

## — МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ —

УДК 612.01-057.875; 796.034.2

<https://doi.org/10.25587/2587-5590-2026-1-76-84>**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОМПОНЕНТОВ ПСИХИЧЕСКОЙ НАДЕЖНОСТИ У СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ МАС-РЕСТЛИНГОМ И БОКСОМ***Е.З. Засимова<sup>1</sup>, О.Н. Колосова<sup>2</sup>, А.С. Гольдерова<sup>1</sup>,**Е.П. Кудрин<sup>1</sup>, Н.А. Дмитриев<sup>1</sup>*<sup>1</sup>Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова,

г. Якутск, Российская Федерация

<sup>2</sup>Институт биологических проблем криолитозоны Сибирского отделения Российской академии наук,

г. Якутск, Российская Федерация

**Аннотация**

Психическая надежность выступает решающим фактором спортивного успеха. Специфика различных видов единоборств формирует уникальные комплексы психологических качеств и требует дифференцированного подхода к тренировочному процессу. Сравнительный анализ ментальных профилей представителей разных единоборств позволяет выявить мишени для психологической коррекции. Цель данной работы: провести сравнительный анализ компонентов психической надежности (ПНС) у студентов-спортсменов, специализирующихся в мас-рестлинге и боксе. Исследование проведено на базе СВФУ с участием 41 студента: 24 масрестлера и 17 боксеров (средний возраст 20,3 года). Для диагностики применялась стандартизированная анкета В.Э. Мильмана, оценивающая четыре компонента: соревновательную мотивацию (МЭК), соревновательную эмоциональную устойчивость (СЭУ), саморегуляцию (СР) и стабильность-помехоустойчивость (СП). Статистическая обработка данных выполнялась с использованием программы SPSS v.22.0 (критерий Манна-Уитни,  $\chi^2$  Пирсона, ОШ). Установлено, что спортсмены обеих групп обладают высокой соревновательной мотивацией, но демонстрируют критически низкий уровень эмоциональной устойчивости (низкий уровень СЭУ выявлен у 83,34 % масрестлеров и 82,36 % боксеров). Однако выявлены различия в регуляторных компонентах: боксеры показывают более высокие результаты в саморегуляции (47 % с высоким уровнем против 33 % у масрестлеров). Наиболее выраженное различие касается помехоустойчивости: у масрестлеров вероятность проявления низкого уровня СП в 3,5 раза выше, чем у боксеров. Высокая мотивация без развитых навыков самоконтроля не гарантирует психической надежности. Боксеры, благодаря специфике своего вида спорта, демонстрируют лучшую адаптацию к стрессовым условиям за счет более развитых навыков саморегуляции и помехоустойчивости. Для масрестлеров рекомендовано внедрение программ психологической подготовки, направленных на развитие техник эмоциональной стабилизации.

**Ключевые слова:** психическая надежность спортсмена, эмоциональная устойчивость, мотивация, саморегуляция, стабильность-помехоустойчивость, мас-рестлинг, масрестлеры, боксеры.

**Финансирование.** Работа выполнена в рамках госзадания Минобрнауки РФ по проекту «Физиолого-биохимические механизмы адаптации растений, животных, человека к условиям Арктики/Субарктики и разработка биопрепаратов на основе природного северного сырья, повышающих эффективность адаптационного процесса и уровень здоровья человека в экстремальных условиях среды» (№ АААА-А21-121012190035-9).

**Для цитирования.** Засимова Е. З., Колосова О. Н., Гольдерова А. С., Кудрин Е. П., Дмитриев Н. А. Сравнительный анализ компонентов психической надежности у студентов-спортсменов, занимающихся мас-рестлингом и боксом. *Вестник Северо-Восточного федерального университета имени*

М.К. Аммосова. *Vestnik of North-Eastern Federal University. Серия «Медицинские науки. Medical Sciences»*. 2026;(1):76-84. DOI: <https://doi.org/10.25587/2587-5590-2026-1-76-84>

## A COMPARATIVE ANALYSIS OF THE COMPONENTS OF MENTAL RELIABILITY AMONG STUDENT-ATHLETES ENGAGED IN MAS-WRESTLING AND BOXING

*Ekaterina Z. Zasimova*<sup>1</sup>, *Olga N. Kolosova*<sup>2</sup>, *Aitalina S. Golderova*<sup>1</sup>,  
*Egor P. Kudrin*<sup>1</sup>, *Nikolai A. Dmitriev*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>M. K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russian Federation

