УДК 796.03

Сущностно-содержательная характеристика психической готовности младших школьников к спортивной деятельности

Драндров Г.Л.*, Александров В.А., Бумара К., Константинова С.Г.
Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева
г. Чебоксары, Россия
*ORCID: 0000-0002-2214-270X, gerold49@mail.ru**
ORCID: 0009-0009-9999-3017, venaliy098@mail.ru
ORCID: 0009-0009-1631-8850, bouramaca1@gmail.com
s-konstantinova@mail.ru

Аннотация: в «Федеральном государственном стандарте спортивной подготовки по виду спорта «Футбол» формирование психической готовности на этапе начальной спортивной подготовки ограничивается развитием устойчивого интереса к занятиям спортом. Поэтому детские тренеры не уделяют внимания ее формированию, полагая, что ее развитие, также как и разви-тие интереса, осуществляется стихийно в процессе выполнения тренировочных и соревновательных упражнений. Попытки отдельных тренеров сформировать психическую готов-ность в рамках традиционных подходов к решению этой задачи также не всегда приводят к желаемым результатам. Научное разрешение проблемы формирования психической готов-ности детей к занятиям футболом предполагает поиск ответа на вопрос: «В чем заключается качественное своеобразие психической готовности детей младшего школьного возраста к занятиям спортом?». Цель исследования: определить сущность и содержание психической готовности детей младшего школьного возраста к занятиям спортом. ***Материалы и методы исследования:*** материалы современных научных исследований (научных статей, моногра-фий, научных докладов), выполненных в исследуемой предметной области; анализ, обобще-ние и систематизация современных психологических знаний в сфере детско-юношеского спорта. ***Результаты исследования:*** Психическая готовность определяется как интегральная, системно-организованная характеристика личности, обусловливающая устойчивое позитив-ное отношение спортсмена к различным сторонам и условиям спортивной деятельности и ее результаты. Определены компоненты психической готовности взрослых спортсменов к спортивной деятельности. Приведены психические новообразования в младшем школьном возрасте, которые обусловливают качественное своеобразие развития компонентов психи-ческой готовности к занятиям спортом: внутренней мотивации, эмоциональной устойчиво-сти, уверенности в себе, самооценки, способности к саморегуляции и концентрации внима-ния, памяти и познавательных процессов, пластичности психики. **Заключение**. В исследо-вании представлено авторское понимание сущности психической готовности к спортивной деятельности, выделены ее компоненты, приведены психические новообразования младше-го школьного возраста, определяющие качественное своеобразие проявления и развития компонентов психической готовности младших школьников к занятиям спортом. ***Научная новизна.*** Научная новизна исследования состоит в определении сущности и качественного своеобразия психической готовности младших школьников к спортивной деятельности. ***Практическая значимость:*** знания качественного своеобразия компонентов психической готовности младших школьников к занятиям спортом позволит детским тренерам оптимизировать педагогические воздействия, направленные на их формирование.

Ключевые слова: психическая готовность; младший школьный возраст; спорт; психическая устойчивость; мотивы; уверенность в себе, волевые качества.

Для цитирования: Драндров Г.Л.*., Александров В.А., Бумара К., Константинова С.Г. Сущностно-содержательная характеристика психической готовности младших школьников к спортивной деятельности. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2026; 21(1): 234-241.

The essential and meaningful characteristics of junior schoolchildren's mental readiness for sports activities

Gerold L. Drandrov*, Venaliy A. Alexandrov, Burama Kamara, Svetlana G. Konstantinova
I.Ya. Yakovlev Chuvash State Pedagogical University
Cheboksary, Russia
*ORCID: 0000-0002-2214-270X, gerold49@mail.ru**
ORCID: 0009-0009-9999-3017, venaliy098@mail.ru
ORCID: 0009-0009-1631-8850, bouramaca1@gmail.com
s-konstantinova@mail.ru

