

Автономное профессиональное образовательное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
«Югорский колледж-интернат олимпийского резерва»

Рассмотрено на Педагогическом совете
протокол № 11 от 30.08.2022

Разрешена к внедрению приказом
№ 786 от 31.08.2022

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Педагога-психолога
на 2022-2023 учебный год**

Автор – составитель:
Г. С. Исаченко
Педагог-психолог

г. Ханты-Мансийск

Содержание

№	Наименование	Стр.
1	Пояснительная записка	3
2	Актуальность, цели и задачи реализации программы	4
3	Принципы психолого-педагогического сопровождения	5
4	1. Этапы тренировочного процесса и основные направления психолого-педагогического сопровождения:	6
4.1	Тренировочный этап	6
4.2	Совершенствование спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	8
5	Учебно-тематический план	11
6	Планируемые результаты программы	15
7	Материально-техническое обеспечение программы	15
8	Список литературы	19

1. Пояснительная записка

АУ «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва» является образовательным учреждением, осуществляющим деятельность в области физической культуры и спорта и обеспечивающим создание необходимых условий для сочетания образовательного процесса с активной тренировочной и соревновательной деятельностью учащихся.

Основная миссия - подготовка спортивного резерва для сборных команд Российской Федерации и Ханты-Мансийского автономного округа - Югры, а также создание пилотной площадки по отработке организационных и нормативных механизмов структуры, обеспечивающей полный цикл единой системы образования и подготовки спортивного резерва.

В связи с этим основные цели работников АУ «ЮКИОР» – реализация основных образовательных программ среднего профессионального образования, основного общего и среднего общего образования и подготовка спортивного резерва для спортивных сборных команд Ханты-Мансийского автономного округа-Югры; участие в подготовке спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации.

Базисным элементом психологической работы в колледже-интернате выделяются определенные этапы учебно-воспитательного, тренировочного, соревновательного процессов, которые рассматриваются, как наиболее значимые, существенно влияющие на успешность обучения и перспективы дальнейшего психологического развития обучающихся в колледже. К этим периодам обучения соотносятся наиболее полные и системные организованные процессы, сопровождающиеся работой психолога. Это – период поступления и адаптации в колледже-интернате, процесс работы обучающегося в режиме УТС (учебно-тренировочные сборы) – соревнование – обучение, окончание общеобразовательной школы, колледжа и смена социальной ситуации жизнедеятельности и развития.

Спорт не только спортивная борьба на аренах и дорожках стадионов, это наш образ жизни, в которой мы соревнуемся каждый день. Спорт - чаще всего первый опыт преодоления трудностей и победы над собой, это опыт поражений и умения работать с ним. Так современное становление и развитие спорта предполагает и характеризуется усложнением не только самой деятельности, но и усложнением как технологического, так и психологического процесса и сопровождения спортивной деятельности.

Новизна данной программы заключается в комплексном подходе в организации психологической подготовки юных спортсменов включая: оценку текущего уровня психологической подготовленности, диагностику свойств, состояний, устойчивость к нагрузкам; развитие спортивного интеллекта, волевых и личностных качеств; формирование мотивации достижения; построение тактики предсоревновательной подготовки; психическую саморегуляцию; разработку индивидуальных программ воздействий на спортсмена.

Помимо этого программа включает в себя такие компоненты как: воспитательная работа, профилактическая работа, работа с родителями и тренерами.

Данная Программа рассчитана на работу с подростками 14 – 16 лет этап специализации, на работу со спортсменами 16–18 лет этап совершенствование спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

2. Актуальность

Спортивная деятельность, как и любая другая, требует психологического обеспечения. Суть его состоит в том, чтобы обеспечить развитие и совершенствование нервно-психических механизмов, регулирующих движения, переживания и поведение. Психологическое обеспечение спортивной деятельности – это комплекс мероприятий, направленных на специальное развитие, совершенствование и оптимизацию систем, которые регулируют психическую функцию организма и поведение спортсмена, решая при этом задачи тренировки и соревнований.

Можно выделить три уровня психологической подготовки: социально-психологический, психофизиологический и собственно психологический уровень.

Такой трехуровневый подход позволяет более целенаправленно строить систему подготовки, ориентированную на «всестороннее гармоничное развитие личности» спортсмена.

Цель программы: повысить психологическую подготовку спортсменов для успешной тренировочной деятельности и выступлений на соревнованиях.

