

DOI 10.58351/2949-2041.2025.28.11.015

Гуманюк Кирилл Алексеевич, студент
Дальневосточный государственный медицинский университет
Gumanyuk Kirill Alekseevich, student
Far Eastern State Medical University

Рыбченко Никита Витальевич, студент
Дальневосточный государственный медицинский университет
Rybchenko Nikita Vitalievich, student
Far Eastern State Medical University

Бородин Петр Владимирович
кандидат педагогических наук, доцент
Дальневосточный государственный медицинский университет
Borodin Petr Vladimirovich
candidate of pedagogical sciences, associate professor
Far Eastern State Medical University

ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА МЕНТАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ-МЕДИКОВ ДАЛЬНЕВОСТОЧНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА PSYCHODIAGNOSTIC ASSESSMENT OF THE MENTAL FITNESS OF MEDICAL ATHLETES IN THE FAR EASTERN FEDERAL DISTRICT

Аннотация. Настоящее исследование посвящено психодиагностической оценке уровня ментальной подготовленности спортсменов-медиков Дальневосточного федерального округа (ДВФО) с использованием комплексной методики «КОМПАС». Актуальность работы обусловлена повышенными требованиями к психологической устойчивости лиц, совмещающих профессиональную деятельность в медицине со спортом высших достижений, а также недостаточной изученностью данной проблемы в регионе. В ходе работы проводится оценка ключевых компонентов ментальной подготовленности: когнитивного, мотивационного, эмоционального и волевого. Исследование выявляет специфические внутренние и внешние стрессоры, с которыми сталкивается данная категория спортсменов, а также потенциальные барьеры для обращения за психологической помощью. Практическая значимость работы заключается в разработке научно обоснованных рекомендаций по целенаправленному формированию психологической готовности к соревновательной деятельности с учетом региональной и профессиональной специфики. Результаты могут быть использованы в работе спортивных психологов, тренеров и кураторов в медицинских вузах.

Abstract. This research is dedicated to the psychodiagnostic assessment of the mental readiness levels of athlete-medics in the Far Eastern Federal District (FEFD) using the original comprehensive methodology "KOMPAS". The relevance of the work is determined by the increased demands on the psychological resilience of individuals combining professional medical activities with elite sports, as well as the insufficient study of this issue in the region. The study evaluates key components of mental preparedness: cognitive, motivational, emotional, and volitional. The research identifies specific internal and external stressors faced by this category of athletes, as well as potential barriers to seeking psychological help. The practical significance of the work lies in the development of evidence-based recommendations for the targeted formation of psychological readiness for competitive activity, taking into account regional and professional specifics. The results can be used by sports psychologists, coaches, and supervisors in medical universities.



Ключевые слова: Ментальная подготовленность спортсменов, психодиагностика, спортсмены-медики, Дальневосточный федеральный округ (ДФО), методика КОМПАС, психологическая готовность, стресс-факторы, психологическое тестирование.

Keywords: Athletes mental readiness, psychodiagnostics, athlete-medics, Far Eastern Federal District (FEFD), KOMPAS methodology, psychological readiness, stress factors, psychological assessment.

Введение: Современный спорт высших достижений предъявляет исключительно высокие требования не только к физической, но и к психологической подготовленности атлета. В последние годы накоплен значительный объем данных, подтверждающих, что ментальное здоровье и психологическая устойчивость являются критически важными факторами, влияющими как на спортивные результаты, так и на общее качество жизни спортсмена [48, 53]. Психодиагностика в спорте давно вышла за рамки простого тестирования и включает в себя комплексную оценку психических качеств, состояний и свойств личности, формирование благоприятных психических состояний и целенаправленную психологическую подготовку [43-45].

В полной мере, все сказанное может быть отнесено и к студентам медицинских вузов России. В научных трудах Н.В. Агафонова, А.В. Баклыковой, П.В. Бородина, П.В. Глыбочко, В.Б. Мандрикова, С.А. Моисеенко, В.Д., Прошлякова, Е.Н. Селюжицкой, Н.Н. Царева и других авторов отмечено, что в процессе многолетнего обучения в образовательной системе высшего образования студенты-медики часто сталкиваются с физическими и умственными напряжениями, которые требуют от них высокого уровня произвольного внимания, физической выносливости и психоэмоциональной устойчивости (выдержка, терпеливость, воля). И, несмотря на то, что молодые люди обладают определенным запасом адаптационно-приспособительных возможностей, который позволяет им поддерживать достаточный уровень работоспособности, тем не менее, специфика обучения в медицинских вузах, неизбежно приводит к постепенному истощению резервных возможностей организма, а иногда и к снижению уровня здоровья и психического состояния [1-36, 38-42, 46, 47, 49-52].