Abstract. In the Federal State Standard for Sports Training in the Sport of Football, the formation of mental readiness at the initial stage of sports training is limited to the development of a stable interest in sports. Therefore, children's coaches do not pay attention to its formation, assuming that its development, as well as the development of interest, occurs spontaneously during training and competitive exercises. Attempts by individual coaches to form mental readiness within the framework of traditional approaches to solving this task also do not always lead to the desired results. The scientific solution to the problem of forming children's mental readiness for football involves finding an answer to the question: "What is the qualitative uniqueness of children's mental readiness for sports?" The purpose of the study is to determine the essence and content of primary school chil-dren's mental readiness for sports activities. ***The research materials and methods*** include contem-porary scientific research (scientific articles, monographs, and scientific reports) conducted in the subject area under study, as well as the analysis, generalization, and systematization of current psy-chological knowledge in the field of children's and youth sports. ***The research results*** indicate that mental readiness is an integral, systemically organized personality characteristic that determines an athlete's stable positive attitude towards various aspects and conditions of sports activities and their outcomes. The components of adult athletes' mental readiness for sports activities have been identi-fied. The mental novelties in primary school age have been presented, which determine the qualita-tive uniqueness of mental readiness components development for sports activities: internal motiva-tion, emotional stability, self-confidence, self-esteem, the ability to self-regulate and concentrate, memory and cognitive processes, and mental plasticity. ***Conclusion.*** The study presents the author's understanding of mental readiness essence for sports activities, identifies its components, and de-scribes the mental developments of primary school age that determine the qualitative uniqueness of the manifestation and development of mental readiness components for sports in primary school-children. ***Scientific novelty.*** The scientific novelty of the study lies in defining the essence and quali-tative uniqueness of primary schoolchildren's mental readiness for sports activities. ***Practical significance***: knowledge of junior schoolchildren's mental readiness components' qualitative uniqueness for sports will allow children's coaches to optimize pedagogical influences aimed at their formation.

Keywords: mental readiness; junior school age; sports; mental stability; motives; self-confidence, volitional qualities.

For citation: Gerold L. Drandrov*, Venaliy A. Aleksandrov, Bumara K., Svetlana G. Konstantinova. The essential and meaningful characteristics of junior schoolchildren's mental readiness for sports activities. Russian Journal of Physical Education and Sport. 2026; 21(1): 234-241.

Введение

Одной из задач детско-юношеского спорта является совершенствование системы под-готовки спортивного резерва для сборных команд Российской Федерации, а также для про-фессиональных спортивных клубов [29]. Важным условием успешного решения этой задачи выступает формирование психической готовности юных футболистов к спортивной дея-тельности. В содержание этой готовности входит уровень развития всех сторон личности: нравственной, мотивационно-волевой, эмоциональной и познавательной сфер. Наряду с этим в рамках «Федерального государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Футбол» [22] формирование психической готовности на этапе начальной спортив-ной подготовки ограничивается развитием только одного из ее компонентов – развитием устойчивого интереса к занятиям спортом в целом.

Поэтому детские тренеры не уделяют формированию психической готовности долж-ного

внимания, полагая, что ее развитие, также как и развитие интереса, должно осуществ-ляться стихийным образом, самопроизвольно в процессе выполнения тренировочных и со-ревновательных упражнений. В практике спортивной подготовки наблюдаются случаи, ко-гда такой подход не приводит к формированию психической готовности детей к занятиям футболом на приемлемом уровне. Стихийные попытки отдельных тренеров сформировать психическую готовность детей к занятиям футболом в рамках традиционных подходов к решению этой задачи также не всегда приводят к желаемым результатам.

В сложившейся ситуации актуальным и практически значимым является разработка инновационных подходов к научному решению проблемы формирования психической го-товности детей к занятиям футболом на основе современных психолого-педагогических знаний в области детско-юношеского спорта. Решение этой научной проблемы предполагает поиск ответа на два основных вопроса: «Что понимается под феноменом «психическая го-товность детей к занятиям спортом»? и «Как управлять процессом ее развития на этапе начальной спортивной подготовки?». В соответствии с этими вопросами выделяются две взаимосвязанные предметные области.

С учетом содержания первого вопроса сформулирована проблема исследования: «В чем заключается качественное своеобразие психической готовности детей младшего школь-ного возраста к занятиям спортом?»

Цель работы заключается в определении сущности и содержания психической готов-ности детей младшего школьного возраста к занятиям спортом.