<sup>2</sup>Institute of Biological Problems of the Cryolithozone, Siberian Branch of the Russian Academy of Sciences, Yakutsk, Russian Federation

### Abstract

In modern high-performance sports, mental reliability is a decisive factor for success. The specificity of various combat sports forms unique complexes of psychological qualities, requiring a differentiated approach to the training process. A comparative analysis of the mental profiles of athletes in different combat disciplines allows for the identification of targets for psychological correction. Objective. To conduct a comparative analysis of mental reliability components in student-athletes practicing mas-wrestling and boxing. The study was conducted at the North-Eastern Federal University involving 41 students: 24 mas-wrestlers and 17 boxers (average age 20.3 years). V. E. Milman's standardized questionnaire was used to assess four components: Competitive Motivation (CM), Competitive Emotional Stability (CES), Self-Regulation (SR), and Stability-Noise Resistance (SN). Statistical data processing was performed using SPSS v.22.0 software (Mann-Whitney U test, Pearson's  $\chi^2$ , OR). It was established that athletes in both groups possess high competitive motivation, yet demonstrating a critically low level of emotional stability (low CES was found in 83.34 % of the mas-wrestlers and 82.36 % of the boxers). However, differences were revealed in regulatory components: the boxers showed better results in self-regulation (47 % with a high level vs. 33 % for mas-wrestlers). The most pronounced difference was found in noise resistance: the mas-wrestlers were 3.5 times more likely to manifest a low level of SN compared to the boxers. High motivation without developed self-control skills does not guarantee mental reliability. Due to the specifics of their sport, the boxers demonstrated better adaptation to stress conditions through more developed self-regulation and noise resistance skills. For the mas-wrestlers, the implementation of psychological training programs aimed at developing emotional stabilization techniques is recommended.

**Keywords:** athlete's mental reliability, emotional stability, motivation, self-regulation, stability and noise immunity, mas-wrestling, mas-wrestlers, boxers

**Funding.** The work was carried out as part of the state assignment of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation for the project "Physiological and biochemical mechanisms of plant, animal, and human adaptation to the Arctic/Subarctic conditions and the development of biological products based on natural northern raw materials that increase the efficiency of the adaptation process and human health in extreme environmental conditions" (No. AAAA-A21-121012190035-9).

**For citation.** Zasimova E.Z., Kolosova O.N., Golderova A.S., Kudrin E.P., Dmitriev N.A. A comparative analysis of the components of mental reliability among student-athletes engaged in mas-wrestling and boxing *Vestnik of the North-Eastern Federal University. Medical Sciences*. 2026;(1):76-84. DOI: <https://doi.org/10.25587/2587-5590-2026-1-76-84>

### Введение

Современный спорт высших достижений представляет собой арену, где при равенстве физических, технических и тактических возможностей атлетов решающим фактором, определяющим победителя, все чаще выступает психологическая подготовленность. В этом контексте одним из центральных понятий спортивной психологии является психическая надежность спортсмена (ПНС) – комплексное свойство личности, которое позволяет стабильно демонстрировать высокие результаты в условиях экстремального соревновательного стресса и разно-

образных помех. Психологическая устойчивость, или самообладание, становится тем стержнем, который позволяет реализовать весь накопленный потенциал в самый ответственный момент.

Одним из фундаментальных факторов, влияющих на ПНС, является самооценка спортсмена, которая оказывает непосредственное влияние на его эмоциональное состояние и предопределяет профессиональные результаты. Сформированная адекватная самооценка, основанная на чувстве уверенности в себе, создает необходимый эмоциональный комфорт, гармонизирует личность атлета и уравнивает его психическое состояние и является залогом стабильных и успешных выступлений [1].

Неадекватно заниженная самооценка является неблагоприятной формой, так как способна блокировать мотивационную активность спортсмена, не позволяет ему устанавливать высокий уровень притязаний и тем самым препятствует реализации как ближайших, так и перспективных целей [2]. Исследования подтверждают, что у представителей разных видов спорта формируются специфические комплексы качеств, лежащие в основе их надежности [3].

Психологическая подготовка является неотъемлемым элементом на пути к спортивному успеху, и поэтому сравнительный анализ структуры ПНС у спортсменов, занимающихся различными видами единоборств, представляет значительный научный и практический интерес.