Особую, недостаточно изученную категорию в этом контексте представляют собой спортсмены-медики. Данная группа испытывает на себе воздействие уникального сочетания стрессоров: с одной стороны – интенсивные академические и профессиональные нагрузки, работа в условиях высокой ответственности, характерные для медицинской деятельности; с другой – соревновательное давление, необходимость постоянного физического восстановления и риск выгорания, присущие спорту высших достижений. Исследования показывают, что в элитном спорте спортсмены и персонал могут сталкиваться со специфическими личностными и спортивными стресс-факторами, которые способны подрывать ментальное здоровье, а такие факторы, как стигматизация, перфекционизм и нежелательное внимание, служат дополнительными барьерами для обращения за помощью [53].

Проблема оценки психологического состояния спортсменов остается остроактуальной. Так, даже разработанные Международным олимпийским комитетом инструменты, такие как Sport Mental Health Assessment Tool-1 (SMHAT-1), демонстрируют ограничения в чувствительности, что подтверждает сложность создания универсального триажного инструмента, охватывающего весь спектр ментальных проблем атлетов [48]. Это подчеркивает необходимость разработки и валидации специализированных методик, ориентированных на конкретные группы спортсменов.

Важность психологической готовности особенно ярко проявляется в контексте возвращения в спорт после травм. Систематические обзоры подтверждают, что самооценка психологической готовности является значимым предиктором успешного возвращения к спортивной практике, влияя на физическое восстановление, вероятность рецидива травмы и



последующий уровень спортивных результатов [54]. Это делает задачу надежной диагностики ментальной подготовленности не только теоретически значимой, но и имеющей прямые практические последствия для сохранения здоровья и карьеры спортсмена.

Регион Дальневосточного федерального округа, в силу своих географических, климатических и социально-экономических особенностей, может порождать дополнительные уникальные стрессоры для спортсменов, что обуславливает региональную специфику исследования.

Таким образом, настоящее исследование направлено на восполнение существующего пробела путем психодиагностической оценки ментальной подготовленности спортсменов-медиков ДВФО с использованием комплексной методики «КОМПАС». Данная методика, представленная в форме методических рекомендаций, позволяет оценить базовый, когнитивный, мотивационный, эмоциональный и волевой компоненты психологической готовности, что соответствует современным требованиям к спортивной психодиагностике.

Методы и организация исследования. С 4 по 6 марта 2025 года в период проведения в г. Хабаровске III этапа Фестиваля спорта студентов медицинских вузов Дальневосточного федерального округа «Физическая культура и спорт – вторая профессия врача» нами было проведено анкетное тестирование среди всех участников данного спортивного события. В этом анонимном исследовании приняло участие 279 студентов-спортсменов четырех медицинских вузов ДФО: Дальневосточный государственный медицинский университет (далее ДВГМУ) (n=89), Тихоокеанский государственный медицинский университет (ТГМУ) (n=65), Амурская государственная медицинская академия (АГМА) (n=63), Читинская государственная медицинская академия (ЧГМА) (n=62) (рис. 1.).

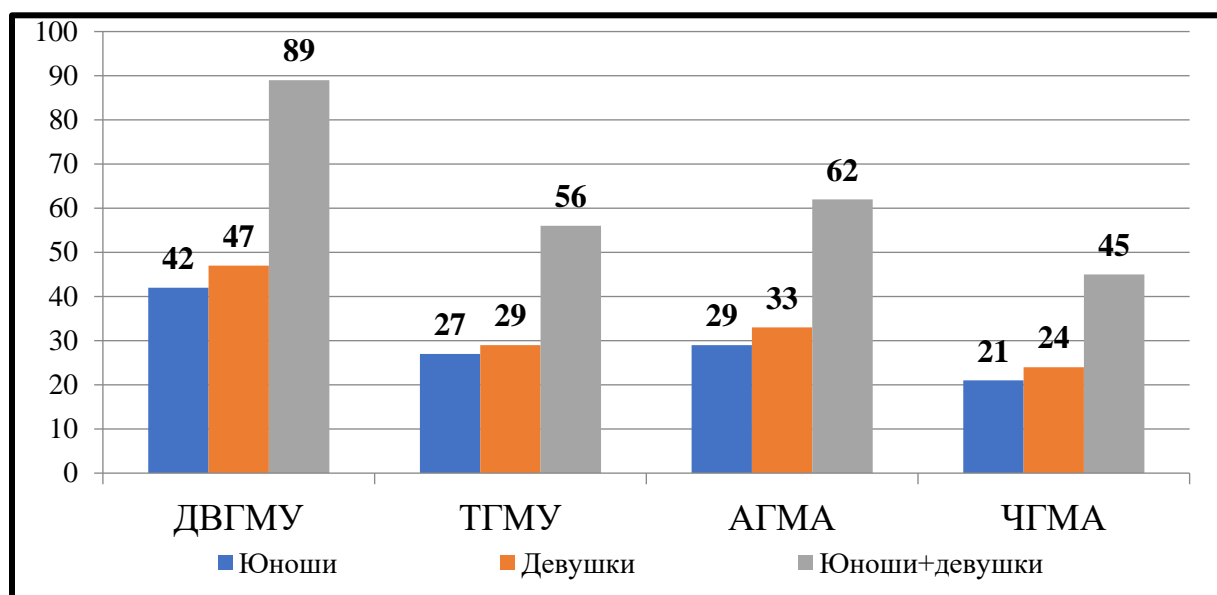


Рисунок 1. Участники проведенного анкетирования по Вузам

На рисунке 2 представлена динамика распределения студентов-спортсменов медицинских вузов ДФО по видам спорта. Так, наибольшее число студентов представляли такие виды спорта, как волейбол (59 человек), баскетбол (42 человека) и футбол (38 человек).



