

Научная статья
УДК [796:159.9]+[796.422:378.4(470.44-25)]

Соревновательная надежность легкоатлетов-бегунов Саратовского госуниверситета как залог спортивного успеха

Н. Б. Бриленок, С. С. Павленкович[✉]

Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, Россия, 410012, г. Саратов, ул. Астраханская, д. 83

Бриленок Наиля Булатовна, доцент, кандидат философских наук, директор Института физической культуры и спорта, brilenoknb@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6510-823X>

Павленкович Светлана Сергеевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры теоретических основ физического воспитания, svpavlin@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2311-5612>

Аннотация. Проведен сравнительный анализ компонентов соревновательной надежности легкоатлетов-бегунов с разной самооценкой личности в рамках их выступлений в двух соревновательных сезонах. Контингент обследованных составили 30 студентов Саратовского государственного университета имени Н. Г. Чернышевского. По результатам проведенного анализа выделены 2 группы спортсменов с высокой и средней самооценкой личности. У спортсменов с высокой самооценкой личности преобладает стремление к успеху и направленность на участие в соревнованиях. Спортсмены со средней самооценкой личности склонны в большей степени к тренировочной деятельности и к избеганию неудач. Полученные результаты свидетельствуют о более стабильных показателях соревновательной надежности у спортсменов с высокой самооценкой личности и их вариативность в группе легкоатлетов со средней самооценкой.

Ключевые слова: студенты-спортсмены, самооценка личности, студенческий спорт, мотивация, соревновательная надежность

Для цитирования: Бриленок Н. Б., Павленкович С. С. Соревновательная надежность легкоатлетов-бегунов Саратовского госуниверситета как залог спортивного успеха // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 2. С. 136–142. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-2-136-142>, EDN: PLOWDD

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Competitive reliability of track-and-field athletes of Saratov State University as a guarantee of sports success

N. B. Brilenok, S. S. Pavlenkovich[✉]

Saratov State University, 83 Astrakhanskaya St., Saratov 410012, Russia

Nailya B. Brilenok, brilenoknb@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6510-823X>

Svetlana S. Pavlenkovich, svpavlin@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2311-5612>

Abstract. The article provides a comparative analysis of the components of competitive reliability of track-and-field runners with different self-esteem in the framework of their performances in two competitive seasons. The surveyed contingent consisted of 30 students of Saratov State University named after N. G. Chernyshevsky. According to the results of the analysis, 2 groups of athletes with high and medium self-esteem were identified. The desire for success prevails among athletes with high self-esteem and they focus on participating in competitions. Athletes with an average self-esteem are more inclined to training activities and to avoiding failures. The results show a more stable performance of the athletes with high self-esteem and variability in the group of athletes with medium self-esteem.

Keywords: student-athletes, personality self-assessment, motivation, competitive reliability

For citation: Brilenok N. B., Pavlenkovich S. S. Competitive reliability of track-and-field athletes of Saratov State University as a guarantee of sports success. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 2, pp. 136–142 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-2-136-142>, EDN: PLOWDD

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CCO-BY 4.0)

Введение

Для студентов физкультурного вуза соревнования являются важной частью их спортивной жизни, создавая возможность для реализации потенциала, проявления личностных качеств, формирования спортивного характера и оптимальной физической работоспособности [1, 2]. Участие студентов вузов в соревнованиях позволяет выявить и проанализировать сильные и слабые стороны их подготовленности [3], способствует преодолению трудностей, связанных с психологическим напряжением спортивной борьбы, а также создает предпосылки для мобилизации организма и повышения уровня подготовленности до необходимого уровня [4, 5]. Соревновательная деятельность рассматривается как решающий фактор в становлении интереса студентов для занятий определенным видом спорта [6].

Для занятий циклическими видами спорта на выносливость, в частности легкоатлетическим бегом, студент-спортсмен должен обладать высоким уровнем двигательной активности, достаточным уровнем мотивации и требовательности к себе [7, 8].

Возрастающий уровень конкуренции между отдельными спортсменами и командами в современном легкоатлетическом спорте, стремление к завоеванию побед и установлению рекордов требуют от них проявления высокой соревновательной надежности, которая формируется в процессе длительной целенаправленной подготовки [9–11].

