

УДК 796/799  
ББК 88.4  
314

**Загайнов Р.М.**

314 Психологическое мастерство тренера и спортсмена: Методическое пособие для олимпийцев. [Текст] / Р.М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2005. – 106 с.

ISBN 5-9718-0077-9

В книге на основе 36-летнего опыта работы со спортсменами высшей квалификации автор освещает две наиболее значимые проблемы современного спорта высших достижений – личности спортсмена-чемпиона и той психологической атмосферы, в которой он действует и живет.

Рекомендуется тренерам и спортсменам, врачам, спортивным психологам, всем тем, кто входит в группу психологической поддержки, а также широкому кругу читателей.

УДК 796/799  
ББК 88.4

На обложке использовано фото из личной коллекции автора.

ISBN 5-9718-0077-9

© Р.М. Загайнов, 2005  
© Оформление. ОАО «Издательство  
«Советский спорт», 2005

## Содержание

От издательства .....	4
К проблеме уникальности личности спортсмена-чемпиона .....	6
Психологическая атмосфера как психологический феномен (опыт построения концепции) .....	35
Главное – держать стресс .....	76
<i>ИЗ ЗАПИСНЫХ КНИЖЕК</i>	
О странной профессии – тренер .....	95
«Жизненное кредо» спортсмена .....	103