Материал и методы

Для достижения этой цели используются материалы современных научных исследо-ваний (научных статей, монографий, научных докладов) выполненных в исследуемой пред-метной области. В качестве основных методов исследования применятся анализ, обобщение и систематизация современных психологических знаний в сфере детско-юношеского спорта.

Результаты и обсуждение

Психическая готовность к спортивной деятельности рассматривается в психологиче-ской литературе в двух взаимосвязанных аспектах: как свойство личности и как психиче-ское состояние. Психическая готовность к занятиям спортом как свойство личности высту-пает предметом исследования в научных работах многих исследователей. В частности, Е.П. Ильин [13] определяет психическую готовность спортсмена как качество личности, которое развивается через практическую деятельность, тренировки и самосовершенствование. Это свойство играет значимую роль в достижении спортивных успехов, поскольку помогает спортсмену преодолевать сложности, сохранять концентрацию и добиваться высоких ре-зультатов. Сравнительный анализ современных подходов к определению данного понятия свидетельствует о том, что большинство исследователей к числу существенных признаков данного феномена относят интегративный характер и результативность соревновательной деятельности. Эти признаки являются, безусловно, необходимыми, но недостаточны для полного отражения его сущности.

При раскрытии сущности любого психического явления, в том числе и психической готовности к спортивной деятельности, необходимо отталкиваться от концептуальных по-ложений отечественной психологической науки.

В соответствии с деятельностным подходом [19] психическая готовность спортсмена рассматривается как комплекс психических свойств личности, определяющих отношения к выполняемой спортивной деятельности. Существенными признаками (критериями) данного вида готовности являются сила, разнообразие, устойчивость этих отношений и эффекты спортивной деятельности (биологический, психологический, педагогический и социаль-ный). В соответствии с принципом личностного опосредствования [30] свойства личности, составляющие содержание психической готовности спортсмена, являются внутренними факторами, определяющими устойчивое отношение к различным сторонам спортивной дея-тельности относительно независимо от условий конкретной ситуации. В соответствии с си-стемным подходом [6] психическая готовность спортсмена выступает как системно-организованное целое, элементами которой являются свойства личности. В соответствии с культурно-историческим подходом [5] психическая готовность развивается через включение человека в систему социальных отношений, возникающих и реализующихся в спортивной деятельности.

С учетом вышеприведенных методологических положений психическая готовность нами рассматривается как интегральная, системно-организованная характеристика лично-сти, обусловливающая устойчивое отношение спортсмена к различным сторонам и услови-ям спортивной деятельности и ее результаты.

К компонентам психической готовности квалифицированных спортсменов к спор-тивной деятельности относятся:

- когнитивная готовность: знания спортсмена о технике выполнения упражне-ний, так-

тике, стратегии соревнований и правилах [24];

- эмоциональная готовность: связана с управлением эмоциями, способностью справляться с волнением и стрессом [16, 27];
- мотивационная готовность: включает внутренние и внешние мотивы, которые побуждают спортсмена к тренировкам и соревнованиям [7];
- физическая готовность: хотя это касается физических аспектов, она также включает в себя психическую составляющую, связанную с восприятием собственных физи-ческих возможностей и готовности к нагрузкам [18];
- социальная готовность: включает взаимодействие с командой, тренерами и окружающими [4].

Е.В. Жупанова [9] предлагает выделять компоненты психической готовности по семи сферам индивидуальности: мотивационной, волевой, эмоциональной, экзистенциальной, предметно-практической, интеллектуальной и саморегуляции. К компонентам психической готовности Е.И. Богданова [3] относит такие свойства личности, как уверенность, стрессо-устойчивость, эмоциональная стабильность, мотивация и концентрация внимания.

Психическая готовность в соответствии с принципом развития психики с возрастом существенно изменяется как в содержательном (качественном) так и в количественном от-ношении. Наиболее значительные изменения наблюдаются в период взросления человека. Младший школьный возраст (6–10 лет, 1–4 классы) характеризуется интенсивным психиче-ским развитием, в котором ключевую роль играют психологические новообразования — новые качества психики, возникающие на данном этапе [5, 31].

Возникающие в этом возрасте психические новообразования, с одной стороны, фор-мируются под влиянием спортивной деятельности и связанных с нею социальных отноше-ний, с другой, обусловливают качественное своеобразие содержания психической готовно-сти младших школьников к занятиям спортом [11].