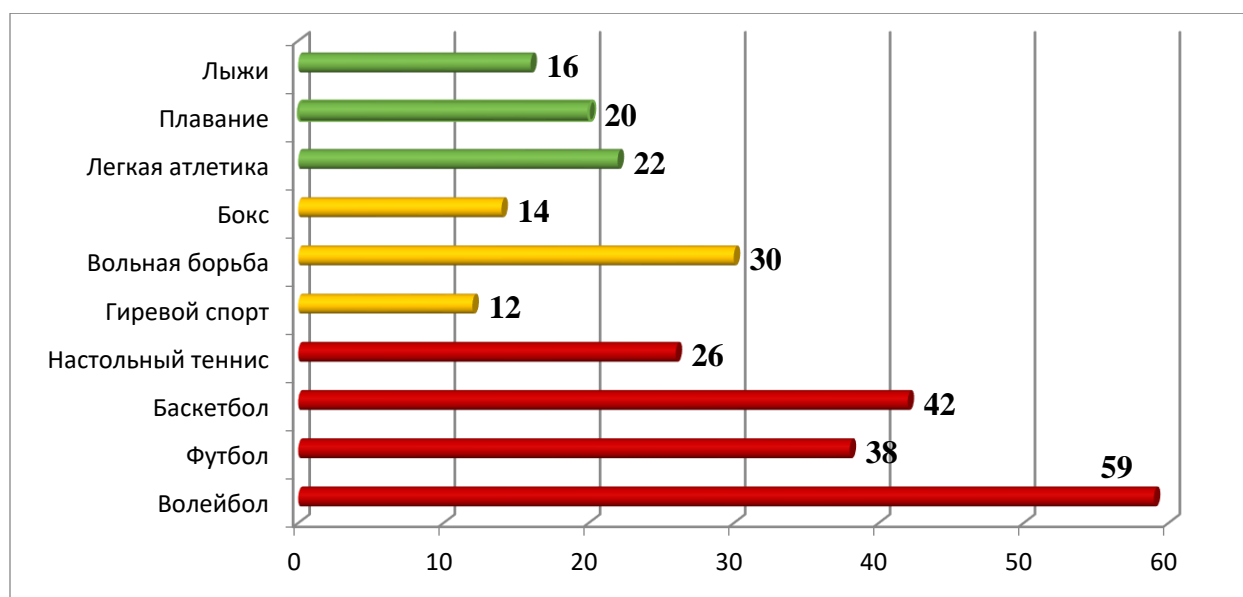


Рисунок 2. Участники проведенного анкетирования по видам спорта

Результаты данных анкетного тестирования (опроса) были получены с использованием анонимного опросника «Психодиагностическая методика комплексной оценки ментальной подготовленности спортсменов «Компас». Опросное исследование состояло из 26 вопросов и проходило в режиме интернет-программного обеспечения для администрирования опросов – Google Forms. Данное обследование позволило нам оценить различные аспекты психофизиологического состояния: совладание с неприятными мыслями и эмоциями, самооффективность, деятельность в условиях стресса, отношения с тренером. В качестве основного инструмента психодиагностики использовалась авторская психодиагностическая методика А.И. Грушко (2016) комплексной оценки ментальной подготовленности спортсменов «КОМПАС» [37]. Методика представляет собой опросник, состоящая из двух частей:

1. Социобиографический раздел и открытые вопросы, направленные на выявление субъективно воспринимаемых спортсменом психологических трудностей, значимых успехов и поражений.
2. Основная формализованная часть, включающая 49 утверждений, которые оцениваются по 10-балльной шкале Ликерта (от 1 – «абсолютно неправильно», до 10 – «совершенно верно»).

Утверждения опросника сгруппированы в 9 диагностических шкал, оценивающих ключевые компоненты ментальной подготовленности. Нами были отобраны 4 шкалы для ответов на наиболее острые вопросы в жизни спортсмена-медика: совладание с неприятными мыслями и эмоциями (шкала 1), самооффективность (шкала 2), деятельность в условиях стресса (шкала 3) и отношения с тренером (шкала 4).