Самооценка – основной фактор формирования личности спортсмена под влиянием мотиваций, уровня притязаний в общей структуре спортивной деятельности и при взаимодействии с окружающими. При этом адекватная оценка своих возможностей, достижений и недостатков способствует саморазвитию и самосовершенствованию [12, 13].

Цель исследования – сравнительный анализ показателей соревновательной надежности студентов-легкоатлетов сборной команды университета с разным уровнем самооценки личности в течение двух соревновательных сезонов.

Материалы и методы

Исследования проводились с сентября 2020 по июнь 2022 г. В них приняли участие 30 студентов очной формы обучения Института физической культуры и спорта направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура», входящих в состав сборной команды Саратовского государственного университета имени Н. Г. Чернышевского, из них 16 юношей и 14 девушек. Обследуемые спортсмены специализируются в легкоатлетическом беге на короткие и средние дистанции и тренируются на базе Муниципального казенного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва № 6» г. Саратова.

Для изучения мотивационно-ценностного компонента личности легкоатлетов-бегунов использовали комплекс тестовых методик: «Шкала самооценки личности» (Н. П. Фетискин), «Оценка уровня спортивной, соревновательной и тренировочной мотивации» (Г. Д. Бабушкин), «Мотивация успеха и боязнь неудачи» (А. А. Реан) [14, 15].

Диагностика компонентов соревновательной надежности легкоатлетов-бегунов по В. Э. Мильману (соревновательная эмоциональная устойчивость, соревновательная саморегуляция, мотивационно-энергетический компонент, стабильность – помехоустойчивость) [16] осуществлялась троекратно: на предсоревновательном (фоновые показатели) и двух соревновательных этапах.

Кроме того, проведен анализ результатов успешных и неуспешных выступлений легкоатлетов-бегунов за двухлетний период их участия в следующих мероприятиях: VII Всероссийской летней Универсиаде по легкой атлетике (г. Екатеринбург, октябрь 2020 г.), Всероссийском фестивале студенческого спорта (г. Ижевск, октябрь 2021 г.), чемпионате и первенстве ПФО по легкой атлетике (г. Чебоксары, июнь 2021 г.), чемпионате и первенстве Саратовской области по легкой атлетике (г. Саратов, декабрь 2021 г.), чемпионате Саратовской области по легкой атлетике (г. Саратов,

январь 2022 г.), первенстве Саратовской области по легкой атлетике (г. Саратов, май 2022 г.). Результаты выступлений обследуемых спортсменов были сопоставлены с показателями самооценки личности и соревновательной надежности.

Полученные в ходе исследования данные обработаны методом математической статистики с использованием *t*-критерия Стьюдента.

Результаты и их обсуждение

Материалы проведенного тестирования позволили выявить личностные особенности легкоатлетов-бегунов сборной команды университета. Критерием для распределения спортсменов на группы послужили результаты самооценки личности по шкале Н. П. Фетискина. Были сформированы 2 группы легкоатлетов-бегунов с высоким и средним уровнем самооценки личности, в каждую из которых вошли представители обоих полов.

Данные табл. 1 свидетельствуют о наличии у большинства бегунов высокого уровня самооценки личности (1-я группа), среди которых 10 юношей и 8 девушек, что указывает на их стремление к достижению успеха. 2-ю группу составили легкоатлеты со средним уровнем самооценки личности: 6 юношей и 6 девушек. Примечательно, что внутри каждой группы достоверных гендерных различий по показателю самооценки не наблюдалось: $14,8 \pm 1,4$ и $13,9 \pm 1,4$ балла в 1-й группе; $34,7 \pm 2,3$ и $35,2 \pm 2,9$ балла во 2-й группе соответственно.