Задачи программы:

Воспитывающие:

1. Содействие воспитанию гармонично развитой личности.
2. Содействие воспитанию социально адаптированной личности.
3. Воспитание потребности заниматься спортом, сознательно применять физические упражнения в целях тренировки, повышения работоспособности, укрепления здоровья.
4. Воспитание нравственных и волевых качеств, спортивно важных качеств.

Обучающие:

1. Приобретение воспитанниками психологических знаний, умений, навыков.
2. Обучение спортсменов приёмам самовоздействия, психорегуляции, релаксации и мобилизации.
3. Обучение методам мысленной тренировки.

Развивающие:

1. Личностный рост.
2. Развитие уверенности в себе, лидерских качеств.

3. Принципы психолого-педагогического сопровождения

1. Принцип индивидуального подхода к ребенку любого возраста на основе безоговорочного признания его уникальности и ценности.

2. Принцип превентивности: обеспечение перехода от принципа «скорой помощи» (реагирования на уже возникшие проблемы) к предупреждению возникновения проблемных ситуаций.

3. Принцип комплексности подразумевает организацию различных специалистов, всех участников учебно - тренировочного процесса в решении задач психолого-педагогического сопровождения: тренеров, воспитателей, педагога-психолога, социального педагога, администрации и др.

4. Принцип «на стороне ребенка»: во главе угла ставятся интересы ребенка, обеспечивается защита его прав при учете позиций других участников учебно - тренировочного процесса.

5. Принцип активной позиции ребенка, при котором главным становится не решить проблемы за ребенка, а научить его решать проблемы самостоятельно, создать способности для становления способности ребенка к саморазвитию.

6. Принципы коллегиальности и диалогового взаимодействия обуславливают совместную деятельность субъектов психолого-педагогического сопровождения в рамках единой системы ценностей на основе взаимного уважения и коллегиального обсуждения проблем, возникающих в ходе реализации программ.

7. Принцип системности предполагает, что психолого-педагогическое сопровождение носит непрерывный характер и выстраивается как системная деятельность, в основе которой лежит внутренняя непротиворечивость, опора на современные достижения в области социальных наук, взаимосвязь и взаимообусловленность отдельных компонентов.

4. Этапы тренировочного процесса

4.1. Тренировочный этап (этап спортивной специализации).

Основные задачи этого периода:

- ✓ повышение уровня общей и специальной физической, технической и психологической подготовки;
- ✓ формирование спортивной мотивации;

✓ формирование определённых свойств личности спортсмена, способствующих успешному и стабильному выступлению в ответственных соревнованиях;

✓ создание положительных устойчивых эмоциональных состояний и выработка умения регулировать их в экстремальных условиях;

На этапе специализации спортсмен уже имеет спортивный опыт и желание продолжать занятия спортом, а, возможно, и неразрешенные проблемы, взятые из предыдущего этапа спортивной карьеры. Возросшие физические и психические нагрузки, увеличение количества и повышение ранга соревнований требуют более тщательного подбора средств психологической помощи спортсмену. На этом этапе повышается роль дифференцированного и индивидуального подходов в реализации всех видов психологической помощи. Наиболее важными оказываются следующие направления:

✓ **Психодиагностика.** Психодиагностика ставит своей целью изучение спортсмена и его возможностей. Сюда входит базовая психодиагностика, которая позволяет изучить потенциальные возможности спортсмена. Оцениваются индивидуальные особенности нервной системы, когнитивных процессов и волевой сферы. Для эффективной групповой работы актуальна оценка совместимости членов команды или спортивной группы. Второй вид диагностики оперативная или мониторинг. Ее цель – получение обратной связи о состоянии спортсмена.

Осуществляется в форме плановой диагностики или диагностики по запросу учащихся, администрации, педагогов и родителей и рассматривается как важный подготовительный этап индивидуального и группового консультирования.

✓ **Консультативное направление** - оказание конкретной помощи обратившимся в осознании ими природы их затруднений, в анализе и решении психологических проблем, связанных с собственными особенностями, сложившимися обстоятельствами жизни, вопросам

перспектив спортивной карьеры, сочетания спорта с другими сферами жизни; помощь в формировании новых установок и принятии собственных решений.

Осуществляется в форме индивидуальных и групповых консультаций.

✓ **Коррекционно-развивающая** деятельность включает в себя работу по развитию основных психических функций, обучение приемам расслабления и мобилизации, обучение аутогенной, идеомоторной тренировке, тренировочную работу на этапе формирования команды, коллектива, индивидуальную работу со спортсменом и тренером. Проводится по итогам диагностических обследований и по обращению.