Результаты исследования и их обсуждение. Нами были выбраны группы исследования, среди них оказались спортсмены-девушки и спортсмены-юноши медицинских вузов ДФО, занимающиеся различными видами спорта. При сравнении аналогичных результатов девушки-спортсменки ДВГМУ заняли лидирующие места в следующих шкалах (таб. 1). В шкале 1 «Совладание с неприятными мыслями» увеличение произошло на 6,1 % относительно среднего процентного уровня по ДФО – 41,9 % ($48,8 \% - 6,1 \% = 41,9 \%$). В шкале 2 «Самооффективность» повышение произошло на 4,2 %, а в шкале 3 «Деятельность в условиях стресса» – на 5,7 %. Исключением является шкала 4 «Отношения с тренером», в котором спортсменки ДВГМУ показали уменьшение на 3,3 % относительно среднего процентного уровня, заняв последнее место в данной категории.

Таблица 1

Сравнительный анализ спортсменок-девушек медицинских вузов ДФО по шкалам
(за 100 % принят максимальный показатель в 10 баллов, в каждой группе 20 человек)

Вузы	Шкала 1 «Совладание с неприятными мыслями и эмоциями»		Шкала 2 «Самозффективность»		Шкала 3 «Деятельность в условиях стресса»		Шкала 4 «Отношения с тренером»	
	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница
ДВГМУ	48,0%	6,1%	67,5%	4,2%	52%	5,7%	42%	-3,3%
ТГМУ	35,6%	-6,3%	61,8%	-1,5%	40,4%	-5,9%	44%	-1,3%
АГМА	41,5%	-0,4%	61,3%	-2,0%	45,8%	-0,5%	47,2%	1,9%
ЧГМА	42,4%	0,5%	62,6%	-0,7%	47,1%	0,8%	48%	2,7%
ИТОГ (ДФО)	41,9%		63,3%		46,3%		45,3%	

Проводя сравнительный анализ среди спортсменов-юношей, было установлено, что ДВГМУ занимает абсолютное первенство по отношению других медицинских вузов в указанном ряду сопоставления. Так, в шкале 1 увеличение произошло на 6,3 % относительно среднего процентного уровня, в шкале 2 – на 9,2 %; шкале 3 – значения выше на 4,3 % и в шкале 4 прирост составил 6,7 %.

Таблица 2

Сравнительный анализ спортсменов-юношей медицинских вузов ДФО по шкалам
(за 100% принят максимальный показатель в 10 баллов, в каждой группе 20 человек)

Вузы	Шкала 1 «Совладание с неприятными мыслями и эмоциями»		Шкала 2 «Самозффективность»		Шкала 3 «Деятельность в условиях стресса»		Шкала 4 «Отношения с тренером»	
	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница
ДВГМУ	39,3%	6,3%	75,2%	9,2%	44,0%	4,3%	45,3%	6,7%
ТГМУ	28,0%	-5,0%	58,0%	-8,0%	31,6%	-8,1%	32,0%	-6,6%
АГМА	34,0%	1,0%	64,0%	-2,0%	42,4%	2,7%	37,2%	-1,4%
ЧГМА	31,0%	-2,0%	67,0%	1,0%	40,8%	1,1%	39,8%	1,2%
ИТОГ (ДФО)	33,0%		66,0%		39,7%		38,6%	

Также можно установить различия показателя, основываясь на половом критерии. В Шкалах 1, 3 и 4 лидерами оказались девушки медицинских вузов ДФО, показав лучший результат на 8,9 %, 6,6 % и 6,7 %, соответственно. Только в шкале 2 у юношей отмечается увеличение среднего процентного уровня на 2,7 %.



Однако интересные отличия наблюдаются при сравнении спортсменов, занимающихся различными видами физической активности. Люди, увлекающиеся циклическими видами спорта, оказались наиболее результативны в шкале 2 с улучшением показателя на 1,9 % относительно среднего значения, интересующиеся спортивными играми в шкале 1 с повышением значения на 2,2 %, а любители единоборств в шкалах 3 и 4, где параметр оказался выше на 0,4 % и 17,7 %, соответственно.

Таблица 3

Сравнительный анализ по видам спорта
(за 100% принят максимальный показатель в 10 баллов, в каждой группе 55 человек)

Виды спортивной направленности	Шкала 1 «Совладание с неприятными мыслями и эмоциями»		Шкала 2 «Самоэффективность»		Шкала 3 «Деятельность в условиях стресса»		Шкала 4 «Отношения с тренером»	
	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница	Значение	Итоговая разница
Циклические виды спорта	55,0%	2,2%	64,5%	1,9%	51,0%	0,0%	62,0%	-1,9%
Спортивные игры	56,2%	3,4%	64,3%	1,7%	50,7%	-0,3%	48,0%	-15,9%
Единоборства	47,3%	-5,5%	58,9%	-3,7%	51,4%	0,4%	81,6%	17,7%
ИТОГ (ДФО)	52,8%		62,6%		51,0%		63,9%	

Закключение. Проведенное исследование, позволило получить данные, подтверждающие комплексное влияние двойной нагрузки – спортивной и академической – на психологическое состояние студентов. Результаты работы не только вносят вклад в решение конкретной научной задачи, но и служат весомым аргументом в пользу интеграции систематической спортивной деятельности в образовательную и жизненную траекторию будущего медицинского работника.

