Несмотря на очевидную значимость психологического фактора, интеграция спортивного психолога в систему спортивной подготовки до сих пор сталкивается с рядом барьеров:

- недооценка роли психологической работы со стороны тренеров и управленцев; смешение функций спортивного психолога с компетенциями смежных специалистов (педагогов-психологов, клинических психологов);

- отсутствие чётких регламентов взаимодействия психолога с тренерским штабом и медицинскими службами;

- дефицит квалифицированных кадров, обладающих как психологическими, так и спортивно-методическими знаниями.

Цель исследования. Доказать необходимость системного внедрения спортивного психолога в процесс подготовки атлетов, а также чётко обозначить отличия его профессиональной деятельности от работы педагогов-психологов и медицинских (клинических) психологов.

Актуальность. Обусловлена необходимостью чёткого понимания профессиональных границ и компетенций специалистов для эффективного взаимодействия с ними.

В статье рассмотрены:

- психологические особенности спортивной деятельности, требующие специализированной поддержки;

- сравнительный анализ компетенций спортивного, педагогического и медицинского психолога;

- модели интеграции психолога в систему спортивной подготовки;

Таким образом, работа призвана не только обосновать необходимость присутствия спортивного психолога в структуре спортивной организации, но и чётко очертить границы его профессиональной компетенции в контексте смежных психологических направлений.

На практике нередко возникает путаница в понимании функционала этих специалистов: многие не видят принципиальных различий между спортивным и педагогом-психологом, считая их работу схожей по содержанию. Однако такое представление не соответствует действительности. Каждый из этих профессионалов решает уникальные задачи в своей предметной области, использует специфические методы работы и оперирует особым набором компетенций (Батурова, 1992, Brown, 2001, Cook, 2021, Vorozheikin, 2022).

Чтобы наглядно продемонстрировать принципиальные различия в профессиональной деятельности спортивного психолога, педагога-психолога и медицинского психолога, обратимся к сопоставлению их ключевых компетенций. Несмотря на общую психологическую базу, каждая из этих специализаций формирует уникальный набор знаний, умений и рабочих задач, обусловленный спецификой сферы применения.

Представленная ниже сравнительная таблица позволяет системно проследить, в чём именно расходятся профессиональные функции специалистов: от целевых установок и предметных областей до методов работы и критериев эффективности. Такое сопоставление не только проясняет границы каждой специализации, но и подчёркивает особую роль спортивного психолога в системе спортивной подготовки — там, где требуется сочетать психологическую поддержку с пониманием тренировочного процесса, соревновательной динамики и особенностей спортивной среды.

Таблица 1.

Ключевые различия спортивного психолога, педагога-психолога и медицинского (клинического) психолога

Критерии	Спортивный психолог	Педагог-психолог	Медицинский (клинический) психолог
Сфера деятельности и контекст работы	Работает в системе спортивной подготовки: спортивные школы, клубы, сборные, на сборах и соревнованиях. Контекст — тренировочный процесс, соревнования, реабилитация после травм	Действует в образовательной среде: детские сады, школы, колледжи, центры психолого-педагогической помощи. Контекст — учебный процесс, социализация, возрастное развитие.	Работает в медицинских учреждениях, клиниках, реабилитационных центрах. Контекст — диагностика и лечение психических расстройств, работа с пациентами, имеющими клинические проблемы.
Целевая аудитория	Спортсмены разного возраста и уровня подготовки, тренеры, спортивные менеджеры	Дети, подростки, студенты, педагоги, родители; фокус на возрастных группах в рамках образовательного учреждения.	Пациенты с психическими расстройствами, люди, переживающие кризисные состояния, нуждающиеся в диагностике и терапии.

Продолжение таблица 1.

Ключевые различия спортивного психолога, педагога-психолога и медицинского (клинического) психолога

Критерии	Спортивный психолог	Педагог-психолог	Медицинский (клинический) психолог
Основные задачи	Психологическая подготовка к соревнованиям, развитие ментальной устойчивости, управление стрессом, профилактика выгорания, оптимизация командного взаимодействия, сопровождение	Диагностика психоэмоционального развития учащихся, коррекция трудностей в обучении и поведении, адаптация, профорентация, профилактика девиантного поведения.	Диагностика и лечение психических расстройств, кризисная помощь, реабилитация, работа с последствиями травм и заболеваний.