✓ **Психологическое просвещение** - формирование потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения участников учебно-тренировочной деятельности.

✓ **Психопрофилактика**, направлена, прежде всего, на борьбу с форсированием спортивной подготовки из-за желания «оправдать надежды» тренера и родителей в достижении результатов (что приводит к травмам и нервно-психическим перенапряжениям). Профилактические мероприятия проводятся также в целях предотвращения:

- деавтоматизации двигательных навыков и психологических барьеров (через формирование адекватного отношения к ошибкам и неудачам);
- формирования устойчивых негативных состояний: монотонии, психического пресыщения, эмоционального выгорания.

4.2. Совершенствование спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства

Главной задачей психологического обеспечения подготовки спортсменов является создание психологических предпосылок для реализации накопленного спортсменами потенциала. На данном этапе

становятся актуальным: регуляция уровня психических и физических нагрузок, психическая реабилитация, индивидуализация психологического обеспечения подготовки спортсменов.

На этапе совершенствования спортивного мастерства и в спорте высших достижений сохраняется высокое значение всех видов психологической помощи и возрастает значение психологического просвещения, психотренингов, психокоррекции и консультирования. Все виды психологической помощи реализуются в основном на уровне индивидуального подхода. Спортсмен становится грамотным «заказчиком» психологической помощи, самостоятельно определяя, что ему нужно, а что нет. Психологическую помощь характеризуют следующие мероприятия:

✓ **Психологическое просвещение** в формате обмена профессиональным, а иногда и личностным, человеческим опытом.

✓ **Обучение навыкам планирования карьеры**, прогнозирования перспектив: чтение специальной, и не только психологической, литературы, анализ чужого спортивного опыта, ведение спортивного дневника.

✓ **Психологическая подготовка** заключается в выработке разных стратегий выступления в соревнованиях с учетом напряженного графика и многоступенчатой системы отбора для участия в наиболее престижных турнирах, например стратегий надежной реализации уровня подготовленности, экономного расходования сил, вскрытия дополнительных резервов.

✓ **Психологическое консультирование** часто затрагивает вопросы отношений с соперниками, соперничества в команде, межличностные отношения и отношения с противоположным полом.

Деятельность педагога-психолога направлена на достижение оптимальной психологической адаптации спортсменов к учебно-тренировочному процессу. Большое внимание уделяется созданию благоприятного психологического климата в командах. Применяется личностно-ориентированный подход к каждому учащемуся. Сочетаются индивидуальные и групповые формы работы.

Задачи психологической работы с тренерами-преподавателями:

1. Повышение профессиональной и личностной компетенции;
2. Формирование необходимых психологических знаний и навыков;
4. Развитие профессиональных и личностных качеств;
5. Повышение эффективности взаимодействия со спортсменами.

Задачи психологической работы с родителями (законными представителями) учащихся:

1. Повышение психологической культуры в вопросах воспитания детей;
2. Психологическое консультирование в проблемных ситуациях;
3. Формирование необходимых психологических знаний;
4. Формирование представлений о значимости отношения родителей к спортивной деятельности детей.

Задачи психологической работы с администрацией учреждения:

1. Повышение психологической компетентности педагогических работников

5. Учебно-тематический план

№	Содержание работы	Методики	Сроки
<i>Психологическая диагностика</i>			
1	Базовая психодиагностика спортсменов (направленность личности, уровень мотивации, общие волевые проявления характера, общая способность к самоконтролю и саморегуляции).	Компьютерные варианты диагностических методик (эмоционально личностной сферы, оценки мотивации к достижению успеха и избеганию неудач).	В период тренировочных просмотровых сборов, в течение года.
2	Психодиагностические мероприятия со спортсменами: ✓ определение актуального психоэмоционального состояния учащегося и выявление возможных проблем; ✓ выявление индивидуальных психологических особенностей спортсмена; ✓ диагностика психических процессов, мотивационной и волевой сферы, самооценки; ✓ изучение взаимоотношений учащихся с тренером.	Компьютерные варианты диагностических методик (эмоционально личностной сферы, текущего состояния). Опросники «Самооценка отношений с тренером», шкала «Тренер-спортсмен».	В течение года по обращению тренеров, родителей, обучающихся и по плану работы педагога-психолога.
3	Изучение межличностных отношений в команде, психологического климата (для командных видов спорта).	Компьютерные варианты диагностических методик (психодиагностика межличностных отношений).	В течение года по обращению тренеров, по плану работы педагога-психолога.