Для более полной характеристики личности были исследованы показатели и направ-

ленность мотивации легкоатлетов-бегунов (см. табл. 1). Так, у студентов с высокой самооценкой личности зафиксированы более высокие показатели спортивной мотивации ($40,9 \pm 1,8$ балла у юношей и $41,5 \pm 2,1$ – у девушек) по сравнению с представителями со средней самооценкой ($25,8 \pm 1,4$ и $26,3 \pm 1,4$ балла соответственно). Отметим, что в 1-й группе у спортсменов обоих полов выявлено доминирование показателей соревновательной мотивации ($8,8 \pm 0,3$ и $7,9 \pm 0,5$ балла) над тренировочной ($5,7 \pm 0,3$ и $6,1 \pm 0,5$ балла). Во 2-й группе результаты исследования преобладающего типа мотивации имели некоторые отличия: у юношей показатели свидетельствуют об уравновешенности обоих видов мотивации ($7,5 \pm 0,5$ и $7,8 \pm 0,6$ балла), тогда как девушки в большей степени предпочитают тренировки ($8,5 \pm 0,6$ балла) участию в соревнованиях ($7,2 \pm 0,5$ балла).

При сравнительном анализе показателей мотивации успеха и боязни неудач по методике А. А. Реан выявлена ее позитивная направленность у большинства обследованных спортсменов. Причем у юношей и девушек 1-й группы установлено четкое доминирование мотивации достижения успеха ($16,3 \pm 0,8$ и $17,2 \pm 0,9$ балла), у юношей 2-й группы средние значения показателей указывают на отсутствие четко выраженного мотивационного полюса, но со склонностью в потребности к достижению успеха ($12,8 \pm 1,1$ балла). Зафиксированные значения мотивации девушек 2-й группы ($9,1 \pm 0,8$ балла) указывают на ее негативную направленность и потребность избегания срыва, неудачи.

Таблица 1/Table 1

Средние показатели мотивационно-ценностного компонента личности легкоатлетов-бегунов сборной команды университета, баллы

Average indicators of the motivational-value component of the personality athletes-runners of the university team, points

Показатель	Уровень самооценки личности			
	1-я группа высокий уровень		2-я группа средний уровень	
	Юноши <i>n</i> = 10	Девушки <i>n</i> = 8	Юноши <i>n</i> = 6	Девушки <i>n</i> = 6
Самооценка личности	$14,8 \pm 1,4$	$13,9 \pm 1,4$	$34,7 \pm 2,3^*$	$35,2 \pm 2,9^*$
Спортивная мотивация	$40,9 \pm 1,8$	$41,5 \pm 2,1$	$25,8 \pm 1,4^*$	$26,3 \pm 1,4^*$
Соревновательная мотивация	$8,8 \pm 0,3$	$7,9 \pm 0,5$	$7,5 \pm 0,5$	$7,2 \pm 0,5$
Тренировочная мотивация	$5,7 \pm 0,3$	$6,1 \pm 0,5$	$7,8 \pm 0,6^*$	$8,5 \pm 0,6^*$
Мотивация успеха и боязнь неудачи	$16,3 \pm 0,8$	$17,2 \pm 0,9$	$12,8 \pm 1,1$	$9,1 \pm 0,8$

Примечание. * $p < 0,05$ – различия достоверны относительно показателей легкоатлетов 1-й группы с высоким уровнем самооценки.

В ходе дальнейших исследований проведен анализ средних значений компонентов соревновательной надежности с уровнем самооценки легкоатлетов-бегунов (табл. 2).

У спортсменов с высокой самооценкой личности на всех этапах исследования показатели компонентов соревновательной надежности имеют положительные значения, что указывает на высокую способность регулировать свои эмоциональные состояния (соревновательная эмоциональная устойчивость), предполагает полную включенность в соревновательную деятельность (мотивационно-энергетический компонент), свидетельствует о силе и уравновешенности нервных процессов и служит интегральным показателем их адаптационных возможностей (стабиль-

ность – помехоустойчивость). Отрицательные значения компонентов соревновательной надежности у спортсменов со средней самооценкой указывают на снижение способности справляться с эмоциональным соревновательным стрессом, ниже среднего уровень саморегуляции и стабильности – помехоустойчивости. Отметим, что показатели соревновательной надежности не имели статистически значимой разницы у юношей и девушек внутри каждой группы (см. табл. 2).