	реабилитации после травм.		
Методы и инструменты работы	Ментальные тренировки, техники регуляции психоэмоционального состояния, командные тренинги, мониторинг психофизиологического состояния, методы психологической разгрузки.	Психолого-педагогическая диагностика (тесты, наблюдения, анкеты), развивающие и коррекционные программы, индивидуальные и групповые консультации, тренинги социализации.	Клинические методы диагностики, психотерапия, когнитивно-поведенческая терапия, работа с психотравмами, использование медицинских стандартов лечения.
Профессиональные компетенции	Знание спортивной физиологии и биомеханики, понимание специфики видов спорта, навыки работы в мультидисциплинарной команде, владение методами психорегуляции в условиях соревновательного стресса.	Знание возрастной психологии и педагогики, владение образовательными стандартами, навыки психолого-педагогической диагностики, умение разрабатывать коррекционно-развивающие программы.	Глубокие знания клинической психологии, умение работать с психическими расстройствами, навыки диагностики и терапии, знание медицинских протоколов.

Продолжение таблица 1.

Ключевые различия спортивного психолога, педагога-психолога и медицинского (клинического) психолога

Критерии	Спортивный психолог	Педагог-психолог	Медицинский (клинический) психолог
Результаты работы	Повышение психической устойчивости и концентрации спортсмена, снижение тревожности перед соревнованиями, улучшение командного взаимодействия, рост спортивных результатов.	Успешная адаптация учащихся, коррекция поведенческих и эмоциональных проблем, развитие личностных качеств, повышение учебной мотивации.	Снижение симптомов психических расстройств, улучшение качества жизни пациентов, реабилитация после кризисных состояний.

В современном спорте высших достижений успех всё реже определяется исключительно физическими кондициями атлета. На первый план выходят психологические ресурсы — способность сохранять концентрацию в критические моменты, управлять тревогой, поддерживать мотивацию на протяжении многолетних циклов подготовки, эффективно восстанавливаться после поражений. Именно поэтому интеграция спортивного психолога в систему подготовки становится не роскошью, а необходимым условием конкурентоспособности.

На практике внедрение этой должности нередко встречает сопротивление: тренеры воспринимают психолога как «чужого», управленцы сомневаются в экономической целесообразности, а сами специалисты порой не могут чётко обозначить свою уникальную роль, отличающую их от педагогов-психологов или клинических психологов. Разберёмся, почему спортивный психолог — не просто «психолог для спортсменов», а отдельная профессиональная позиция со своим полем задач (Куликов, 2000, Ловягина, 2013, Cook, 2021, Keegan, 2014, Ворожейкин, 2016).

В чём суть специфики? Спортивный психолог работает в условиях, принципиально отличных от других психологических специализаций:

Экстремальные нагрузки. Спортсмен регулярно сталкивается с предельными физическими и психическими испытаниями, требующими особых методов регуляции.

Жёсткая временная структура. Сезон, циклы подготовки, соревнования задают жёсткий график, в который должна встраиваться психологическая работа.

Командная среда. Даже в индивидуальных видах спорта психолог взаимодействует с целым штабом (тренер, врач, менеджер), что требует навыков междисциплинарной коммуникации.

Фокус на результат. В отличие от терапевтической практики, где цель — гармонизация личности, здесь главная задача — максимизация спортивных достижений при сохранении психического здоровья.

Чтобы понять ценность специалиста, важно очертить границы его компетенции:

Чем он не является?

1. Он не психотерапевт в классическом понимании: его задача — не глубинная проработка личностных конфликтов, а оперативное решение задач, связанных с спортивной деятельностью.

2. Он не педагог-психолог: хотя и работает с развитием личности, но в контексте спортивных целей, а не образовательного процесса.

3. Он не клинический психолог: не занимается диагностикой и лечением психических расстройств, а фокусируется на норме, доведённой до экстремальных проявлений.

