

Р.М. Баевский. – М. : Медицина, 1979. – 121 с.

4. Благий, А. Дозирование физических нагрузок оздоровительной направленности / А. Благий // Человек в мире спорта : новые идеи, технологии, перспективы : тезисы докладов Междунар. Конгресса. – М. : Физкультура, образование и наука, 1998. – Т. 2. – С. 540-541.

5. Гриненко, М.Ф. С помощью движений / М.Ф. Гриненко, Г.С. Решетников. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 126 с.

6. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасеева [и др.]. – М. : Академия, 2004. – 416 с.

7. Минвалеев, Р.С. Удияна-бандха / Р.С. Минвалеев, А.И. Иванов // Адаптивная физическая культура. – 2003. – № 1 (13). – С. 10-11.

8. Парин, В.В. Математические методы анализа сердечного ритма / В.В. Парин, Р.М. Баевский. – М. : Наука, 1968. – 173 с.

9. Рябчикова, Т.В. Физическая реабилитация больных пожилого возраста с хронической сердечной недостаточностью / Т.В. Рябчикова, Л.А. Егорова, А.В. Данилов // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечеб. физ. культуры. – 2004. – № 2. – С. 36-38.

10. Цан, Р. Физиология человека : пер. с англ. / Р. Цан ; под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – М. : Мир, 1996. – Т. 3. – С. 839-843.

11. Хутиев, Т.В. Здоровый образ жизни и курортная медицина / Т.В. Хутиев, О.Ш. Куртаев, Д.Т. Хутиев. – Сочи : СочиПолиграф, 2002. – 125 с.

Контактная информация: faart@mail.ru

УДК 159.95

**ДИНАМИКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ
МОРСКИХ КУРСАНТОВ МЕТОДАМИ ВЕГЕТАТИВНО-РЕЗОНАНСНОГО
ТЕСТИРОВАНИЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ**

Елена Петровна Шарина, старший преподаватель,

Морской государственный университет имени адмирала Г.И. Невельского

(МГУ им. адм. Г.И. Невельского),

г. Владивосток

Аннотация

В данной статье представлены результаты сравнительной оценки вегетативно-резонансного тестирования и данных функциональной диагностики курсантов 1 и 3 курсов морских вузов к условиям учебы и прохождения плавательной практики на учебном судне.

Ключевые слова: вегетативно-резонансное тестирование, функциональная диагностика, психофизическое состояние, морские курсанты.

**DYNAMICS OF THE RESULTS OF PSYCHOPHYSICAL CONDITION OF SEA
CADETS BY METHODS OF VEGETATIVE-RESONANCE TESTING AND
FUNCTIONAL DIAGNOSTICS**

Elena Petrovna Sharina, the senior teacher,

Maritime State University Named After G.I. Nevelskoy,

Vladivostok

Annotation

In the given article the results of a comparative estimation of vegetative-resonance testing and data of functional diagnostics of cadets of sea higher schools to conditions of study and passage of swimming practice on an educational vessel have been presented.

Keywords: vegetative-resonance testing, functional diagnostics, psychophysical condition, sea cadets.

ВВЕДЕНИЕ

Любая профессия предъявляет определенные требования к организации жизни

человека. Адаптивные свойства организма морских специалистов служат мерой его «надежности» сохранять нормальную жизнедеятельность в неадекватных для него условиях работы в море. Под нормой адаптации понимают соответствие структуры и функций системы организма определенным характеристикам структуры среды, при которой система нормально функционирует, обеспечивая свою жизнедеятельность. При оценке деятельности человека, в том числе и профессиональной, важно определить «цену деятельности», т.е. оценить функциональные системы организма, обеспечивающие работу со стороны степени истощения сил организма и влияния на здоровье [1].

Под психофизическим состоянием организма понимают совокупность физиологических процессов, определяющих уровень функционирования и работоспособности организма. Поэтому показатели функционального состояния удобны для интегральной экспресс-оценки и изучения уровня психофизиологической адаптации и дееспособности личного состава. Использование для этой цели диагностических методик, основанных на определении электропроводности биологически активных точек (БАТ) и функционального состояния сердца на трехмерном "портрете" сердца представляется особенно перспективным [2,4].

МЕТОДИКА

В целях сравнительного анализа результатов психофизического состояния морских курсантов было проведено исследование методом вегетативно-резонансного тестирования (ВРТ) по определению уровня здоровья, резервов адаптации, уровню психо-вегетативной нагрузки.