4	Диагностика актуального состояния и готовности спортсмена перед соревнованиями.	Методики: «Анкета психической надежности», «Диагностика стресс-факторов спортивной деятельности», «Определение особенностей предсоревновательного состояния».	В течение года по обращению.
Консультативное направление			
5	Консультирование учащихся, тренеров, родителей по итогам психологических обследований.		В течение года по результатам психологического обследования.
6	Консультирование обучающихся по вопросам психологии спорта, взаимоотношений в спортивном коллективе, с тренером, кризисных ситуаций в спорте.	Различные техники консультирования (элементы арт-терапии, МАК, работа с метафорой).	В течение года по обращению, по плану работы педагога-психолога.
7	Консультирование всех участников учебно-тренировочного процесса по психолого-педагогическим затруднениям.		В течение года по обращению.
Коррекционно-развивающая деятельность			
8	Организация тренингов, направленных на повышение уверенности в себе, развитие мотивации, сплочение коллектива, развитие умения общаться и взаимодействовать.	Тренинг уверенности. Тренинг общения. Тренинг временной перспективы и способности к целеполаганию.	В течение года по обращению тренера, воспитателя, по результатам психологического

			обследования.
9	Проведение обучающих психотехнических игр и упражнений по направлениям: внимание и самоконтроль; воображение – рефлексия и бессловесное общение.	По материалам книги Цзен Н. В., Пахомов Ю. В. «Психотренинг: игры и упражнения».	В течение года по обращению, по результатам психологического исследования.
10	Коррекционные занятия с элементами релаксации и аутогенной тренировки. Обучение спортсменов основам психической саморегуляции: овладение навыками расслабления и мобилизации, а также технологии использования метода идеомоторной тренировки.	(Аутогенные тренировки по методике И.Г. Шульца, психомышечные тренировки по методике А.В. Алексева., Гетеротренинг и релаксация Г. Д. Горбунов).	В течение года по обращению.
11	Психологическая подготовка к соревнованиям (диагностика, планирование, целеполагание, настройка, мысленная тренировка).	Составление индивидуального плана подготовки.	В течение года по обращению.
12	Экстренная помощь спортсмену в самые напряженные для него моменты - от снятия предстартовых волнений и работы со стрессом до помощи в случае.		В течение года по обращению.
<i>Психологическое просвещение</i>			
13	Беседы, направленные на устранение дефицита информации о психологических способностях организма человека.	Индивидуальные и групповые формы работы.	В течение года по обращению.

14	Семинары для тренерско-преподавательского состава	<p>Примерные темы семинаров:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мотивационные причинные схемы и их роль в формировании установки спортсмена на усилия (тренировочную работу). 2. Психотехнологии по формированию психологической стабильности и психической надежности (в главе об управлении психологической подготовкой). 3. Восстановления работоспособности спортсменов: психологический аспект. 	В течение года по обращению.
15	Просвещение родителей, тренеров по вопросам детского спорта, возрастной психологии.	Участие в родительских собраниях, тренерских советах.	В течение года.
<i>Психологическая профилактика</i>			
16	Беседы с учащимися, которые испытывают кризисные ситуации в спортивной деятельности.	Индивидуальные формы работы.	В течение года по обращению.
17	Планирование и реализация совместно с воспитателями, тренерами превентивных мероприятий по профилактике кризисных состояний в спорте обучающихся.		В течение года.

6. Планируемые результаты программы

Осознать личностные особенности: мотивационной и эмоционально-волевой сферы; психофизические особенности эмоционального состояния в предстартовых и соревновательных ситуациях; личностного потенциала в преодолении негативных состояний в соревновательной спортивной деятельности.

Знать, иметь представление:

✓ об основных составляющих волевых качествах спортсмена: умение ставить ясные цели и задачи на ближайшую перспективу, подчинить себя поставленной цели и планомерно ее осуществлять, преодолевать неудачи и различные препятствия, выдержки и самообладания, самостоятельности, находчивости;

✓ способах регуляции предсоревновательного, соревновательного состояния;

Уметь использовать:

✓ навыки саморегуляции, аутотренинга; самовнушения позитивного отношения к спорту, нагрузке; предсоревновательные установки; психологическую помощь: аутогенную тренировку;

✓ учитывать собственные сильные стороны в процессе адаптации к новым профессиональным и жизненным ситуациям;

✓ определять оптимальный для себя способ регуляции эмоционального состояния в предстартовых и соревновательных ситуациях.