Сравнительный анализ (приведённый в таблице 1) показывает, что даже при внешнем сходстве методов спортивный психолог решает принципиально иные задачи. Если педагог-психолог помогает ребёнку адаптироваться к школе, то спортивный психолог учит атлета адаптироваться к режимам сверхнагрузок. Если клинический психолог работает с тревожным расстройством как патологией, то спортивный психолог обучает спортсмена использовать контролируемую тревогу как ресурс перед стартом. Если педагог применяет развивающие игры для когнитивного роста, то спортивный психолог использует ментальные тренировки для формирования «состояния пика».

Интеграция спортивного психолога в команду даёт ощутимый эффект на разных уровнях подготовки — от юношеских школ до национальных сборных. Прежде всего, специалист снижает риск психологических срывов на соревнованиях: обучая атлетов

техникам саморегуляции, он помогает сохранять концентрацию в критические моменты. Не менее важно и ускорение восстановления после поражений — через проработку эмоциональных реакций спортсмен быстрее возвращается в рабочий режим. Кроме того, психолог способствует сплочённости коллектива: тренинги коммуникации и разрешения конфликтов превращают группу индивидов в единую команду. В долгосрочной перспективе такая работа пролонгирует спортивную карьеру за счёт профилактики выгорания и развития навыков саморефлексии. Наконец, психолог выступает посредником в диалоге «спортсмен-тренер», корректируя ожидания и оптимизируя взаимодействие внутри штаба (Сафонов, 2003, Kolokoltsev, 2023, Romanova, 2024, Martusevich, 2024).

Чтобы интеграция стала действительно эффективной, необходимо чётко прописать функциональные обязанности психолога с учётом специфики вида спорта. Например, в игровых дисциплинах акцент может делаться на командную динамику, а в индивидуальных — на техники ментальной подготовки к старту. Ключевой момент — регулярное взаимодействие с тренерским штабом: психолог должен участвовать в планировании циклов подготовки, а тренеры — понимать, как использовать его рекомендации в ежедневных занятиях. Без такого партнёрства возникает разрыв между психологической поддержкой и реальными тренировочными задачами.

Не менее важна система мониторинга психологических показателей: уровень мотивации, тревожности, сплочённости команды должен измеряться так же систематически, как физические параметры. Для этого можно внедрить короткие анкеты, шкалы самооценки или наблюдения за невербальными сигналами на тренировках. Данные позволят не только отслеживать динамику, но и своевременно корректировать методы работы. При этом психолог обязан гарантировать конфиденциальность: спортсмены будут открыты лишь в том случае, если уверены, что их личные переживания не станут предметом обсуждения за пределами консультационного пространства.

Наконец, успешная интеграция требует просветительской работы с персоналом. Тренеры, менеджеры и даже родители юных спортсменов часто воспринимают психолога как «чужого» или сводят его роль к разбору личностных кризисов. Чтобы преодолеть стереотипы, полезно проводить мини-лекции о конкретных инструментах психолога (например, как визуализация улучшает результаты) и демонстрировать кейсы из практики. Когда команда видит, что психологическая поддержка — это не «разговоры по душам», а система техник для достижения побед, доверие к специалисту растёт, а его работа становится частью общей стратегии успеха.

В современной спортивной практике сложились различные модели включения психолога в работу команды — их выбор определяется уровнем организации, особенностями вида спорта и доступными ресурсами.

Наиболее полной формой интеграции является штатная позиция в спортивной организации: психолог входит в постоянный штат клуба, федерации или сборной. Это обеспечивает непрерывность сопровождения, глубокое понимание динамики команды и возможность оперативно реагировать на кризисные ситуации. Модель оптимальна для профессиональных клубов и национальных сборных с длительными соревновательными циклами, где требуется системная работа со спортсменами.

Альтернативой выступает проектное (срочное) сотрудничество, при котором психолог привлекается на определённый период — например, перед ключевыми соревнованиями или в ходе реабилитации после массовых травм. Работа строится по утверждённому плану с чёткими KPI (снижение тревожности перед стартами, повышение сплочённости команды и т. п.).