Метод вегетативного резонансного теста (ВРТ) – результат синтеза и углубленного развития методов электропунктурной и биоэлектронной функциональной диагностики, которая позволяет использовать измерение параметров всего одной биологически активной точки на коже пациента. Достоверность вегето-резонансного тестирования достигает 85%, что сравнимо с достоверностью УЗИ, но намного превосходит его по широте информации. ВРТ реализует интегральный подход к оценке состояния человека на трех основных уровнях жизнедеятельности организма: структурном (опорно-двигательная система), биохимическом (обмен веществ органов и тканей) и психо-эмоциональном. Метод проводился на отечественном сертифицированном оборудовании фирмы «Имедис» (Москва), прибором МИНИ-ЭКСПЕРТ-ДТ [2].

Исследование функциональных возможностей организма (психофизиологическая адаптация) проводилось с помощью определения адаптационного потенциала (АП) по Р.М. Баевскому (1987), уровня функционального состояния (УФС) по Е.А. Пироговой (1984), экспресс-оценки уровня физического здоровья (УФЗ) по Г.Л. Апанасенко (1988). Способность к восстановлению после физической нагрузки оценивалась по пробе Мартинета [3], а также на отечественном аппарате «Кардиовизор», который позволяет «увидеть» не только восстановление после физической нагрузки, но и имеющиеся нарушения в работе сердца (достоверность свыше 80%), предсказать их возможное появление в будущем [4]. Исследование личной тревожности было проведено с помощью популярной методики Спилберга-Ханина.

Проведено обследование курсантов 1-го (только поступивших – 48 чел.) и 3-го (прошедших плавательную практику на парусном судне – 44 чел.) курсов Морского государственного университета имени адмирала Г.И. Невельского в количестве 92 человек.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ, ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

По методу вегетативно-резонансного тестирования (ВРТ) определялся уровень здоровья (УЗ), который делится на 3 группы здоровья, а каждая группа здоровья в свою очередь подразделяется еще на 3 подгруппы (1-1 – наилучший уровень здоровья; 3-3 – наихудший). Резервы адаптации (РА) по этому методу делятся на 6 групп: очень

высокие, высокие, хорошие, средние, низкие, очень низкие. Каждая группа имеет 4-6 степеней. Психо-вегетативная нагрузка (ПВН) оценивается в условных единицах (у.е.) напряженности (от 0 до 5). Способность к восстановлению (СВ) после физической нагрузки (20 приседаний за 30 секунд) регистрировалась по показаниям «Кардиовизора».

Полученные результаты вегетативно-резонансного тестирования (ВРТ) и «Кардиовизора» были соотнесены с данными, полученными в результате исследований и вычислений адаптационного потенциала (АП), уровня функционального состояния (УФС), уровня физического здоровья по Апанасенко (УФЗ), уровня личной тревожности (УЛТ), восстановлению (В) после физической нагрузки (20 приседаний за 30 секунд) (табл.1).

Таблица 1

**Динамика психофизического состояния морских курсантов
МГУ им. адм. Г.И. Невельского 1 и 3 курсов во время исследования**

Курс	Количество курсантов	Аппаратные методы				Методы функционального состояния				
		ВРТ		Кардио-визор	Баев-ский	Пирого-ва	Апана-сенко	Спил-берг	Марти-нет	
		УЗ	РА							ПВН у.е.
1	48	1-3	выс. 6 ст.	1,1	1.43,80	1,97	0,667	10,73	32,9	1.49,8
3	44	1-2	оч.выс.2 ст.	0,4	59,85	1,71	0,771	14,99	23,3	1.05,9

Результаты проведенного тестирования говорят о высоких адаптационных резервах: у третьекурсников – очень высокие, у первокурсников – высокий 6 ст. Уровень здоровья всех обследованных курсантов относится к 1-й группе здоровья, но у курсантов 3 курса на уровень выше. Адаптационный потенциал у всех курсантов в норме, но показатели курсантов третьего курса намного выше, чем у первого. Уровень функционального состояния, экспресс-оценка физического здоровья по Апанасенко, способность к восстановлению после физической нагрузки по пробе Мартинета и «Кардиовизору» у курсантов-третьекурсников – уровень выше среднего, первокурсников – средний уровень. Уровень психо-вегетативной напряженности методом ВРТ и по методике Спилберга-Ханина у курсантов 3 курса – низкий, у курсантов 1 курса – средний.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенные исследования позволили нам сделать вывод о том, что:

1) аппаратное обследование методом вегетативно-резонансного тестирования и с помощью аппарата «Кардиовизор» показателей уровня здоровья, резервов адаптации, психо-вегетативной напряженности сравнимо с расчетными показателями адаптационного потенциала (АП), уровня функционального состояния (УФС), экспресс-оценки уровня физического здоровья по Апанасенко (УФЗ), методики личной тревожности Спилберга-Ханина; а показатели способности восстановления организма после физической нагрузки по «Кардиовизору» точнее, чем по результатам пробы Мартинета, на что указывает на субъективность оценки при ручном измерении частоты сердечных сокращений во время тестирования.

2) применяемая методика вегетативно-резонансного тестирования и аппарата «Кардиовизор» в связи с неинвазивностью, затратой небольшого времени может применяться для косвенной оценки психофизиологического состояния морских курсантов и может использоваться в морских условиях.

3) показатели психофизического состояния курсантов 3 курса, прошедших плавательную практику на учебном парусном судне выше, чем показатели курсантов-первокурсников, что говорит о более лучших резервах адаптации третьекурсников к условиям учебы и практики.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баевский, Р. М. Проблема оценки и прогнозирования функционального организма и ее развитие в космической медицине / Р. М. Баевский // Успехи физиологических наук. – 2006. – Т. 37. – № 3. – С. 42-57.
 2. Готовский, Ю.Б. Краткое руководство по индукционной терапии : метод. рекомендации / Ю.Б. Готовский, Л.Б. Косарева, Л.А. Фролова. – М. : ИМЕДИС, 1999. – 27 с.
 3. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие / Б.Х. Ланда. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2006. – 208 с. : ил. – ISBN 5-9718-0141-4.
 4. Новые методы электрокардиографии / под ред. С.В. Грачева, Г.Г. Иванова, А.Л. Сыркина. – М. : Техносфера, 2007. – 552 с. – ISBN 978-5-94836-114-7.
- Контактная информация:** skater.59@mail.ru

УДК 159.923:316.6

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
СОТРУДНИКОВ ГИБДД К РЕАЛИЗАЦИИ ВЛАСТНЫХ ПОЛНОМОЧИЙ**

*Юлия Вячеславовна Юринова, адъюнкт,
Академия управления МВД России (АУ МВД России)
г. Москва*

Аннотация

В статье рассматриваются возможности профессионально-психологического тренинга, используемого в процессе профессиональной психологической подготовки сотрудников ГИБДД, в профилактике и коррекции различных отклонений от правомерной реализации предоставленных им властных полномочий.

Ключевые слова: сотрудники ГИБДД, властные полномочия, профессиональная психологическая подготовка, профессионально-психологический тренинг, отклонения от правомерной реализации властных полномочий.

**PROFESSIONAL PSYCHOLOGICAL PREPARATION OF THE TRAFFIC POLICE
OFFICERS TO REALIZATION OF IMPERIOUS POWERS**

*Yuliya Vyacheslavovna Yurinova, the adjunct,
Academy of Management of the Ministry of Internal Affairs of Russia
Moscow*

Annotation

The article analyzes the possibilities of professional and psychological training used in the course of professional psychological preparation of the traffic police officers, in prevention and correction of various deviations from lawful realization of the imperious powers given to them.

Keywords: traffic police officers, imperious powers, professional psychological preparation, professional-psychological training, deviations from lawful realization of imperious powers.

По инициативе Организации Объединенных Наций, период с 2011 по 2020 годы решено объявить «Десятилетием действий по обеспечению безопасности дорожного движения». В нашей стране исполнение государственной функции по контролю и надзору за соблюдением участниками дорожного движения требований в области обеспечения безопасности дорожного движения возложено на сотрудников Государственной инспекции безопасности дорожного движения (ГИБДД) МВД Российской Федерации. Для эффективного исполнения обозначенной государственной функции сотрудники Госавтоинспекции наделены широким кругом властных полномочий.

С точки зрения права, властное полномочие есть обеспеченное законом ориентирующее требование уполномоченного субъекта определенного поведения и действий, обращенное к физическим и юридическим лицам [5].