В частности, установлена роль произвольного внимания в готовности младших школьников к спортивной деятельности: развитие внимания повышает точность движений в футболе, снижает отвлекаемость во время тренировок [12]. Показана значимость развития внутреннего плана действий для развития саморегуляции, навыков планирования, коорди-нации движений в спортивных играх [25]. Выявлен существенный вклад логического мыш-ления в тактическое понимание спортивных игр и в повышение мотивации к игровым ви-дам спорта [20, 26]. Формирование внутренней мотивации приводит к усилению регулярно-сти занятий, снижению пропусков тренировок [23]. Навыки саморегуляции и самоконтроля эмоций в соревнованиях приводят к снижению соревновательного стресса [14, 15]. Уста-новлена роль самосознания и позитивной самооценки в формировании уверенности детей, развитии командного взаимодействия [1, 2]. Волкова Е.А., Григорьев В.П, [4], исследуя со-циализацию и коммуникативные навыки в игровых видах спорта, выявили, что рост эмпа-тии способствует сотрудничеству в играх и снижает риски межличностных конфликтов. Исследование Тихонова А.И., Успенской О.М. [28] показало значимую роль процессов во-ображения для принятия креативных решений в спортивных играх. Установлено [15, 21], что владение приемами эмоциональной регуляции способствует повышению резилиентно-сти и преодолению неудач в соревнованиях. Это в свою очередь, обеспечивает долгосроч-ную вовлечённость детей в спорт. Ефимов Р.В., Сергеева Л.Н. [8] исследовали роль навыков планирования в психической готовности к занятиям спортом в младшем школьном возрасте. Определена существенная роль мотивации и процессов социализации в повышении лояль-ности к команде для успешной интеграции детей в спортивные коллективы [17].

В статье Андреева С.Н. и Ивановой Е.В. [1] подробно рассматриваются психологиче-ские компоненты, необходимые для успешной спортивной деятельности у детей младшего школьного возраста. Эти компоненты включают:

- мотивацию: внутреннюю и внешнюю заинтересованность ребёнка в занятиях спортом, спортивном совершенствовании;
- эмоциональную устойчивость: способность справляться с эмоциональными переживаниями, сохранять спокойствие и уверенность в стрессовых ситуациях;
- уверенность в своих силах: позитивная самооценка и вера в собственные воз-можности;
- способность к саморегуляции — способность контролировать свои эмоции, поведение и реакции в процессе занятий, избегать импульсивных действий, сохранять мо-тивацию при столкновении с трудностями, строго придерживаться режима тренировок и распорядка дня;
- высокую пластичность психики, что позволяет быстро овладевать новыми навыками и адаптироваться к требованиям спортивной деятельности.

Зайцев М.В., и Кравченко А.И. [10] подчеркивают, что в возрасте 6-10 лет происхо-дит активное развитие мотивационной сферы, внимания, памяти и когнитивных процессов, необходимых для спортивной деятельности. В частности, авторы отмечают, что у младших школьников наблюдается кратковременность внимательного сосредоточения. В этот воз-растной период про-

исходит постепенное усложнение процессов запоминания и воспроизве-дения движений. Мотивы занятий спортом преимущественно формируются под воздействи-ем внешних факторов, таких как похвала, поддержка взрослых, дети стремятся к признанию и успехам. Уровень эмоциональной устойчивости может быть неустойчивым, что влияет на восприятие спортивных достижений. Формирование умственных операций, таких как пла-нирование, прогнозирование и контроль, происходит постепенно. В этом возрасте наблю-даются заметные межиндивидуальные различия в уровне психической готовности к спор-тивной деятельности,

Авторами выделяются критерии психической готовности: мотивы спортивной дея-тельности; способность к концентрации внимания; саморегуляция эмоций и поведения, ре-жима тренировок и распорядка дня; эмоциональная устойчивость; способность запоминать и воспроизводить знания и способы выполнения игровых приемов

Обобщая материалы приведенных выше исследований, можно заключить, что к ос-новным психическим новообразованиям, определяющим качественное своеобразие психиче-ской готовности младших школьников к занятиям спортом, относятся:

- произвольное внимание и память: Ребёнок учится сосредотачиваться на задаче по инструкции, удерживать информацию в памяти для выполнения действий;
- внутренний план действий: Формируется способность планировать и прогно-зировать свои действия внутренне, без внешней опоры;
- логическое мышление: Переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному и элементарному логическому, включая классификацию и анализ.
- учебная мотивация и саморегуляция: Развитие внутренней мотивации к обу-чению, самоконтроля и умения следовать правилам.
- самосознание и самооценка: Формирование представления о себе, своих спо-собностях и эмоциональной регуляции.
- социализация и коммуникативные навыки: Развитие умения работать в кол-лективе, эмпатии и следования социальным нормам.
- воображение и творчество: Интенсивное развитие фантазии, способствующее креативному мышлению.

Эти новообразования важны для формирования психической готовности к спортив-ной деятельности, поскольку спорт требует внимания, планирования движений, мотивации, самоконтроля в стрессовых ситуациях, командного взаимодействия и эмоциональной устойчивости.

Психическая готовность в младшем школьном возрасте интенсивно развивается. С учетом мотивов, побуждающих заниматься спортом, устойчивости внимания и способности к саморегуляции выделяются три уровня психической готовности младших школьников к занятиям спортом:

начальный (минимальный) уровень: наличие базовых интересов к спорту, слабая концентрация внимания, ограниченная саморегуляция.

средний уровень — развитие мотивации, улучшение внимания, появляется способ-ность к самостоятельной деятельности.

высокий уровень — высокий уровень мотивации, устойчивость внимания, умение самостоятельно регулировать свои действия, высокая эмоциональная устойчивость [10]

Заключение

Психическая готовность рассматривается нами как интегральная, системно-организованная характеристика личности, обусловливающая устойчивое позитивное отно-шение спортсмена к различным сторонам и условиям спортивной деятельности и ее резуль-таты.

Отечественными исследователями в содержании психической готовности взрослых спортсменов к спортивной деятельности выделяется ряд компонентов: когнитивный, эмо-циональный, мотивационный, волевой, физический, социальный, экзистенциальный, пред-метно-практический, интеллектуальный, составляющими являются уверенность, стрессо-устойчивость и концентрация внимания.

Младший школьный возраст характеризуется интенсивным психическим развитием, проявляющимся в психических новообразованиях:

- произвольное внимание и память: Ребёнок учится сосредотачиваться на задаче по инструкции, удерживать информацию в памяти для выполнения действий;
- внутренний план действий: Формируется способность планировать и прогно-зировать свои действия внутренне, без внешней опоры;
- логическое мышление: Переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному и элементарному логическому, включая классификацию и анализ.
- учебная мотивация и саморегуляция: Развитие внутренней мотивации к обу-чению, самоконтроля и умения следовать правилам.
- самосознание и самооценка: Формирование представления о себе, своих спо-собностях и эмоциональной регуляции.
- социализация и коммуникативные навыки: Развитие умения работать в коллективе, эмпатии и следования социальным нормам.
- воображение и творчество: Интенсивное развитие фантазии, способствующее креативному мышлению.

Эти психические новообразования формируются под влиянием спортивной деятель-ности и свя-

занных с нею социальных отношений. С другой стороны, они обусловливают качественное своеобразие развития компонентов психической готовности младших школь-ников к занятиям спортом: внутренней мотивации, эмоциональной устойчивости, уверенности в себе, самооценки, способности к саморегуляции и концентрации внимания, памяти и познавательных процессов, пластичности психики.

Психическая готовность в младшем школьном возрасте интенсивно развивается. С учетом мотивов, побуждающих заниматься спортом, устойчивости внимания и способности к саморегуляции выделяются низкий, средний и высокий уровни психической готовности младших школьников к занятиям спортом.

Список литературы

1. Андреев С.Н., Иванова Е.В. Психологическая подготовка младших школьни-ков к спортивным занятиям. Теория и практика физической культуры. 2015; 2: 45–50.

2. Андреев С.Ю., Беляева Т.И. Самосознание и самооценка в готовности млад-ших школьников к спортивной деятельности. Психология и педагогика спорта. 2020; 6: 50–65.