Модель ПНС является целостной системой и состоит из четырех взаимосвязанных компонентов, каждый из которых выполняет свою уникальную функцию [4]:

1. *Соревновательная эмоциональная устойчивость (СЭУ)*. Этот компонент характеризует способность спортсмена управлять своими эмоциями или сохранять эмоциональную стабильность во время соревнований. Он отражает адекватность эмоциональной оценки ситуации и соразмерность реакций на происходящее. Ключевыми показателями СЭУ являются характер и интенсивность предстартового волнения, стабильность общего эмоционального фона, а также характер влияния эмоций (позитивный или негативный) на качество выступления. СЭУ – это «система охлаждения двигателя», которая не позволяет «топливу» сгореть в нервной вспышке и не дает «заглохнуть» от апатии.

2. *Соревновательная мотивация (мотивационно-эмоциональный компонент – МЭК)*. Данный компонент отражает не просто желание победить, а глубокую внутреннюю тягу к самому процессу соревновательной борьбы. Он характеризуется направленностью на достижение успеха, а не на избегание неудачи. Показателями высокого уровня МЭК являются искренняя любовь к своему виду спорта, жажда соревнований (а не только финальных поединков) и полная самоотдача как на тренировках, так и на стартах. МЭК – это «топливо» спортсмена, его желание бороться и побеждать.

3. *Саморегуляция (СР)*. Это осознанное управление спортсменом своим состоянием, мыслями и действиями. Данный компонент показывает уровень развития произвольной активности и самоконтроля и включает в себя умение анализировать свое текущее состояние, владение техниками его коррекции (например, дыхательные упражнения, самоприказы, идеомоторная тренировка), тактическую гибкость и постоянный самоконтроль за выполнением действий. Саморегуляция – это «пилот за рулем», который использует все остальные системы, следит за «приборами» и принимает решения для достижения цели.

4. *Стабильность-помехоустойчивость (СП)*. Этот компонент определяет способность спортсмена противостоять как внешним (шум трибун, провокационные действия соперника, судейские ошибки), так и внутренним (усталость, боль, сомнения, негативные мысли) помехам. СП показывает силу и уравновешенность нервной системы, а также общие адаптационные возможности организма. Ключевыми индикаторами выступают устойчивость физиологических показателей (пульс, дыхание), стабильность выполнения технических элементов под давлением и невосприимчивость к отвлекающим факторам. В образной модели – это «защитный кузов», который принимает на себя удары внешней среды и сохраняет внутренние системы в рабочем состоянии.

Недостаточное развитие хотя бы одного из этих компонентов неизбежно снижает общий уровень психической надежности и может приводить к срывам в самые ответственные моменты. Исследования в психологии спорта показывают, что у атлетов различных специализаций формируются специфические комплексы качеств, которые и обеспечивают их надежность. Это подчеркивает необходимость дифференцированного подхода к психологической подготовке, которая должна являться таким же обязательным элементом тренировочного процесса, как функциональная и техническая подготовка [3].

В связи с этим проведение сравнительного анализа структуры ПНС у спортсменов, занимающихся разными, но схожими по своей сути видами единоборств, такими как мас-рестлинг и бокс, является актуальной задачей, позволяющей выявить специфические психологические мишени для развития актуальных компонентов ПНС и коррекции негативных состояний организма.

**Целью исследования** является сравнительный анализ компонентов психической надежности спортсмена у студентов-спортсменов, занимающихся мас-рестлингом и боксом.

#### **Материалы и методы**

Исследование проводилось на базе «Северо-Восточного федерального университета имени М.К. Аммосова» (СВФУ). Для проведения исследований были сформированы 2 независимые выборки студентов спортсменов 2-3 курсов: 1 группа – масрестлеры ( $n=24$ ), 2 группа – боксеры ( $n=17$ ). Средний возраст масрестлеров составил  $20,30 \pm 1,59$  лет, боксеров –  $20,31 \pm 1,75$  лет ( $p=0,890$ ). Сравнительный анализ групп по возрасту проведен по критерию Манна-Уитни (U), поскольку размер каждой выборки был меньше 30 человек. Данный метод позволяет выявлять различия в значении параметра между малыми выборками. Исследование соответствует этическим принципам Хельсинкской декларации (с поправками от 2013 г.). Все участники подписали добровольное информированное согласие.