Сопоставление соревновательных результатов 1-го этапа позволило установить количество успешных выступлений у 4 юношей (40%) и 4 девушек (50%) в группе с высокой самооценкой личности, а также у 2 юношей (33%) и 3 девушек (50%) в группе со средней са-

Таблица 2/Table 2

Средние показатели компонентов соревновательной надежности легкоатлетов-бегунов сборной команды университета, баллы

Average indicators of competitive reliability components of track and field athletes-runners of the university team, points

Показатель	Этапы исследования	Юноши	Девушки
1-я группа легкоатлеты-бегуны с высокой самооценкой личности			
Соревновательная эмоциональная устойчивость	Предсоревновательный	0,42 ± 0,3	0,37 ± 0,4
	1-й соревновательный	0,38 ± 0,3	0,31 ± 0,4
	2-й соревновательный	0,46 ± 0,3	0,43 ± 0,4
Соревновательная саморегуляция	Предсоревновательный	2,61 ± 0,5	2,08 ± 0,6
	1-й соревновательный	2,54 ± 0,5	1,94 ± 0,5
	2-й соревновательный	2,83 ± 0,5	2,21 ± 0,6
Мотивационно-энергетический компонент	Предсоревновательный	0,93 ± 0,5	0,65 ± 0,5
	1-й соревновательный	1,24 ± 0,5	0,82 ± 0,6
	2-й соревновательный	1,47 ± 0,4	1,14 ± 0,5
Стабильность – помехоустойчивость	Предсоревновательный	0,72 ± 0,6	0,47 ± 0,3
	1-й соревновательный	0,85 ± 0,6	0,51 ± 0,3
	2-й соревновательный	1,28 ± 0,5	0,85 ± 0,3
2-я группа легкоатлеты-бегуны со средней самооценкой личности			
Соревновательная эмоциональная устойчивость	Предсоревновательный	-1,92 ± 0,4*	-2,35 ± 0,6*
	1-й соревновательный	-2,72 ± 0,5*	-2,82 ± 0,4*
	2-й соревновательный	-0,36 ± 0,5*∞	-0,47 ± 0,3*∞
Соревновательная саморегуляция	Предсоревновательный	-1,26 ± 0,4*	-1,43 ± 0,5*
	1-й соревновательный	-2,94 ± 0,3*	-2,57 ± 0,6*
	2-й соревновательный	0,18 ± 0,5*∞	0,25 ± 0,4*∞
Мотивационно-энергетический компонент	Предсоревновательный	-2,28 ± 0,5*	-2,43 ± 0,5*
	1-й соревновательный	-3,04 ± 0,6*	-3,38 ± 0,6*
	2-й соревновательный	1,07 ± 0,4*∞	1,24 ± 0,5*∞
Стабильность –помехоустойчивость	Предсоревновательный	-1,02 ± 0,5*	-1,23 ± 0,6*
	1-й соревновательный	-2,31 ± 0,4*	-1,72 ± 0,5*
	2-й соревновательный	0,35 ± 0,3*∞	0,41 ± 0,4*∞

Примечание. * $p < 0,05$ – различия достоверны относительно показателей легкоатлетов с высоким уровнем самооценки личности; ∞ $p < 0,05$ – различия достоверны относительно показателей предсоревновательного периода.

мооценкой. Во время 2-го соревновательного этапа количество успешных выступлений зафиксировано у 7 юношей (70%) и 6 девушек (75%) 1-й группы, а также у 4 юношей (67%) 2-й группы. У девушек 2-й группы соотношение успешных и неуспешных выступлений осталось на прежнем уровне (рисунок).

На основании детального анализа протоколов соревнований можно заключить об успешном соревновательном старте в обоих случаях у 4 юношей (40%) и 3 девушек (38%) 1-й группы, а также у 1 юноши и 1 девушки 2-й группы.