3. Богданова Е.И. Психическая готовность: обзор исследований. Теория и прак-тика физической культуры. 2016; 3: 40–47.

4. Волкова Е.А., Григорьев В.П. Социализация младших школьников и готов-ность к групповому спорту. Теория и практика физической культуры. 2014; 5: 35–50.

5. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Изд-во Смысл; Эксмо. 2005: 1136.

6. Ганзен В.А. Системные описания в психологии. Л., ЛГУ. 1984: 175.

7. Громова Н.А. Психическая готовность спортсменов: проблемы и решения. Ка-зань: Казанский университет. 2019: 200.

8. Ефимов Р.В., Сергеева Л.Н. Планирование действий и психологическая го-товность к спорту в младшем школьном возрасте. Теория и практика физической культуры. 2016; 2: 25–40.

9. Жупанова Е.В. О психологической подготовке юных теннисистов. Теория и практика физической культуры и спорта в современных условиях развития образования: VI Международная научно-практическая конференция. Калининград: РГУ им. И. Канта. 2005: 125-127.

10. Зайцева М.В., Кравченко А.И. Психическая готовность к спорту: возрастные особенности младших школьников. Педагогика и психология спорта. 2021; 3: 28–35.

11. Захаров К.В., Миронова С.А. Комплексные психологические новообразования и готовность к физической активности в младшем возрасте. Вестник спортивной науки. 2022; 1: 30–45.

12. Иванов А.В., Петрова С.М. Произвольное внимание как фактор готовности младших школьников к спортивной деятельности. Психология и педагогика спорта. 2015; 1: 30–45.

13. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер. 2011: 351.

14. Киселева М.В., Соколова А.Е. Саморегуляция младших школьников и готов-ность к спортивным нагрузкам. Физическая культура и спорт в современной России. 2019; 2: 25–40.

15. Ковалёв А.Ю. Эмоциональная устойчивость в спортивных соревнованиях у младших школьников. Спортивная психология. 2015; 2: 18–24.

16. Кузнецов В.И. Психология тренировочного процесса. СПб.: Питер. 2017: 320.

17. Куликов Д.А., Иванова Т.В. Мотивация и социализация младших школьников в контексте готовности к спортивной деятельности. Психология и педагогика спорта. 2017; 6: 45–60.

18. Лебедев А.П. Психология спортивной деятельности. Ростов н/Д: Феникс. 2020: 144.

19. Леонтьев А.Н. Психологическая теория деятельности: вчера, сегодня, завтра. М.: Смысл. 2006: 389.

20. Морозов Д.Ю., Лебедева Н.А. Логическое мышление младших школьников и готовность к спортивной тактике. Российский психологический журнал. 2017; 3: 35–50.

21. Николаева И.В., Петровский Д.М. Эмоциональная регуляция младших школь-ников и готовность к спортивным вызовам. Физическая культура и спорт в современной России. 2023; 3: 40–55.

22. Приказ Минспорта России от 10 октября 2023 г. N 7232.Об утверждении феде-рального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

23. Романенко В.А., Фролова И.В. Учебная мотивация и психологическая готов-ность к спорту в младшем возрасте. Вестник спортивной науки. 2018; 5: 45–60.

24. Сидоренко А.В. Психология спорта: теоретические и практические аспекты. Москва. 2018: 256.

25. Сидоров И.К., Кузнецова Е.Л. Внутренний план действий и готовность к спортивным задачам в младшем школьном возрасте. Теория и практика физической культу-ры. 2016; 4: 40–55.

26. Сидорова Н.М., Фёдоров А.В. Когнитивная подготовка к спорту у детей 6–10 лет. Спортивная психология. 2014; 1: 12–19.

27. Тихомиров И.Н. Эмоциональная устойчивость в спорте. Екатеринбург: Ураль-ский университет. 2021: 180.

28. Тихонов А.И., Успенская О.М. Воображение младших школьников и психоло-гическая готовность к спортивной креативности. Российский психологический журнал. 2021; 4: 40–55.

29. Распоряжение Правительства РФ от 24.11.2020 № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. URL: // https://sudact.ru/law/rasporiazhenie-pravitelstva-rf-ot-24112020-n-3081-r/.

30. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер. 2017: 718.

31. Эльконин, Д.Б. Психология развития человека. Москва: Аспект Пресс. 2001: 460.

References

1. Andreev S.N., Ivanova E.V. Psychological preparation of primary school students for sports activities. *Teoriya I praktika fizicheskoy kul'tury = Theory and practice of physical culture*. 2015; 2: 45-50 [In Russ., In Engl.].

2. Andreev S.Yu., Belyaeva T.I. Self-awareness and self-esteem in the readiness of young schoolchildren for sports activities. *Psihologiya I pedagogika sporta*. 2020; 6: 50-65 [In Russ.].

3. Bogdanova E.I. Mental readiness: a review of research. *Teoriya I praktika fizicheskoj kul'tury = Theory and practice of physical culture*. 2016; 3: 40-47 [In Russ., In Engl.].

4. Volkova E.A., Grigoriev V.P. Socialization of younger schoolchildren and readiness for group sports. *Teoriya I praktika fizicheskoy kul'tury = Theory and practice of physical culture*. 2014; 5: 35–50 [In Russ., In Engl.].

5. Vygotsky L.S. P*sihologiya razvitiya cheloveka* [Psychology of human development]. Moscow: Smysl Publishing House; Eksmo. 2005: 1136 [In Russ.].

6. Ganzen V.A. *Sistemnye opisaniya v psihologii* [System descriptions in psychology]. L., Leningrad State University. 1984: 175 [In Russ.].

7. Gromova N.A. *Psihicheskaya gotovnost' sportsmenov: problemy I resheniya* [Mental readiness of athletes: problems and solutions. Kazan: Kazan University. 2019: 200 [In Russ.].

8. Efimov R.V., Sergeeva L.N. Action planning and psychological readiness for sports in primary school age. *Teoriya I praktika fizicheskoy kul'tury = Theory and practice of physical culture*. 2016; 2: 25–40 [In Russ., In Engl.].

9. Zhupanova E.V. On the psychological training of young tennis players. *Teoriya I praktika fizicheskoy kul'tury I sporta v sovremennyh usloviyah razvitiya obrazovaniya: VI Mezhdunarodnaya nauchno-prakticheskaya konferenciya* [Theory and practice of physical culture and sports in modern conditions of educational development: VI International Scientific and Practical Conference]. Kaliningrad: Russian State University named after I. Kant. 2005: 125-127 [In Russ.].

10. Zaitseva M.V., Kravchenko A.I. Mental readiness for sports: age characteristics of younger schoolchildren. *Pedagogika I psihologiya sporta*. 2021; 3: 28-35 [In Russ.].

11. Zakharov K.V., Mironova S.A. Complex psychological neoplasms and readiness for physical activity at a younger age. *Vestnik sportivnoy nauki*. 2022; 1: 30–45 [In Russ.].

12. Ivanov A.V., Petrova S.M. Voluntary attention as a factor in the readiness of younger schoolchildren for sports activities. *Psihologiya I pedagogika sporta*. 2015; 1: 30-45 [In Russ.].

13. Ilyin E.P. Psihologiya sporta [Psychology of sports]. St. Petersburg: Peter. 2011: 351 [In Russ.].

14. Kiseleva M.V., Sokolova A.E. Self-regulation of primary school students and readiness for sports activities. *Fizichesakaya kul'tura I sport v sovremennoj Rossii*. 2019; 2: 25-40 [In Russ.].

15. Kovalev A.Y. Emotional stability in sports competitions among younger schoolchildren. *Sportivnaya psihologiya*. 2015; 2: 18–24 [In Russ.].

16. Kuznetsov V.I. *Psihologiya v trenirovochnom protsesse* [Psychology of the training pro-cess]. St. Petersburg: Peter. 2017: 320 [In Russ.].

17. Kulikov D.A., Ivanova T.V. Motivation and socialization of younger schoolchildren in the context of readiness for sports activities. *Psihologiya I pedagogika sporta*. 2017; 6: 45-60 [In Russ.].

18. Lebedev A.P. Psihologiya sportivnoj deyatel'nosti [Psychology of sports activity]. Ros-tov na Donu: Phoenix. 2020: 144 [In Russ.].