Для оценки психической надежности спортсменов (ПНС) и ее структурных компонентов использовалась общепринятая в спортивной медицине стандартизированная сокращенная анкета В.Э. Мильмана [5]. Заполнение анкеты спортсменами проводилось под контролем исследователя. Данная методика включает 22 вопроса, направленных на диагностику четырех ключевых компонентов: соревновательной эмоциональной устойчивости (СЭУ), соревновательной мотивации (МЭК), саморегуляции (СР) и стабильности-помехоустойчивости (СП). Интерпретация оценок производится следующим образом: оценка 0 баллов соответствует среднему уровню психической надежности; оценка со знаком «-» говорит о снижении уровня надежности по данному компоненту по сравнению со средними данными; оценка со знаком «+» указывает на повышенный по сравнению со средним уровень выраженности того или иного компонента психической надежности.

Диапазон оценок по компонентам равняется:

СЭУ – от -18 до +6 баллов;

СР – от -5 до +6 баллов;

МЭК – от -10 до +7 баллов;

СП – от -6 до +3 баллов.

Обработка результатов исследования проводилась с применением программы SPSS версия 22.0. Количественные данные возраста представлены в виде среднего значения и стандартного отклонения ( $M \pm SD$ ). Номинальные данные представлены в виде абсолютных значений и процентных долей ( $n, \%$ ). Проверка нормальности распределения проводилась по критерию Шапиро-Уилка. Сравнение групп проведено по критерию Манна-Уитни (U) для количественных и по  $\chi^2$  Пирсона для качественных данных. Для количественной оценки эффекта при сравнении относительных показателей использовали показатель отношения шансов (ОШ). Для проецирования полученных значений ОШ на генеральную совокупность рассчитывали границы 95 % доверительного интервала (ДИ). При оценке взаимосвязи фактора и исхода эффект

фактора считали статистически значимым в случаях, когда доверительный интервал не включал «1» (отсутствие эффекта). Статистически значимыми считались различия при  $p < 0,05$ .

**Результаты и обсуждение**

Проведенное исследование позволило получить детальную картину структуры психической надежности у студентов-спортсменов, занимающихся мас-рестлингом и боксом. Сравнительный анализ компонентов психической надежности позволил выявить как общие черты, так и специфические различия в психологической структуре подготовленности масрестлеров и боксеров, обусловленные, по-видимому, особенностями соревновательной деятельности в этих видах спорта (табл. 1).

Мотивационно-эмоциональный компонент (МЭК). Анализ МЭК показал, что спортсмены обеих групп обладают высоким уровнем соревновательной мотивации (рис. 1). Высокий уровень был зафиксирован у 64,70 % боксеров и 54,17 % масрестлеров (ОШ=1,05; 95 %ДИ: 0,30–3,65) ( $p=0,938$ ). Эти данные свидетельствуют о том, что подавляющее большинство атлетов искренне преданы своему виду спорта, испытывают «жажду соревнований» и готовы к полной самоотдаче для достижения результата. Такая высокая мотивация является важнейшим ресурсом и «топливом», которое побуждает спортсменов к напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. Однако, как показывают результаты по другим компонентам, сама по себе высокая мотивация не является гарантией психической надежности и стабильности результатов.