Анализ данных по четырем ключевым шкалам методики («Совладание с неприятными мыслями и эмоциями», «Самоэффективность», «Деятельность в условиях стресса» и «Отношения с тренером») выявил как общие тенденции, так и специфические особенности в выборке спортсменов-медиков. Установлено, что в целом выборка демонстрирует средний уровень ментальной подготовленности, однако наблюдаются значимые различия в зависимости от пола, вуза и специализации в спорте. Так, спортсменки показали более высокие результаты в сфере совладания с эмоциями и деятельности в условиях стресса, в то время как юноши продемонстрировали более выраженную самоэффективность. Наиболее гармоничные и высокие показатели были зафиксированы у студентов ДВГМУ, что может косвенно свидетельствовать о влиянии поддерживающей среды конкретного учебного заведения. Особого внимания заслуживает исключительно высокий показатель шкалы «Отношения с тренером» у спортсменов, занимающихся единоборствами, что указывает на отношения тренеров и спортсменов как на критически важный внешний ресурс для данной категории.

Полученные результаты убедительно доказывают, что систематические занятия спортом являются для студента-медика не хобби или дополнительной нагрузкой, а мощным инструментом формирования профессионально и личностно значимых качеств. Медицинская деятельность, сопряженная с высоким уровнем ответственности, хроническим стрессом, необходимостью принятия быстрых решений и эмоциональной устойчивости, предъявляет требования, удивительным образом созвучные с требованиями спорта высших достижений.



Во-первых, спорт выступает как полигон для отработки навыков совладания со стрессом. Студент-медик, регулярно сталкивающийся с предстартовым волнением и соревновательным прессингом, неосознанно тренирует те же психофизиологические механизмы, которые необходимы ему для работы в условиях дефицита времени, при проведении сложных манипуляций или общении с тяжелыми пациентами. Низкие показатели по этой шкале у части испытуемых указывают на зону риска развития профессионального выгорания в будущем, что делает целенаправленное развитие ментальной устойчивости через спорт не просто полезным, а профилактически необходимым.

Во-вторых, спорт является фундаментом для развития самооффективности – стойкой уверенности в своей способности достигать поставленных целей. Для будущего медицинского работника эта уверенность трансформируется в клиническое мышление, решительность в постановке диагноза и уверенность в собственных профессиональных действиях. Дисбаланс, при котором юноши демонстрируют более высокую самооффективность, чем девушки, сигнализирует о необходимости разработки гендерно-ориентированных программ психологического сопровождения.

В-третьих, спортивная практика, особенно в условиях ДВФО с его уникальной социально-географической спецификой (удаленность, климатические особенности, ограниченность ресурсов), воспитывает адаптационный потенциал и ресурсность. Спортсмен-медик учится эффективно функционировать в нестандартных и ресурсно-ограниченных условиях, что является прямой проекцией на работу в системе здравоохранения удаленных территорий.

Таким образом, настоящее исследование позволяет утверждать, что спорт для студента-медика выполняет ключевую психопрофилактическую и развивающую функцию. Он является не параллельной, а взаимодополняющей системой подготовки, в которой формируются и шлифуются именно те ментальные качества – стрессоустойчивость, целеустремленность, самоконтроль, способность к восстановлению и работе в команде (системе «тренер-спортсмен»), которые составляют основу профессиональной компетентности и личностного здоровья будущего врача.

Список литературы:

1. Агафонов В.Н. Состояние уровня физической подготовленности студенток медицинских вузов Дальнего Востока России / В.Н. Агафонов, П.В. Бородин // Современные подходы к продвижению принципов здорового образа жизни: сборник материалов всероссийской научно-практической конференции студентов и молодых учёных. – Ростов-на-Дону. – 2023. – С. 92-94.
2. Аристакесян В.О. Динамика физической подготовленности студентов с сочетанными нарушениями функций опорно-двигательного аппарата / В.О. Аристакесян, В.Б. Мандриков, М.П. Мицулина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 1 (119). – С. 21-25.
3. Баклыкова А.В. Здоровье и образ жизни студентов-медиков / А. В. Баклыкова // Молодой ученый. – 2010. – № 5 (16). – С. 205-207.
4. Бородин П.В. Актуализация феномена физкультуризации в содержании профессионально-образовательной подготовки студентов медицинских вузов Дальнего Востока через участие в отраслевых фестивалях спорта/ П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, А.В. Захаров// Современные проблемы и потенциал научных исследований в физической культуре и спорте: материалы всероссийской научно-практической конференции (Улан-Удэ, 25–26 октября 2018 г.) / отв. ред. А. В. Комарова. – Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета. – 2019. – С. 68-75.
5. Бородин П.В. Анализ состояния уровня здоровья и физической подготовленности студентов медицинских вузов России / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, Т.В. Моор, С.А. Моисеенко,



А.В. Соколова, А.В. Захаров: Современные тенденции в науке и образовании как основа инновационного развития России: монография // под общ. ред. научного совета ГНИИ «Нацразвитие». – СПб.: ГНИИ «Нацразвитие», 2024. – Том 2. – С. 21-31.