7. Материально-техническое обеспечение программы

Оснащение кабинета педагога-психолога

Кабинет педагога-психолога соответствует всем санитарно-гигиеническим требованиям и оборудован таким образом, чтобы способствовать реализации трех основных функций: кабинет педагога-психолога, комната для индивидуальных психологических разгрузок, комната индивидуального консультирования.

Созданная развивающая предметно-пространственная среда, позволяет обеспечить психологический комфорт для каждого обучающегося.

Название кабинета: кабинет педагога-психолога

График работы кабинета: 09.00 – 13.00, 14.00 – 17.00

Оборудование кабинета

№	Наименование	Кол-во
Кабинет педагога-психолога		
Мебель		
1	Мебельный гарнитур «БРИМНЕС» (тумба под ТВ, комбинация из двух шкафов). Цвет: белый	1
2	Раздвижной стол (белый) СТУРНЭС	2
3	Стеллаж с дверцами белый КАЛЛАКС	2
4	Стол белый ЛИННМОН/АЛЕКС	2
5	Стул офисный	2
6	Вешалка для одежды	1
Методические пособия		
1	Метафорические карты для работы с детьми, подростками и родителями Роботы Т. Ушакова	1
2	ТИНЕЙДЖЕРЫ (TEENAGERS). МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ АВТОР: БУРАВЦОВА Н.В	1
3	СЛОВА И СМЫСЛЫ. НАБОР КАРТОЧЕК ДЛЯ РАБОТЫ С МЕТАФОРой АВТОР: РАДЧЕНКО Е.	1
4	ТЕЛОПРОЕКТОР. НАБОР МЕТАФОРИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ (В КОРОБКЕ) АВТОР: СИМОНЕНКО А.М.	1
5	Метафорические ассоциативные карты «Детские аватары» серия МАК «Детский МИР»	1
6	Метафорические ассоциативные карты «Детские страхи и комплексы» серия МАК «Детский МИР»	1
7	Метафорические ассоциативные карты «Детские стили поведения +/-» серия МАК «Детский МИР»	1
8	Метафорические ассоциативные карты «Детские способности» серия МАК «Детский МИР»	1
9	Метафорические ассоциативные карты «Детские мотиваторы» серия МАК «Детский МИР»	1
10	ПОЛЯРНАЯ ЗВЕЗДА. ДОРОГА К... ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИГРЫ. АВТОР: УШАКОВА Т.О	1
11	"СЕМЕЙКА ГНОМС!" ИГРЫ ДЛЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ АВТОР: КИРЮШИНА Е. МУХАМАТУЛИНА А.	1
12	Практические материалы «Источники уверенности»	1
13	Метафорические ассоциативные карты «Просто о важном»	1

14	Психологическая игра «Поддержка». Авторы - Раевский, Чугуева	1
15	Социально-коммуникативная игра «Претензии — комплименты»	1
16	Психологическая игра «Телепат»	1
17	Настольная игра Стиль Жизни КвестМастер: Тайна доктора Тайма	1
ТСО		
1	Акустическая система	2
2	Канальный микшер	1
3	Персональный компьютер	2
4	Принтер HP Laser Jet Pro Color M251п	1
5	Радиотелефон Panasonic KX-TGF320RUM	1
Компьютерные программы		
1	Компьютерная программа «Психодиагностика текущего состояния»	1
2	Компьютерная программа «Психодиагностика эмоционально-личностной среды»	1
3	Компьютерная программа «межличностных отношений»	1
4	Компьютерная программа «Статистическая обработка данных (СОРТ)	1
Комната индивидуального консультирования		
1	Комбинация настенных шкафов «ЭКЕТ»	1
2	Рабочий стул, белый «ЛОНГФЬЕЛЛЬ»	1
3	Фигурка «ГЕСТАЛЬТА» Цвет: дерево (естественный) 33 см	2
4	Фигурка «ГЕСТАЛЬТА» Цвет: черный 33 см	2
5	Фигурка «ГЕСТАЛЬТА» Цвет: розовый 33 см	2
6	Зеркало «ЛОТС» 30/30см	4
7	Полка для картин «МОССЛЕНДА»	2
8	Декоративные песочные часы «ТИЛЛСЮН» 30*30 см	1
9	Цветочная отдушка «ДОФТА», ароматическая. Красные садовые ягоды.	4
10	Настенные часы «ВОКАЛЛИСА»	1
11	Часы/термометр/таймер/ «КЛОККИС» (белый)	2
12	Миска «БЕРЭКНА»	1
13	Украшение «Рука» «ХАНДСКАЛАД»	1
14	Плед вязаный, белый «ВИВИАННА»	2
15	Плед вязаный, бежевый «ВИВИАННА»	1
16	Корзина «БРАНЭС» 32*34*32 см (белый)	1
17	Кресло с высокой спинкой «ВЕДБУ»	3
Комната для индивидуальных психологических разгрузок		
1	Массажное кресло-качалка «YAMAGUCHI LIBERTY»	1
2	Массажер для ног « YAMAGUCHI CFPSULA»	1
3	Массажер для глаз «YAMAGUCHI AXIOM EYE»	1
4	Климатический комплекс «Sharp KC-G41RW» (увлажнитель и очиститель воздуха)	1
5	Воздушно-пузырьковая панель, мягкое основание	1