Таблица 1

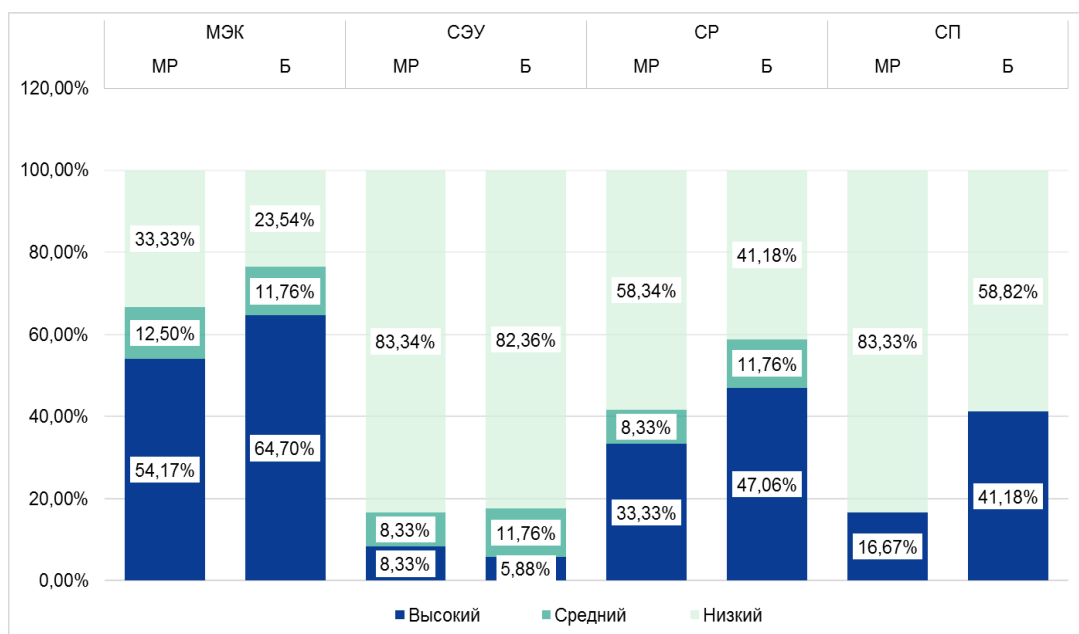
**Сравнительная таблица по уровням соревновательной мотивации (МЭК), соревновательной эмоциональной устойчивости (СЭУ), саморегуляции (СР) и стабильности-помехоустойчивости (СП) масрестлеров и боксеров (n, %)**

Table 1

**Comparative table of the levels of competitive motivation (CM), competitive emotional stability (CES), self-regulation (SR), and stability-noise resistance (SR) in mas-wrestlers and boxers (n, %)**

Компонент	Группа	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
МЭК	Масрестлеры	13 (54,17 %)	3 (12,50 %)	8 (33,33 %)
	Боксеры	9 (64,70 %)	2 (11,76 %)	6 (23,54 %)
	p	0,938	0,943	0,896
СЭУ	Масрестлеры	2 (8,33 %)	2 (8,33 %)	20 (83,34 %)
	Боксеры	1 (5,88 %)	2 (11,76 %)	14 (82,36 %)
	p	0,767	0,715	0,934
СР	Масрестлеры	8 (33,33 %)	2 (8,33 %)	14 (58,34 %)
	Боксеры	8 (47,06 %)	2 (11,76 %)	7 (41,18 %)
	p	0,375	0,715	0,279
СП	Масрестлеры	4 (16,67 %)	-	20 (83,33 %)
	Боксеры	7 (41,18 %)	-	10 (58,82 %)
	p	0,081	-	0,081

Соревновательная эмоциональная устойчивость (СЭУ). Наиболее проблемным компонентом для обеих групп оказалась соревновательная эмоциональная устойчивость. Подавляющее большинство спортсменов продемонстрировали низкий уровень СЭУ: 83,34 % масрестлеров и 82,36 % боксеров (ОШ=1,07; 95 %ДИ: 0,21–5,55) ( $p=0,934$ ), что указывает на общую для обоих видов единоборств проблему.



**Рис. 1.** Соотношение масрестлеров (MP) и боксеров (Б) по компонентам психической надежности: мотивационно-эмоциональному компоненту (МЭК), соревновательной эмоциональной устойчивости (СЭУ), саморегуляции (СР) и стабильности-помехоустойчивости (СП) (в %)

**Fig. 1.** Ratio of mas-wrestling (MR) and boxing (B) students by components of mental reliability: motivational-emotional component (MEC), competitive emotional stability (CES), self-regulation (SR), and stability-noise resistance (SP) (in %)

Эти цифры говорят о сильной подверженности спортсменов предсоревновательному и соревновательному волнению, которое негативно сказывается на их выступлениях. Эмоциональное возбуждение перед поединком и в его ходе является серьезной проблемой для атлетов. Данный вывод согласуется с другими исследованиями, доказывающими наличие значимых взаимосвязей между предстартовым психическим состоянием и итоговым результатом [2, 6]. При наличии мощного «двигателя» (МЭК), у спортсменов обеих групп отсутствует эффективная «система охлаждения» (СЭУ), что приводит к эмоциональному «перегреву» в ответственные моменты.