6. Бородин П.В. Анализ уровня физической подготовленности студентов медицинского вуза / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, Т.В. Моор, В.М. Изотова // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2025. – № 1. – С. 3-12.

7. Бородин П.В. Анализ показателей уровня физического развития и физической подготовленности студентов Дальневосточного государственного медицинского университета / П.В. Бородин, Т.В. Моор, Н.А. Цуман, В.Г. Тютюков, А.А. Небураковский, А.В. Захаров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9 (199). – С. 44-50.

8. Бородин П.В. Выявление уровня соматического здоровья у студентов медицинского вуза / П.В. Бородин, Н.А. Цуман, О.Н. Чайка // Психология и педагогика как ресурс высшего образования: современное состояние и тенденции развития: материалы Всероссийской научно-практической конференции (ДВГМУ, 22 ноября 2024 года) / Под ред. Н.Л. Перевезенцевой. – Хабаровск: Изд-во ДВГМУ, 2025. – С 14-17.

9. Бородин П.В. Информатизация в решении задач повышения уровня психофизического состояния и профессионально-прикладной подготовленности будущих специалистов медицинского профиля / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, А.В. Захаров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С. 54-59.

10. Бородин П.В. Информационные технологии в системе физического воспитания студентов образовательной организации высшего образования (на примере медицинского университета): монография / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков. – Хабаровск: Изд-во ДВГМУ, 2022. – 164 с.

11. Бородин П.В. Повышение уровня готовности к профессиональной деятельности студентов-медиков на основе спортизированного подхода / В. П. Бородин, В. Г. Тютюков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 4. – С. 14-16.

12. Бородин П.В. Позиционирование Дальневосточных медицинских вузов на фестивалях студенческого спорта «Физическая культура и спорт – вторая профессия врача» / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, А.В. Захаров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С. 59-63.

13. Бородин П.В. О жизненной ценности физического воспитания в медицинском вузе в формировании устойчивой мотивации к здоровому образу жизни / П.В. Бородин // Современные проблемы физической культуры и спорта: Материалы XVIII научной конференции (26 ноября 2015 года) отв. ред. Е.А. Ветошкина. – Хабаровск: изд-во ДВГАФК. – 2016. – С. 26-29.

14. Бородин П.В. О жизненной ценности физической культуры в среде студентов-медиков и медицинских работников города Хабаровска / В. П. Бородин, В. Г. Тютюков // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. – 2014. – № 3 (43). – С. 243-247.

15. Бородин П.В. О проблемах дистанционного обучения по физическому воспитанию студентов медицинского вуза в период пандемии COVID-19 / П.В. Бородин, А.В. Соколова, С.А. Моисеенко, Т.И. Коржева, О.Н. Чайка, Е.Э. Шиянов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 5 (207). – С. 50-57.

16. Бородин П.В. О состоянии физического развития и физической подготовленности студентов медицинских вузов России / П.В. Бородин, С.А. Моисеенко, В.О. Ярошенко, В.Г. Тютюков, А.А. Небураковский, А.Л. Крамаренко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9 (199). – С. 36-44.

17. Бородин П.В. Об особенностях отношения студентов медицинских вузов России к занятиям спортивной борьбой и о глубине их познаний в области физкультурно-спортивной деятельности / П.В. Бородин, Т.В. Моор, В.О. Ярошенко, В.Г. Тютюков, А.В. Захаров, А.Е. Павлов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 8 (210). – С. 37-45.