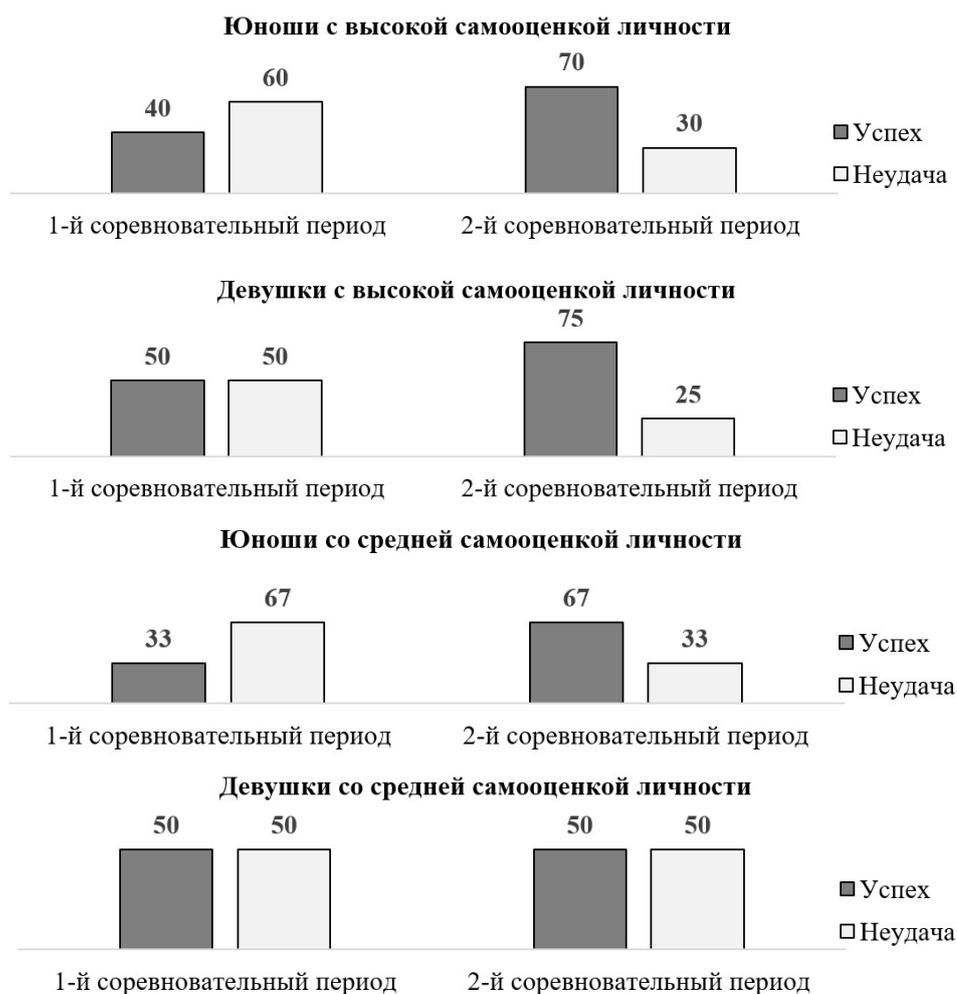
Достижение высоких спортивных результатов легкоатлетов-бегунов находится в прямой зависимости как от длительных тренировочных нагрузок, так и от кратковременного максимального напряжения резервов различных систем организма в период соревновательных стартов. Поэтому спад результатов и потерю спортивной формы у некоторых лег-

коатлетов-бегунов можно объяснить тем, что к началу 1-го соревновательного старта они подошли после периода карантинных мероприятий, связанных с пандемией COVID-19.

Кроме того, излишняя самоуверенность или низкая мотивация у некоторых спортсменов после 1-го соревновательного этапа помешала им удачно выступить во 2-м сезоне, несмотря на проводимые мероприятия по регуляции негативных предстартовых состояний.

Заключение

Проведенные исследования показали, что юноши и девушки с высокой самооценкой личности демонстрируют стабильность выступлений на протяжении всего периода исследования по сравнению со спортсменами со средней самооценкой, которым присуще чередование удачных и относительно неудач-



Количество успешных и неуспешных выступлений легкоатлетов-бегунов с учетом уровня самооценки личности, %

Fig. The number of successful and unsuccessful performances of runners, %

ных выступлений в соревнованиях. При этом результативность соревновательной деятельности у спортсменов 1-й группы выше, тогда как у бегунов 2-й группы соответствует обычной тренировочной деятельности.