Саморегуляция (СР) и стабильность-помехоустойчивость (СП). Именно в регуляторных компонентах были выявлены наиболее существенные различия между группами. Отсутствуют спортсмены со средним уровнем СП. По показателю СР среди боксеров больше, чем у масрестлеров лиц с высоким уровнем (47,06 % и 33,33 %, соответственно). Низкий уровень СР установлен у 52,94 % боксеров и 66,67 % масрестлеров. Несмотря на то, что различия между группами не достигли уровня статистической значимости ( $p=0,279$ ), они указывают на важную тенденцию: у боксеров в 2 раза ниже, чем у масрестлеров, вероятность выявления низкого уровня СР (ОШ=2,00; 95 %ДИ: 0,56–7,06). Примерно половина боксеров способна осознанно управлять своим состоянием, анализировать ситуацию и гибко перестраивать тактику в ходе боя. Можно предположить, что бокс более целенаправленно развивает у атлетов навыки самоконтроля и осознанной регуляции, поскольку это комплексный и тактически разнообразный вид спорта.

Наиболее выраженные различия между группами были зафиксированы на уровне стабильности-помехоустойчивости (СП). Процентная доля студентов-спортсменов с низким уровнем СП среди масрестлеров составляет 83,33 %, у боксеров 58,82 % (ОШ=3,50; 95 %ДИ: 0,83-14,83) ( $p=0,151$ ). Несмотря на отсутствие статистической значимости, у масрестлеров в 3,5 раза выше вероятность проявления низкого уровня СП, чем у боксеров. Это говорит о том, что масрест-

леры чаще, чем боксеры, выбиваются из рабочего состояния под воздействием как внешних (действия соперника, решения судьи), так и внутренних (собственные ошибки, усталость) факторов. Такая низкая помехоустойчивость напрямую связана с их эмоциональной неустойчивостью и не согласуется с утверждением о преобладании хорошего уровня нервно-психической устойчивости у спортсменов [7].

Возможно, полученные результаты имеют связь с выявленными ранее отличиями протекания метаболических процессов в организме студентов-спортсменов данных видов спорта [8, 9]. Анализ метаболических показателей организма студентов, занимающихся мас-рестлингом и боксом, выявил более благоприятные значения параметров липидного профиля у боксеров: в крови боксеров и масрестлеров статистически достоверно ( $p < 0,001$ ) различались уровни ЛПВП ( $2,59 \pm 0,10$  и  $0,88 \pm 0,05$ ) и ЛПНП ( $1,26 \pm 0,09$  и  $2,69 \pm 0,13$ ) соответственно. В сыворотке крови масрестлеров по сравнению с боксерами была установлена выраженная ферментемия по значениям ЛДГ ( $p = 0,001$ ), КФК ( $p = 0,042$ ) и высокий индекс повреждения мышечной ткани (более 10 ед.). Полученные данные свидетельствуют о более высоком адаптационном потенциале в условиях интенсивных тренировочных и соревновательных нагрузок у боксеров по сравнению с масрестлерами, что, несомненно, может отражаться и на нейропластичности и на психоэмоциональном состоянии спортсменов.

### Заключение

Проведенное пилотное исследование позволило впервые выявить специфику структуры психической надежности у студентов-спортсменов, занимающихся мас-рестлингом и боксом, и сделать следующие выводы:

1. Для спортсменов обоих видов единоборств характерно сочетание высокого уровня соревновательной мотивации с крайне низкой эмоциональной устойчивостью, что является значимой проблемой, требующей психологической коррекции.
2. Основное различие между группами заключается в уровне помехоустойчивости (СП), который был выше у боксеров. Боксеры также демонстрируют более развитые навыки саморегуляции (СР), что в совокупности позволяет им лучше управлять своим состоянием в стрессовых условиях соревнований.
3. Результаты исследования показывают, что высокий уровень мотивации сам по себе не обеспечивает психическую надежность и должен подкрепляться развитыми навыками самоконтроля и эмоциональной регуляции.

На основе полученных данных можно сформулировать следующие практические рекомендации. Для масрестлеров необходимо целенаправленно внедрять программы психологической подготовки, сфокусированные на развитии эмоциональной устойчивости и помехоустойчивости через освоение техник саморегуляции. Боксерам рекомендуется продолжать совершенствовать навыки саморегуляции как наиболее сильный компонент для дальнейшей компенсации эмоциональной неустойчивости и повышения общей психической надежности.