18. Бородин П.В. Особенности отношения студентов медицинских вузов Дальневосточного федерального округа к учебно-тренировочной деятельности и состояние их «физкультурной образованности» / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, Т.В. Моор, В.М. Изотова, В.Е. Дмитриенко // *Флагман науки: научный журнал*. – №7(30). СПб., Изд. ГНИИ «Нацразвитие» 2025. – с. 60-70.
19. Бородин П.В. Особенности отношения студентов-медиков, занимающихся спортивной борьбой к учебно-тренировочной деятельности и состояние их «физкультурной образованности» / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, А.А. Небураковский, А.В. Захаров, В.А. Клименко // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. – 2020. – № 2 (180). – С. 58-63.
20. Бородин П.В. Совершенствование методики физического воспитания студентов медицинского вуза на основе использования информационных технологий: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Бородин Петр Владимирович. – Улан-Удэ, 2017. – 26 с.
21. Бородин П.В. Совершенствование процесса физического воспитания студентов медицинского университета на основе внедрения аппаратно-компьютерных комплексов / В.П. Бородин, В. Г. Тютюков // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. – 2015. – № 6 (124). – С. 24-31.
22. Бородин П.В. Состояние уровня физической подготовленности студентов медицинских вузов Дальневосточного федерального округа России / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, В.М. Изотова, Н.А. Цуман, О.Н. Чайка, Е.Э. Шиянов, Л.М. Постникова. – В книге: *Новые исследования новой эпохи. Опыт теоретического и эмпирического анализа* // Р.Ш. Ахмадалиева, О.Г. Борзых, П.В. Бородин и др. – монография. – Петрозаводск, 2024. – С. 174-193.
23. Бородин П.В. Состояние физической подготовленности студентов-медиков Дальневосточного региона России / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, Ф.С. Миронов, И.С. Степанова, О.А. Лизандер, С.Н. Шуликов // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. – 2022. – № 11 (213). – С. 40-47.
24. Бородин П.В. Управление психофизическим состоянием студентов медицинского вуза при решении задач профессионально-прикладной подготовленности / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, А.В. Захаров // *Современные проблемы и потенциал научных исследований в физической культуре и спорте: материалы всероссийской научно-практической конференции (Улан-Удэ, 25–26 октября 2018 г.)* / отв. ред. А. В. Комарова. — Улан-Удэ: Издательство Бурятского государственного университета. – 2019. – С. 76-84.
25. Воронцов П.Г. Комплексная учебная и организационно-массовая работа кафедры и спортивного клуба по формированию здорового образа жизни студентов в АГМУ / П.Г. Воронцов, В.Н. Иванова, К.Е. Полотнянко, М.С. Терентьев, В.А. Эртель // 5-я международная научно-практическая конференция «Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи». – Омск. – 2019. – С. 131-136.
26. Глыбочко П.В., Здоровье студентов медицинских вузов России: проблемы и пути их решения / П.В. Глыбочко, И.Э. Есауленко, В.Н. Попов, Т.Н. Петрова // *Сеченовский вестник*. – 2017. – № 2 (28). – С. 4-11.
27. Гуманюк К.А. Влияние учебных стрессогенных факторов на состояние центральной нервной системы студентов-спортсменов вузов г. Хабаровска / К.А. Гуманюк, З.М. Коваленко, Н.В. Рыбченко, П.В. Бородин, В.Г. Тютюков // *Международный научный журнал «Флагман науки»*. – 2024. – № 11 (22). – С. 135-142.
28. Доронцев А.В. Концепция общекультурных компетенций по физической культуре в медицинских вузах / А.В. Доронцев // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. – 2017. – № 4 (146). – С. 61-64.
29. Доронцев А.В. Показатели физической подготовленности и уровень функциональных резервов у первокурсников астраханского государственного медицинского университета / А.В. Доронцев // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. – 2017. – № 5 (147). – С. 34-37.



30. Красичков Д.В. Физиологические особенности адаптации студентов-спортсменов при повышенной физической нагрузке в процессе обучения в вузе: дис. ... канд. биол. наук / Д.В. Красичков. – Липецк, 2009. – 158 с.
31. Мандриков В.Б. Физическая культура как средство адаптации студентов / В.Б. Мандриков, И.А. Ушакова, Н.В. Замятина // Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные вопросы физического воспитания молодежи студенческого спорта». – Саратов. – 2019. – С. 505-509.
32. Мандриков В.Б. Методология профилирования физического воспитания студентов медицинских вузов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Мандриков Виктор Борисович. – Волгоград, 2002. – 40 с.
33. Мельников В.И. Стресс студентов и методы его коррекции / В.И. Мельников // Вестник Сибирского государственного университета путей сообщений: Гуманитарные исследования. – 2018. – № 1(3). – С. 86-92.
34. Моисеенко С.А. Совершенствование процесса физического воспитания студентов медицинских вузов на основе дополнительных занятий профессионально-прикладной направленности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Моисеенко Светлана Александровна. – Хабаровск, 2006. – 21 с.
35. Прошляков В.Д. О необходимости формирования у студентов медицинского вуза мотивации к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой и спортом / В.Д. Прошляков, А.С. Никитин // Российский медико-биологический вестник академика И.П. Павлова. – 2015. – № 4. – С. 121-125.
36. Прошляков В.Д. Формирование компетенций у студентов медицинского вуза при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт» / В.Д. Прошляков, Т.И. Толстова // Российский медико-биологический вестник академика И.П. Павлова. – 2017. – № 3. Т. 25. – С. 501-506.
37. Разработка психодиагностической методики «Комплексная оценка ментальной прочности и адаптированности спортсмена (КОМПАС)». – URL: <https://istina.ipmnet.ru/conferences/presentations/41135771/> (дата обращения: 16.11.2025).
38. Рзынкина, М.В. Распространенность факторов риска социальнозначимых заболеваний среди обучающихся в медицинском вузе / М.В. Рзынкина, А.В. Горбачев // Журнал научных статей Здоровье и образование в XXI веке. – 2017. – Т. 19. № 12– С. 122-127.
39. Рыбченко Н.В. Влияние учебных стрессогенных факторов на состояние центральной нервной системы студентов-спортсменов вузов г. Хабаровск / Н.В. Рыбченко, К.А. Гуманюк, П.В. Бородин // Актуальные вопросы современной медицины: материалы IX Дальневосточного медицинского молодежного форума (Дальневосточный государственный медицинский университет, г. Хабаровск, 02-16 октября 2025 года) / Отв. редактор И.В. Толстенюк. – Хабаровск: Изд-во ДВГМУ, 2025. – С. 444-446.
40. Светличина А.А. Особенности планирования уровня физических нагрузок у студентов специальной медицинской группы «А» имеющих сочетанные заболевания сердечно-сосудистой системы и вертебральной области / А.А. Светличина, А.В. Доронцов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1 (179). – С. 245-250.
41. Селюжицкая Е.Н. Методика повышения физического состояния студентов медицинского вуза, имеющих низкий уровень мотивации к физкультурной деятельности: дис. ... канд. пед. наук / Селюжицкая Елена Никлаевна. – Хабаровск, 2008. – 150 с.
42. Сивас Н.В. Физическая культура как неотъемлемая часть общей культуры студентов медицинских вузов / Н.В. Сивас // Ученые записки СПбГМУ акад. И.П. Павлова. – 2015. – № 4. Том XXII. – С. 13-16.
43. Уляева Л.Г. Комплексная методика повышения психологической готовности спортсменов / Л.Г. Уляева. – Советский спорт, 2020. – 176 с.



