

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное учреждение
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
(ФГБУ СПбНИИФК)

Коротков К.Г., Воробьев С.А., Короткова А.К.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ
ОСНОВЫ АНАЛИЗА
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
МЕТОДОМ
ГАЗОРАЗРЯДНОЙ ВИЗУАЛИЗАЦИИ (ГРВ)

МОНОГРАФИЯ



Издательство «СПОРТ»
Москва 2018

УДК 796.01:159.9
ББК 75.0
К66

*Издательство «СПОРТ» –
член Международной ассоциации издателей
спортивной литературы (WSPA)*

*Рекомендовано к печати на заседании Ученого совета
ФГБУ СПбНИИФК 29 августа 2018 года*

Рецензенты:

О.А. Чурганов, доктор педагогических наук, профессор;
З.М. Юлдашев, доктор технических наук, профессор

Коротков К.Г.

К66

Психофизиологические основы анализа спортивной деятельности методом газоразрядной визуализации (ГРВ) : монография / К.Г. Коротков, С.А. Воробьев, А.К. Короткова. – М.: Спорт, 2018. – 144 с.

ISBN 978-5-9500182-9-9

В монографии рассматриваются психофизиологические основы анализа спортивной деятельности с применением метода ГРВ. В книге простым и доступным языком описаны такие понятия, как работа эндокринной системы, иммунитет, работа желудочно-кишечного тракта, вегетативной нервной системы, особенности питания, и как это влияет на жизнедеятельность человека. Авторы излагают материал со своим собственным видением вопроса, что отличает эту монографию от многочисленных книг по психофизиологии.

Рекомендовано тренерам, спортсменам, студентам спортивных специальностей и всем интересующимся вопросами здорового образа жизни.

**УДК 796.01:159.9
ББК 75.0**

ISBN 978-5-9500182-9-9

© Коротков К.Г., Воробьев С.А.,
Короткова А.К., 2018
© Издательство «Спорт», издание,
оформление, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1. Психофизиологические основы здоровья	6
1. Информационные принципы психофизиологической деятельности	6
2. Опасности современной жизни	11
3. Здоровье и продолжительность жизни	19
4. Энергетика организма.....	23
5. Психофизиологические основы здоровья.....	26
Первый столп – эндокринная система	28
Второй столп – желудочно-кишечный тракт	37
Третий столп – вегетативная (автономная) нервная система	57
Четвертый столп – эмоции и стресс	60
Глава 2. Анализ спортивной деятельности методом ГРВ.....	66
1. История развития метода ГРВ	66
2. Контроль психологического состояния спортсменов методом ГРВ	70
Глава 3. Коррекция психологического состояния спортсменов	82
Глава 4. Работа с комплексом «Био-Велл»	94
1. Калибровка прибора «Био-Велл»	94
2. Программы комплекса «Био-Велл».....	95
3. Условия проведения ГРВ-съемки для получения корректных данных.....	95
Глава 5. Интерпретация данных «Био-Велл» анализа	101
1. Диаграмма состояния здоровья	102
2. Диаграмма «Энергорезерв»	103
3. Баланс.....	104

4. Энергия органов и систем	104
5. Анализ ГРВ-грамм пальцев рук.....	104
6. Оценка психологического состояния	105
7. Чакры	105
8. Психофизиологическая интерпретация параметров ГРВ-грамм	107
9. Типы ГРВ-грамм	111
10. Топический стигмальный ГРВ-анализ	112
Глава 6. Примеры «Био-Велл» анализа	121
1. Люди с различным психофизиологическим состоянием.....	121
2. Неврологические проблемы.....	128
Заключение	132
Литература.....	134