### Литература

1. Черных А.В., Артемьева С.С., Бочарова С.С. Самооценка как основа стабильности спортивных результатов. *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2022;11(213):691-695. DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.11.p691-695.
2. Воронкина Л.В. Исследование самооценки спортсменов в связи с реализацией соревновательных результатов. *Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт*. 2015;(4):82-87.
3. Филатов Д.О. Психическая надежность спортсмена и ее компоненты. *Экономика и управление: проблемы, решения*. 2020;2(4(100)):121-125. DOI 10.34684/ek.ur.p.g.2020.04.02.020.
4. Субботин А.А. Теоретические основы проблемы психической надежности в спорте. *Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты*. 2014;(13):162-166.

5. Мильман В.Э. *Структура и методика составления модельных психологических характеристик, относящихся к психической надежности спортсменов*. Москва: Физкультура и спорт; 1976:46 с.
6. Romualdas K. Malinauskas. Indicators of Psychical Stability Among Junior and Youth Track and Field National Team Candidates. *European Journal of Physical Education and Sport*. 2014;3(1):39-45.
7. Набойченко Е.С., Носкова М.В., Шершнева В.Н. Психическая устойчивость спортсменов высших достижений в индивидуальных и командных видах спорта как ключ успешной спортивной деятельности // *Перспективы науки и образования*. 2022;6(60):445-458. DOI 10.32744/pse.2022.6.26
8. Засимова Е.З., Гольдерова А.С., Охлопкова Е.Д. и др. Характеристика метаболических показателей организма студентов, занимающихся боксом. *Якутский медицинский журнал*. 2025;1(89):23-27. DOI 10.25789/YMJ.2025.89.06
9. Засимова Е.З., Гольдерова А.С., Дмитриев Н.А. и др. Характеристика физиологических показателей студентов СВФУ, занимающихся спортом. *Проблемы и перспективы спортивной подготовки, физического воспитания коренных народов Севера и Арктики*: Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции, г. Якутск, 28 марта 2025 года. Якутск:Издательский дом СВФУ;2025:37-47.

### References

1. Chernykh A.V., Artemyeva S.S., Bocharova S.S. Self-esteem as the basis for the stability of sports results. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*. 2022;11(213):691–695 (in Russian). DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.11.p691-695.
2. Voronkina L.V. Research of Athletes' Self-Assessment in connection with the implementation of competitive results. *Izvestiya of Tula State University. Physical Culture. Sport*. 2015;(4):82–87 (in Russian).
3. Filatov D.O. Mental reliability of an athlete and its components. *Economics and Management: Problems, Solutions*. 2020;2(4(100)):121–25 (in Russian). DOI 10.34684/ek.up.p.r.2020.04.02.020.
4. Subbotin A.A. Theoretical foundations of the problem of mental reliability in sports. *Fundamental and Applied Research: Problems and Results*. 2014;(13):162–166 (in Russian).
5. Milman V.E. *Structure and methodology of compiling model psychological characteristics related to the mental reliability of athletes*. Moscow: Physical Culture and Sports; 1976:46 (in Russian).
6. Romualdas K. Malinauskas. Indicators of Psychical Stability Among Junior and Youth Track and Field National Team Candidates. *European Journal of Physical Education and Sport*. 2014;3(1):39–45.
7. Naboichenko E.S., Noskova M.V., Shershnev V.N. Mental stability of high-performance athletes in individual and team sports as a key to successful sports activities. *Perspectives of Science and Education*. 2022;6(60):445–458 (in Russian). DOI 10.32744/pse.2022.6.26
8. Zasimova E.Z., Golderova A.S., Okhlopova E.D., et al. Characteristics of metabolic indicators of the body of students engaged in boxing. *Yakut Medical Journal*. 2025;1(89):23–27 (in Russian). DOI 10.25789/YMJ.2025.89.06
9. Zasimova E.Z., Golderova A.S., Dmitriev N.A., et al. Characteristics of physiological indicators of students of NEFU who are engaged in sports. In: *Problems and prospects of sports training, physical education of indigenous peoples of the North and the Arctic: Proceedings of the 4th All-Russian Scientific and Practical Conference*, Yakutsk, March 28, 2025. Yakutsk: NEFU Publ.; 2025:37–47 (in Russian).