Модель экономична и подходит для региональных команд или юношеских школ, не имеющих возможности содержать штатного специалиста, однако её краткосрочность ограничивает глубину проработки проблем.

В любительском спорте или небольших клубах востребована консультативная модель: психолог действует как внешний эксперт, периодически проводя тренинги (например, по управлению стрессом), диагностируя психологическое состояние команды и давая рекомендации тренерскому штабу. Взаимодействие носит эпизодический характер (раз в 1–3 месяца), что не позволяет выстроить системную работу, но даёт базовые инструменты для решения текущих задач.

Самая продвинутая модель — мультидисциплинарная команда, где психолог становится частью комплексного штаба наряду с тренером, врачом, физиотерапевтом инутрициологом. Его задачи интегрированы в общий план подготовки: например, коррекция нагрузки на основе данных о психическом утомлении или разработка индивидуальных программ ментальной подготовки. Такая модель обеспечивает синергию специалистов и даёт максимальный эффект в спорте высших достижений, однако требует высокой культуры взаимодействия и чёткого распределения ролей (Ловягина, 2013, Keegan, 2014, Romanova, 2024).

С развитием цифровых технологий набирает популярность дистанционное сопровождение: психолог проводит онлайн-консультации, мониторит состояние через мобильные приложения и организует виртуальные тренинги. Модель удобна для спортсменов, тренирующихся в разных локациях, или при ограниченном бюджете, но менее эффективна для работы с юными атлетами и в ситуациях, требующих немедленного вмешательства (например, после поражений).

Для эффективности любой из перечисленных моделей критически важны следующие условия:

- чёткое определение функционала психолога с учётом специфики вида спорта;
- регулярное взаимодействие с тренерским штабом и медицинским персоналом;
- внедрение системы мониторинга психологических показателей (уровень мотивации, тревожности, сплочённости);
- обеспечение конфиденциальности для формирования доверия спортсменов;
- просветительская работа с персоналом для преодоления стереотипов о роли психолога.

Таким образом, выбор модели должен опираться на анализ потребностей организации. Для элитных команд приоритетны штатная позиция или мультидисциплинарный подход, обеспечивающие глубокую интеграцию и долгосрочный эффект. Для любительского спорта или региональных клубов более рациональны проектное сотрудничество или консультации, позволяющие получить базовые психологические инструменты без значительных затрат. Главное условие успеха — системность интеграции: психолог должен стать не формальным элементом структуры, а активным участником процесса, нацеленным на достижение конкретных спортивных результатов.

Выводы. Спортивный психолог — это не вспомогательный, а стратегический специалист, чья работа напрямую влияет на результаты команды. Его уникальность заключается в синтезе психологических знаний и понимания спортивной специфики: он говорит на языке атлетов, мыслит категориями побед и рекордов, но при этом владеет инструментами, позволяющими сохранять психическое здоровье в условиях экстремальных нагрузок.

Интеграция спортивного психолога в систему спортивной подготовки — не дань моде, а объективная необходимость современного спорта. В условиях, когда физические резервы организма близки к пределу, именно психологические факторы становятся решающим ресурсом для достижения высоких результатов. Спортивный психолог не заменяет тренера или врача, а дополняет команду уникальным набором инструментов: от техник ментальной подготовки до методов профилактики выгорания. Его работа позволяет системно управлять психическим состоянием атлетов, превращая субъективный фактор «психологической устойчивости» в измеримый компонент тренировочного процесса.

При этом важно понимать принципиальные отличия спортивного психолога от смежных специализаций — педагога-психолога и клинического психолога. В отличие от педагога, он не сосредоточен на образовательном процессе и возрастной динамике, а работает с экстремальными нагрузками и соревновательным стрессом. В отличие от клинического психолога, он не занимается лечением патологий, а оптимизирует состояние здоровых людей, доводя их психические ресурсы до максимума. Эта специфика требует особой подготовки: специалист должен одинаково хорошо ориентироваться в психологических методиках и спортивной физиологии, уметь встраиваться в тренировочный цикл и говорить на одном языке с тренерским штабом.