Таким образом, занятия спортом оказывают положительное влияние на формирование самооценки личности студентов университета. Высокая адекватная самооценка спортсменами собственной личности и специализированных способностей является основой реализации запланированных результатов. При этом залогом успешных выступлений студентов на соревнованиях различного уровня является мотивация, поэтому совершенствование тренировочного процесса должно быть направлено на мотивационно-ориентированное звено соревновательной деятельности студентов.

Список литературы

1. Дергачева А. А. Соревнования как основной элемент спортивной деятельности // Инициатива в образовании: проблема интерпретации знания в современной науке: сборник научных трудов. Казань : ООО «СитИвент», 2019. С. 260–264.
2. Полянская В. О., Налимова М. Н. Спортивные соревнования как основной элемент спортивной деятельности // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2019. № 11–2. С. 84–86. <https://doi.org/10.24411/2500-1000-2019-11758>
3. Нурмагомедова Э. Н. Спортивные соревнования в педагогическом вузе как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки и контроль их эффективности // NovaInfo.Ru. 2015. Т. 1, № 38. С. 233–240.
4. Абрамова В. В., Иванькова Ю. А. Пути преодоления стресса спортсменами в спортивной соревновательной деятельности // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2016. Т. 2, № 4. С. 70–76. <https://doi.org/10.18413/2313-8971-2016-2-4-70-76>
5. Шелиспанская Э. В. Пути преодоления фрустрационного напряжения у спортсменов в соревновательный период // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2021. № 11. С. 150–152.
6. Грачев Н. П., Ретюнских М. Е. Спортивные соревнования, как важнейшее средство повышения тренированности и спортивного мастерства // Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе: сборник научных статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции, Воронеж, 22 октября 2015 года. Воронеж : Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2016. С. 311–315.
7. Сизова Н. В. Мотивационная готовность студентов к занятиям физкультурой и спортом // Концепт. 2019. № 4. С. 116–123. <https://doi.org/10.24411/2304-120X-2019-12016>
8. Александров С. Г., Ретова В. Д. О способах повышения интереса студентов вузов к занятиям физкультурой

и спортом // Сфера услуг: инновации и качество. 2022. № 61. С. 12–20.

9. Юшкевич Т. П., Шатуха И. Г., Седнева А. В. Особенности подготовки легкоатлетов-спринтеров высокой квалификации на предсоревновательном этапе // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры. 2021. № 24. С. 98–105.
10. Баранов В. А. Социально-психологический феномен соперничества // Спортивный психолог. 2019. № 1 (52). С. 67–70.
11. Леднев В. А. Индустрия спорта как арена конкурентной борьбы // Науковедение. 2013. № 6 (19). С. 59.
12. Воронкина Л. В. Исследование самооценки спортсменов в связи с постановкой ближайших и перспективных соревновательных результатов // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2016. № 50, ч. 2. С. 103–107.
13. Митюкова А. С. Развитие личностных качеств студента при занятии физкультурой и спортом // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма: материалы VII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов с международным участием: в 3 т. Казань : Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2019. Т. 3. С. 613–615.
14. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. : Издательство Института психотерапии, 2002. 363 с.
15. Бабушкин Г. Д. Психодиагностика в спорте. Саратов : Вузовское образование, 2020. 311 с.
16. Марищук В. Л., Блудов Ю. М., Плахтенко В. А., Серова Л. К. Методики психодиагностики в спорте. М. : Просвещение, 1990. 256 с.

References

1. Dergacheva A. A. Sports competitions as an essential element of sports activities. In: *Initiativa v obrazovanii: problema interpretatsii znaniya v sovremennoj nauke: sbornik nauchnykh trudov* [Initiative in education: The problem of interpretation of knowledge in modern science: a collection of scientific papers]. Kazan, LLC "SitIvent", 2019, pp. 260–264 (in Russian).
2. Polyanskaya V. O., Nalimova M. N. Sports competitions as an essential element of sports activities. *International Journal of Humanities and Natural Sciences*, 2019, no. 11–2, pp. 84–86 (in Russian). <https://doi.org/10.24411/2500-1000-2019-11758>
3. Nurmamedova E. N. Sports competitions in pedagogical higher education as a means and method of general physical, professional-applied, sports training and control of their effectiveness. *NovaInfo.Ru*, 2015, vol. 1, no. 38, pp. 233–240 (in Russian).
4. Abramova V. V., Ivankova Yu. A. Ways of overcoming stress by athletes in sports competitive activity. *Research Result. Pedagogy and Psychology of Education*, 2016, vol. 2, no. 4, pp. 70–76 (in Russian). <https://doi.org/10.18413/2313-8971-2016-2-4-70-76>