44. Хадарцев А.А. Психоэмоциональный стресс в спорте. Физиологические основы и возможности коррекции (обзор литературы) / А.А. Хадарцев, Н.А. Фудин // Вестник новых медицинских технологий. – 2015. – Том 9. – №3. – С. 227-235.
45. Чижиков А.В. Стресс как способ достижения результата в спорте / А.В. Чижиков // National Science. – 2023. – № 8. – С. – 12-21.
46. Чижкова М.Б. Особенности студентов-первокурсников с различным уровнем тревожностью на начальном этапе обучения в медицинском университете / М.Б. Чижкова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – № 5, Том 7. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/41PSMN519.pdf> (дата обращения 18.11.2022).
47. Царев Н.Н. Динамика морфофункциональных показателей психофизического состояния студентов медицинского института и его оптимизация средствами физической культуры: автореф. дис. ... канд. мед. наук / Царев Николай Николаевич. – Москва, 2020. – 23 с.
48. Anderson T, Bartley J, Brutus A, Cogan KD, Triplett AN, Donaldson A, Finnoff J, Post EG, Adams WM. Update on sport mental health assessment tool-1 false negative rates from the 2024 Paris Olympic and Paralympic Games. *BMJ Open Sport Exerc Med.* 2025 Oct 5;11(4):e002608. doi: 10.1136/bmjsem-2025-002608. PMID: 41070208; PMCID: PMC12506146.
49. Borodin P.V. Analysis of the results of the study of "sports education" of students of medical universities in the Far East / P.V. Borodin, V.G. Tyutyukov, A.V. Sokolova, L.M. Postnikova, S.A. Moiseenko, O.N. Chaika // Proceedings of the International Conference "Scientific research of the SCO countries: synergy and integration" - Reports in English (July 30, 2025. Beijing, PRC). – 2025. – pp. 70-78.
50. Borodin P.V. Features of the attitude of students of medical universities in Russia to educational and training activities in wrestling and the state of their "physical education" / P.V. Borodin, V.G. Tyutyukov N.A. Tsuman // Proceedings of the International University Scientific Forum "Practice Oriented Science: UAE – RUSSIA – INDIA". Part 1 (July 9, 2022. UAE). – pp. 83-91.
51. Borodin P.V. On the normative assessment of the level of physical fitness of students of medical universities of the Russian Far East / P.V. Borodin, V.G. Tyutyukov, T.I. Korzheva, K.M. Tyutyukov // Proceedings of the International University Scientific Forum "Practice Oriented Science: UAE – RUSSIA – INDIA" (December 30, 2022. UAE). – pp. 71-79.
52. Borodin P.V. On the physical and motor success of first-year students of medical universities of education institutions of the Far Eastern Federal District, in relation to the standards of the RLD complex / P.V. Borodin, V.G. Tyutyukov, T.I. Korzheva, K.M. Tyutyukov // Proceedings of the International University Scientific Forum "Practice Oriented Science: UAE – RUSSIA – INDIA" (December 7, 2022. UAE). – pp. 82-90.
53. Bühler M.M. et al. Return to sport and re-injury rates in elite female athletes after anterior cruciate ligament rupture: a systematic review and meta-analysis // *Sports Medicine*, 2025. – URL: – URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029225000585> (дата обращения: 13.10.2025).
- Liu S, Noh YE. The utility of psychological readiness scales in predicting return to sport: a systematic review. *BMC Psychol.* 2025 Nov 3;13(1):1213. doi: 10.1186/s40359-025-03378-5. PMID: 41185037; PMCID: PMC12581407.