Эффективная интеграция психолога в команду возможна лишь при соблюдении ряда условий: чёткое определение его функций, регулярное взаимодействие с тренерами, внедрение системы мониторинга психологических показателей и безусловное соблюдение конфиденциальности. Не менее важно преодолеть стереотипы — показать, что психолог не «лечит души», а даёт спортсменам и тренерам конкретные техники для победы. В конечном счёте его работа — это инвестиция в устойчивость всей системы подготовки, где каждый процент психического ресурса может стать решающим на пути к медали. Именно поэтому, как уже было сказано ранее, спортивный психолог сегодня — не вспомогательный, а стратегический специалист, без которого невозможно представить конкурентоспособную спортивную организацию.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Батурова О. Ф. Психологические особенности спортивной деятельности // Теория и практика физической культуры. — 1992. — № 5. — С. 12–15.

Бабушкин Г. Д. Психопедагогика спорта. — М.: Физкультура и Спорт, 2006. — 294 с.

Верхошанский Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса. — М.: Физкультура и спорт, 1985. — 176 с.

Ворожейкин, А. В. Комплексная методика оценки инструкторов по рукопашному бою силовых структур / А. В. Ворожейкин, А. А. Зайцев, П. П. Литасов // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2016. – № 4(46). – С. 78-81.

Вяткин Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. — М.: Физкультура и Спорт, 1981. — 112 с.

Ильин Е. П. Психология спорта. — СПб.: Питер, 2008. — С. 52–105, 117–137.

Куликов Л. В. Проблема описания психических состояний // Психические состояния: хрестоматия / под ред. Л. В. Куликова. — СПб.: Питер, 2000. — С. 11–43.

Ловягина А. Е. Теоретические и прикладные проблемы психологического сопровождения спортсмена // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. — 2013. — Вып. 1. — С. 29–39.

Некрасов В. П. и др. Психорегуляция в подготовке спортсменов. — М.: Физкультура и Спорт, 1985. — 176 с.

Пуни А. Ц. Психологическая подготовка к соревнованиям в спорте. — М.: Физкультура и Спорт, 1969. — 82 с.

Прохоров А. О. Системный анализ психических состояний // Психология состояний: хрестоматия / под ред. проф. А. О. Прохорова. — М.: ПЕР СЭ, 2004. — С. 141–153.

Сафонов В. К. Агрессия в спорте. — СПб.: Изд. СПбГУ, 2003. — 145 с.

Brown D. J., Arnold R., Standage M., Fletcher D. A longitudinal examination of thriving in sport performance // *Psychology of Sport and Exercise*. — 2021. — Т. 56. — DOI: 10.1016/j.psychsport.2021.101934.

Cook G. M., Fletcher D., Peyrebrune M. Olympic coaching excellence: a quantitative study of psychological aspects of Olympic swimming coaches // *Psychology of Sport and Exercise*. — 2021. — Т. 53. — DOI: 10.1016/j.psychsport.

Comprehensive evaluation of the functional state in senior schoolchildren with varying levels of daily motor activity / A. Martusevich, I. Bocharin, A. Eshiev [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. — 2024. — Vol. 24, No. 11. — P. 1919-1926. — DOI 10.7752/jpes.2024.11288.

Cardiorespiratory and anthropometric parameters in athletes across various sports / E. Romanova, A. Vorozheikin, A. Metalnikov [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. — 2024. — Vol. 24, No. 8. — P. 1868-1874. — DOI 10.7752/jpes.2024.08207.

Combined program for young skiers' special endurance development during the preparatory period of the annual macrocycle / A. Vorozheikin, E. Romanova, M. Kolokoltsev [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. — 2022. — Vol. 22, No. 4. — P. 941-947. — DOI 10.7752/jpes.2022.04119.

Enhancing physical and functional fitness through the integration of health fitness elements in young gymnasts / E. V. Romanova, A. V. Vorozheikin, O. V. Bayankin [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. — 2023. — Vol. 23, No. 10. — P. 2685-2691. — DOI 10.7752/jpes.2023.10307.

Keegan R. J., Harwood C. C., Spray M., Lavallee D. A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport // *Psychology of Sport and Exercise*. — 2014. — Т. 15. — С. 97–107.