### Об авторах

**ЗАСИМОВА Екатерина Захаровна**, кандидат медицинских наук, врач по лечебной физкультуре, заместитель заведующего «Учебно-научного центра кинезиологических исследований и оздоровительных технологий», институт физической культуры и спорта, ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова», ORCID: 0009-0007-3012-4409, ResearcherID: NFS-8792-2025, SPIN: 8463-3951, ekazas15@yandex.ru

**КОЛОСОВА Ольга Николаевна**, доктор биологических наук, профессор, главный научный сотрудник, Институт биологических проблем криолитозоны ФИЦ ЯНЦ СО РАН, ORCID: 0000-0002-6965-2600, Scopus ID: 7003599837, ResearcherID: P-6534-2015, SPIN: 8510-3595, kololgonik@gmail.com

**ГОЛЬДЕРОВА Айтилина Семеновна**, доктор медицинских наук, профессор кафедры общественного здоровья и профилактической медицины, медицинский институт ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова», ORCID: 0000-0002-6739-9453, Scopus ID: 57194856266, ResearcherID: AAP-1638-2020, SPIN: 7868-9925, hoto68@mail.ru

**КУДРИН Егор Петрович**, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой «Национальные виды спорта, медико-биологические дисциплины и безопасность жизнедеятельности», Институт физической культуры и спорта, Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, ORCID:0000-0002-3216-5008, Scopus ID: 56901298500, SPIN: 5115-5444, kudrinep@mail.ru

**ДМИТРИЕВ Николай Александрович**, соискатель, старший преподаватель кафедры физического воспитания, Институт физической культуры и спорта, Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, ORCID:0000-0002-7933-8199, SPIN: 8611-1586, dmitrievsvfu@mail.ru

#### *About the authors*

**ZASIMOVA, Ekaterina Zakharovna**, Cand. Sci. (Medicine), doctor of physical therapy and medicine, Deputy Head, Center for Kinesiological Research and Wellness Technologies, Institute of Physical Culture and Sports, M. K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russian Federation, ORCID: 0009-0007-3012-4409, ResearcherID: NFS-8792-2025, SPIN: 8463-3951, e-mail: ekazas15@yandex.ru

**KOLOSOVA, Olga Nikolaevna**, Dr. Sci. (Biology), Professor, Chief Researcher, Institute of Biological Problems of the Cryolithozone, SB RAS, Yakutsk, Russian Federation, ORCID: 0000-0002-6965-2600, Scopus ID: 7003599837, ResearcherID: P-6534-2015, SPIN: 8510-3595, e-mail: kololgonik@gmail.com

**GOLDEROVA, Aitalina Semyonovna**, Dr. Sci. (Medicine), Professor, Department of Public Health and Preventive Medicine, Institute of Medicine, M. K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russian Federation, ORCID:0000-0002-6739-9453, Scopus ID: 57194856266, ResearcherID: AAP-1638-2020, SPIN-код: 7868-9925, e-mail: hoto68@mail.ru

**KUDRIN, Egor Petrovich**, Cand. Sci. (Pedagogics), Associate Professor, Head of The Department of Traditional Sports, Medical and Biological Disciplines and Life Safety, Institute of Physical Culture and Sports, M. K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russian Federation, ORCID:0000-0002-3216-5008, Scopus ID: 56901298500, SPIN: 5115-5444, kudrinep@mail.ru

**DMITRIEV, Nikolai Aleksandrovich**, applicant, senior lecturer at the department of physical education, institute of physical culture and sports, M. K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russian Federation, ORCID:0000-0002-7933-8199, SPIN: 8611-1586, e-mail: dmitrievsvfu@mail.ru

#### *Вклад авторов*

**Засимова Е.З.** – концепция и дизайн исследования.

**Кудрин Е.П., Дмитриев Н.А.** – сбор и обработка материала.

**Гольдерова А.С.** – статистическая обработка данных.

**Засимова Е.З., Гольдерова А.С., Колосова О.Н.** – написание текста.

**Колосова О.Н.** – научное редактирование.

#### *Authors' Contributions*

**Zasimova E.Z.** – study concept and design, writing.

**Kudrin E.P.** – data collection and processing.

**Dmitriev N.A.** – data collection and processing.

**Golderova A.S.** – statistical data processing, writing.

**Kolosova O.N.** – writing, scientific editing.

#### *Конфлик интересов*

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

#### *Conflicts of Interest*

The authors declare no conflicts of interest.

*Поступила в редакцию / Submitted 26.09.2025*

*Поступила после рецензирования / Revised 10.11.2025*

*Принята к публикации / Accepted 17.01.2026*