6	Ткань габардин «черный»	20м
7	Потолочная гардина	15м
Сенсорная комната		
1	Климатический комплекс «Sharp KC-G41RW» (увлажнитель и очиститель воздуха)	1
2	Кресло подвесное кокон капля Ротанг. Цвет: белый, подушка зеленая.	1
3	Кресло «Wind White»	2
4	Ткань ERT MILAN BLACKOUT-11/280 BL	25м
5	Ночник проектор «Волна»	1
6	Фотообои «Пшеница»	1
7	Ковралин коммерческий Betar цвет синий (ширина 4 м)	4 м
8	Квадратный пуфик	6
9	Коробка для бумаг ДРЁНА	7
10	Кресло-мешок «Подушка»	5
11	Кресло-мешок «Таблетка»	4
12	Стеллаж (белый) КАЛЛАКС	4
13	Стол белый ЛИННМОН/ГОДВИН	4
14	Стол складной (черный) НИССЕ	
15	Тумба с ящиками белая ЛЕННАРТ	4
16	Световой занавес	2
17	Проекционный дизайн Виртуальная реальность	1
18	Телевизор Philips 75HFL2899S/12 + крепление Wize Pro N63A	1

8. Список литературы

Название источника	Исходящие данные
Р.М. Загайнов. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография	М: Советский спорт, 2010 г.228 с.
Г.А. Кузьменко. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств.	М: Советский спорт, 2010 г.558с
Горская Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов.	2008 г. Краснодар
Е.Н.Гогунов, Б.И. Мартьянов. Психология физического воспитания и спорта: уч.пособ. для студ. пед.вуз.	М.,2000.
Г. Д. Горбунов.Психопедагогика спорта	М.: Советский спорт. 2006г., 296.
А. В. Алексеев.Преодолей себя!	М.: Феникс, 2003 г., 350 стр.
М.Тунис. Психология вратаря	М: Человек 2010 г., 128 с.
Е. П. Ильин. Психология спорта.	СПб, 2008, 198с.
Р.М.Загайнов. Ради чего? Записки спортивного психолога	М.: Совершенно секретно, 2005.
А. В. Родионов. Психология физического воспитания и спорта.	М., 2004,182 с.
И.Вачков. Психология тренинговой работы.	Москва, Эксмо, 2007, 305с.
В. Л. Марищук. Психодиагностика в спорте	М: Просвещение 2005 349с
Н. Н. Ежова. Рабочая книга практического психолога	М: Феникс, 2007г.
Ф. Волков. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов.	Хрестоматия. Питер, 2002 г. 384 с.
О.П, Истратова. Справочник по групповой психокоррекции-2-е изд.	Ростов н/Д : Феникс, 2008. — 443с.
Справочник практического психолога. Психодиагностика.Под общ. ред. Посохова С.Т.	М.: АСТ; СПб.: Сова,2005.
<i>В электронном виде</i>	
Ю. Я. Киселёв.Победи ! Размышления и советы психолога спорта.	М., 2002
Н.В. Цзен, Ю.В. Пахомов. Психотехнические игры в спорте.	М.: ФиС, 1985. – 160с.
В.Ф. Сопов. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности. –	М.: Академический проект, 2005. – 126 с
И.П. Волков. Практикум по спортивной психологии.	СПб: Питер, 2002. – 287 с.
Л. Д. Гиссен. Психология и психогигиена в спорте.	М.: ФиС, 1973. – 151 с

Федеральный государственный образовательный стандарт СПО	- М.: Просвещение, 2014.
Закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.20121	