Physical fitness and life quality of female students with different classes of diseases / M. Kolokoltsev, E. Romanova, T. Martirosova [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. — 2023. — Vol. 23, No. 1. — P. 128-133. — DOI 10.7752/jpes.2023.01016.

REFERENCES

Babushkin G. D. *Psychopedagogy of Sports*. — Moscow: Physical Culture and Sports, 2006. — 294 p.

Baturova O. F. *Psychological Features of Sports Activities // Theory and Practice of Physical Culture*. — 1992. — No. 5. — Pp. 12–15.

Enhancing physical and functional fitness through the integration of health fitness elements in young gymnasts / E. V. Romanova, A. V. Vorozheikin, O. V. Bayankin [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 10. – P. 2685-2691. – DOI 10.7752/jpes.2023.10307.

Cook G. M., Fletcher D., Peyrebrune M. Olympic coaching excellence: a quantitative study of psychological aspects of Olympic swimming coaches // Psychology of Sport and Exercise. — 2021. — Т. 53. — DOI: 10.1016/j.psychsport.

Ilyin E. P. Psychology of Sports. — St. Petersburg: Peter, 2008. — Pp. 52–105, 117–137.

Keegan R. J., Harwood C. C., Spray M., Lavallee D. A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport // Psychology of Sport and Exercise. — 2014. — Т. 15. — С. 97–107.

Physical fitness and life quality of female students with different classes of diseases / M. Kolokoltsev, E. Romanova, T. Martirosova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 1. – P. 128-133. – DOI 10.7752/jpes.2023.01016.

Kulikov L. V. The problem of describing mental states // Mental states: a textbook / edited by L. V. Kulikov. St. Petersburg: Peter, 2000, pp. 11-43.

Lovyagina A. E. Theoretical and applied problems of psychological support of an athlete // Scientific notes of P. F. Lesgaft University. - 2013. — Issue 1. — pp. 29-39.

Comprehensive evaluation of the functional state in senior schoolchildren with varying levels of daily motor activity / A. Martusevich, I. Bocharin, A. Eshiev [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2024. – Vol. 24, No. 11. – P. 1919-1926. – DOI 10.7752/jpes.2024.11288.

Nekrasov V. P. et al. Psychoregulation in the Training of Athletes. — Moscow: Physical Culture and Sports, 1985. — 176 p.

Prokhorov A. O. System analysis of mental states // Psychology of states: a textbook / edited by prof. A. O. Prokhorov. — M.: PER SE, 2004. — pp. 141-153.

Puni A. Ts. Psychological Preparation for Competitions in Sports. — Moscow: Physical Culture and Sports, 1969. — 82 p.

Cardiorespiratory and anthropometric parameters in athletes across various sports / E. Romanova, A. Vorozheikin, A. Metalnikov [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2024. – Vol. 24, No. 8. – P. 1868-1874. – DOI 10.7752/jpes.2024.08207.

Safonov V. K. Aggression in sports. St. Petersburg: St. Petersburg State University Publishing House, 2003. 145 p.

Verkhoshansky Yu. V. Programming and Organization of the Training Process. — M.: Physical Culture and Sports, 1985. — 176 p.

Vorozheikin, A. V. Complex Methodology for Evaluating Hand-to-Hand Combat Instructors in Law Enforcement Agencies / A. V. Vorozheikin, A. A. Zaitsev, and P. P. Litasov // Bulletin of the Kaliningrad Branch of the St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. – 2016. – No. 4(46). – Pp. 78-81.

Combined program for young skiers' special endurance development during the preparatory period of the annual macrocycle / A. Vorozheikin, E. Romanova, M. Kolokoltsev [et al.] // Journal of

ISSN 2414-0244

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2026. - 41 (1)

Раздел 1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ
ДУХОВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)1.01](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)1.01)

Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 4. – P. 941-947. – DOI 10.7752/jpes.2022.04119.

Vyatkin B. A. Management of Mental Stress in Sports Competitions. — M.: Physical Culture and Sports, 1981. — 112 p.