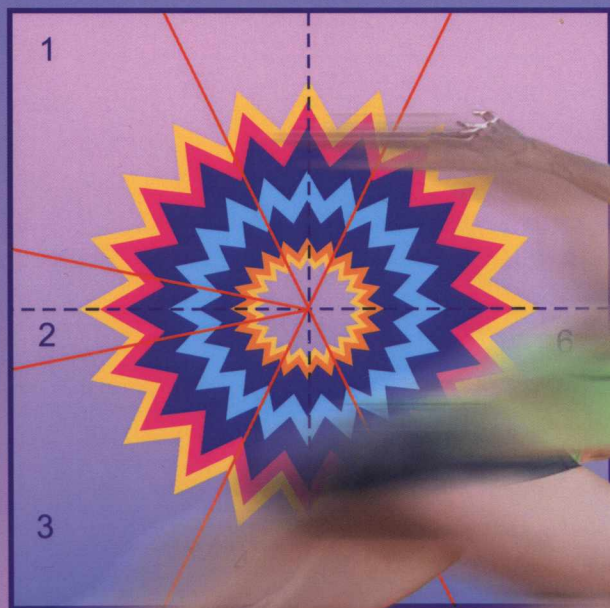


Коротков К.Г., Воробьев С.А., Короткова А.К.

88

К68

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ  
ОСНОВЫ АНАЛИЗА  
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
МЕТОДОМ ГАЗОРАЗРЯДНОЙ  
ВИЗУАЛИЗАЦИИ (ГРВ)



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**

В ДОКУМЕНТ  
18.05.2018



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.

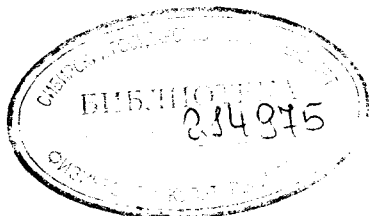
ISBN 978-5-9500182-9-9

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.

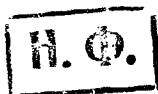
Рекомендовано тренерам, спортсменам, студентам спортивных специальностей и всем интересующимся вопросами здорового образа жизни.

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

<b>Введение</b> .....	3
<b>Глава 1. Психофизиологические основы здоровья</b> .....	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
<b>Глава 2. Анализ спортивной деятельности методом ГРВ</b> .....	66
1. История развития метода ГРВ .....	66
2. Контроль психологического состояния спортсменов методом ГРВ .....	70
<b>Глава 3. Коррекция психологического состояния спортсменов</b> .....	82
<b>Глава 4. Работа с комплексом «Био-Велл»</b> .....	94
1. Калибровка прибора «Био-Велл» .....	94
2. Программы комплекса «Био-Велл».....	95
3. Условия проведения ГРВ-съемки для получения корректных данных.....	95
<b>Глава 5. Интерпретация данных «Био-Велл» анализа</b> .....	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
<b>Глава 6. Примеры «Био-Велл» анализа .....</b>	<b>121</b>
1. Люди с различным психофизиологическим состоянием.....	121
2. Неврологические проблемы.....	128
<b>Заключение .....</b>	<b>132</b>
<b>Литература.....</b>	<b>134</b>