5. Shelispanskaya E. V. Ways of overcoming frustration tension in athletes during the competitive period. *Resources of Competitiveness of Athletes: Theory and Practice of Implementation*, 2021, no. 11, pp. 150–152 (in Russian).
6. Grachev N. P., Retyunskikh M. E. Sports competitions as the most important means of improving fitness and sportsmanship. In: *Fizicheskaja kul'tura, sport i zdorov'e v sovremennom obshhestve: sbornik nauchnykh statej Vserossijskoj s mezhdunarodnym uchastiem ochno-zaochnoj nauchno-prakticheskoj konferentsii, Voronezh, 22 oktjabrja 2015 goda* [Physical culture, sport and health in modern society: Collection of scientific articles of the All-Russian intramural and correspondence scientific and practical conference with international participation, Voronezh, October 22, 2015]. Voronezh, Publishing and Printing Center "Scientific Book", 2016, pp. 311–315 (in Russian).
7. Sizova N. V. Motivational readiness of students for physical education and sports. *Concept*, 2019, no. 4, pp. 116–123 (in Russian). <https://doi.org/10.24411/2304-120X-2019-12016>
8. Alexandrov S. G., Revtova V. D. About ways to increase the interest of university students in physical education and sports. *Services Sector: Innovation and Quality*, 2022, no. 61, pp. 12–20 (in Russian).
9. Yushkevich T. P., Shatukha I. G., Sedneva A. V. Training features of highly skilled sprinters in the pre-competition phase. *Scientific Notes of the Belarusian State University of Physical Culture*, 2021, no. 24, pp. 98–105 (in Russian).
10. Baranov V. A. Socio-psychological the phenomenon of rivalry. *Sports Psychologist*, 2019, no. 1 (52), pp. 67–70 (in Russian).
11. Lednev V. A. Sports industry as the sphere of competitive fight. *Naukovedenie* [Science of Science], 2013, no. 6 (19), pp. 59 (in Russian).
12. Voronkina L. V. The study of athletes' self-esteem in connection with the formulation of immediate and promising competitive results. *Psychology and Pedagogy: Methodology and Problems of Practical Application*, 2016, no. 50, part 2, pp. 103–107 (in Russian).
13. Mityukova A. S. Development of personal qualities of a student in physical education and sports. *Aktual'nye problemy teorii i praktiki fizicheskoi kul'tury, sporta i turizma: materialy VII Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferentsii molodykh uchenykh, aspirantov, magistrantov i studentov s mezhdunarodnym uchastiem: v 3 tomakh* [Actual problems of theory and practice of physical education, sports and tourism: Materials of the VII All-Russian scientific and practical conference of young scientists, graduate students, undergraduates and students with international participation: in 3 volumes]. Kazan, Volga State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism, 2019, vol. 3, pp. 613–615 (in Russian).
14. Fetitskin N. P., Kozlov V. V., Manuilov G. M. *Social'no-psihologicheskaja diagnostika razvitija lichnosti i malyx grupp* [Socio-psychological diagnostics of personality development and small groups development]. Moscow, Publishing House of the Institute of Psychotherapy, 2002. 363 p. (in Russian).
15. Babushkin G. D. *Psikhodiagnostika v sporte* [Psychodiagnosics in sport]. Saratov, Vuzovskoe obrazovanie Publ., 2020. 311 p. (in Russian).
16. Marishchuk V. L., Bludov Yu. M., Plakhtenko V. A., Serova L. K. *Metodiki psikhodiagnostiki v sporte* [Methods of psychodiagnosics in sports]. Moscow, Prosveshchenie Publ., 1990. 256 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 26.12.2022; одобрена после рецензирования 29.12.2022; принята к публикации 30.12.2022
The article was submitted 26.12.2022; approved after reviewing 29.12.2022; accepted for publication 30.12.2022