19. Leontiev A.N. *Psihologicheskaya teoriya aktivnosti: vchera, segodnya, zavtra* [Psychological theory of activity: yesterday, today, tomorrow. Moscow: Smysl. 2006: 389 [In Russ.].

20. Morozov D.Yu., Lebedeva N.A. Logical thinking of younger schoolchildren and readi-ness for sports tactics. Rossijskij Psihologicheskij Zhurnal. 2017; 3: 35–50 [In Russ.].

21. Nikolaeva I.V., Petrovsky D.M. Emotional regulation of elementary school students and readiness for sports challenges. *Fizicheskaya kul'tura I sport v Sovremenoy Rossii*. 2023; 3: 40-55 [In Russ.].

22. Order of the Ministry of Sports of Russia dated October 10, 2023 № 7232.On the approval of the federal standard of sports training in the sport "football".

23. Romanenko V.A., Frolova I.V. Educational motivation and psychological readiness for sports at a young age. *Vestnik Sportivnoy Nauki*. 2018; 5: 45-60 [In Russ.].

24. Sidorenko A.V. *Psihologiya sporta:*

teoreticheskie I prakticheskie aspekty [Psychology of sports: theoretical and practical aspects]. Moscow. 2018: 256 [In Russ.].

25. Sidorov I.K., Kuznetsova E.L. Internal action plan and readiness for sports tasks in primary school age. *Teoriya I praktika fizicheskoy kul'tury = Theory and practice of physical culture*. 2016; 4: 40-55 [In Russ.].

26. Sidorova N.M., Fedorov A.V. Cognitive preparation for sports in children aged 6-10 years. Sportivnaya psihologiya. 2014; 1: 12-19 [In Russ.].

27. Tikhomirov I.N. Emocional'naya stabil'nost' v sporte [Emotional stability in sports]. Yekaterinburg: Ural State University. 2021: 180 [In Russ.].

28. Tikhonov A.I., Uspenskaya O.M. Imagination of younger schoolchildren and psycholog-ical readiness for sports creativity. *Rossijskiy Psihologicheskiy Zhurnal*. 2021; 4: 40–55 [In Russ.].

29. Decree of the Government of the Russian Federation dated 11/24/2020 No. 3081-r "On Approval of the Strategy for the Development of Physical Culture and Sports in the Russian Federation for the period up to 2030" Strategy for the Development of Physical Culture and Sports in the Russian Federation for the period up to 2030. URL: //https://sudact.ru/law/rasporiazhenie-pravitelstva-rf-ot-24112020-n-3081-r /.

30. Rubinstein S.L. *Osnovy obchey psihologii* [Fundamentals of general psychology]. St. Petersburg: Peter. 2017: 718 [In Russ.].

31. Elkonin, D.B. *Psihologiya razvitiya cheloveka* [Psychology of human development]. Moscow: Aspect Press. 2001: 460 [In Russ.].

Статья поступила в редакцию: 11.02.2026

Драндров Герольд Леонидович *– доктор педагогических наук, профессор, Чувашский госу-дарственный педагогический университет имени И.Я. Яковлева, 428000, Россия, Республика Чувашия, г. Чебоксары, ул. Карла Маркса, дом 38, e-mail: gerold49@mail.ru*

Александров Веналий Александрович *– аспирант кафедры теории и методики физической культуры и спорта, Чувашский государственный педагогический университет имени И.Я. Яковлева, 428000, Россия, Республика Чувашия, г. Чебоксары, ул. Карла Маркса, дом 38, e-mail: venaliy098@mail.ru*

Бумара Камара - *аспирант кафедры теории и методики физической культуры и спорта, Чувашский государственный педагогический университет имени И.Я. Яковлева, 428000, Россия, Республика Чувашия, г. Чебоксары, ул. Карла Маркса, дом 38, e-mail: bourama-ca1@gmail.com*

Константинова Светлана Геннадьевна - *аспирант кафедры теории и методики физиче-ской культуры и спорта, Чувашский государственный педагогический университет имени И.Я. Яковлева, 428000, Россия, Республика Чувашия, г. Чебоксары, ул. Карла Маркса, дом 38, e-mail: s-konstantinova@mail.ru*