

**Научно-исследовательский институт проблем  
физической культуры и спорта**

**Научно - исследовательский отчет по теме:**

**Результаты экспериментальных  
исследований влияния  
системных адаптеров «ЛАД» и  
«Светлица Супер» на  
психическое, функциональное  
и энергетическое состояние  
спортсменов высокой  
квалификации**

**Краснодар 2012**

**Научно-исследовательский отчет по теме:  
Результаты экспериментальных исследований влияния системных адаптеров  
«ЛАД» и «Светлица Супер» на психическое, функционально и энергетическое  
состояние спортсменов высокой квалификации**

## **Введение**

Современный спорт характеризуется всё возрастающим количеством соревнований различного ранга, увеличением количества соревновательных дней в течение года, участием высококвалифицированных спортсменов в соревнованиях на протяжении всего сезона, сокращением общего объема тренировочных нагрузок. Все перечисленные тенденции современного спорта требуют постоянного обновления и разработки новых методов, форм, инновационных техник для организации и управления тренировочным процессом в подготовке спортсменов к соревновательным стартам (В.Н.Платонов, 2004, В.П.Губа, Н.Н.Чесноков, 2008, В.Г.Никитушкин, 2010, А.В. Аришин, А.И.Погребной, 2010).

Систематическое участие спортсменов в соревнованиях сопровождаются значительными энергозатратами, психологическим и эмоциональным «выгоранием», для восстановления которых необходимо применение новейших инновационных технологий (П.В. Бундзен, К.Г. Коротков, 2003; К.Короткова, 2010; Г.Б. Горская, 2010; А.В. Плешкань, 2010; Е.П. Филимонова, 2011).

**Цель экспериментальных исследований** состояла в изучении влияния системных адаптеров «ЛАД», «Светлица Супер» (автор, С.Д.Авдеев, 2008- 2010 г.) на психическое, функциональное, энергетическое и эмоциональное состояние организма спортсменов высокой квалификации, представителей сложно- координационных видов спорта и возможности применения их в коррекционных и восстановительных мероприятиях в практической деятельности тренера.

### **Задачи:**

1. Определить исходный уровень функционального, психического и энергетического состояния спортсменов на основе показателей ГРВ – графии без применения адаптеров;
2. Подготовить методику применения адаптеров спортсменами в период подготовки к соревновательной деятельности;
3. Изучить динамику психо - функционального, энергетического состояния спортсменов, на основе показателей газоразрядной визуализации и «РОФЭС» при применении системных адаптеров.

## **Организация исследований**

Экспериментальная работа проводилась в лаборатории НИИ КГУФКСТ и в СДЮСШ № 1 г. Краснодара в 2011 -2012 г., на тренировочных занятиях и в период подготовки к соревнованиям акробатов (от отборочных до участия в Чемпионатах Европы и Мира) и представительницах художественной гимнастики в условиях соревновательной деятельности.

Обследовались спортсмены различных видов парной спортивной акробатики (мужская пара, смешанная и две женские пары) и представительницы художественной гимнастики (групповая программа). Возраст обследуемых от 12 до 18 лет. Квалификация КМС и МС.

Исследования были организованы поэтапно:

- на 1 этапе у всех спортсменов определяли исходный уровень показателей
- на 2 изучали данные программы «Спорт- рейтинг» в связи с применением адаптеров.

- на 3 изучали динамику показателей ГРВ – графии и РОФЭС в связи с тренировочными и соревновательными нагрузками

В лабораторных условиях изучали психофункциональное и энергетическое состояние акробатов без адаптера «ЛАД» и «Светлицы Супер», и через 45 мин после влияния на организм адаптера «ЛАД», который прикреплялся к телефону и «Светлицы - Супер», этот адаптер предлагалось держать в руках в течение 45-60 минут.

Исходный уровень показателей психофункционального состояния и энергетического уровня организма спортсменов определялся непосредственно перед физической нагрузкой в условиях спортивного зала. После тренировки измерения проводили под влиянием адаптера. Время тренировки у всех спортсменов составляло от 3,5 до 4,5 час. У двух спортсменок (женская пара, К.М. и Н.А.) влияние системного адаптера «Светлицы Супер» определяли многократно и поэтапно, в течение 4 – х месяцев использования адаптеров в период «плотного» графика соревнований (Краевые соревнования, ЮФО, чемпионат России, Международные турниры).

Тестирование гимнасток проводилось без адаптеров и через два - три месяца применения «Светлицы Супер» и «ЛАД». После тренировочных нагрузок, до и после соревновательной деятельности целого цикла соревнований (январь - апрель 2012).

Всем спортсменам предлагалось носить адаптер в течение дня (не менее 6 часов), в кармане или на шнурке на шее.

Для изучения влияния системных адаптеров, на динамику психологических, энергетических характеристик, функциональных показателей у спортсменов, применяли системные адаптеры, разработанные в Лаборатории информационного конструирования (автор – разработчик, канд. тех. наук С.Д. Авдеев). Сертификат соответствия регистр. № РОСС RU 001 АВ 52 , срок действия с 26.10.10 до 25.10 13.

По данным сотрудников лаборатории адаптеры являются фазово - структурными фильтрами. Они работают на принципе структурного информационного переноса, за счет чего повышается эффективность взаимодействия различных систем (человека, электротехнических устройств, систем обеспечения ресурсами и др.), идет ликвидация структурных искажений и улучшается информационный обмен, нормализация жизнедеятельности организма, повышается адаптационный потенциал.

### **Методы и методика обследований**

Динамику функционального, психического, и энергетического уровня у спортсменов определяли на АПК (аппаратно - программных комплексах) «Квантум – ПРО» с программой «СПОРТ - РЕЙТИНГ» и «РОФЭС». Данные компьютерных диагностик позволяют получать объективную оценку и характеристику функциональных, психологических и энергетических возможностей спортсмена

Методом ГРВ - газоразрядной визуализации на АПК «Квантум – ПРО» определяли следующие параметры:

Площадь и симметрию распределения биоэнергетических ресурсов организма (соответственно в пикселях и %).

**ФЭБ** – функционально – энергетический баланс, характеризующий симметрию распределения уровня функциональной энергии спортсмена. По условной градации: 1-10 –высокая симметрия, 11-30 –хороший билатеральный баланс, 40 и выше выраженная асимметрия. Чем более симметрично распределена энергетика спортсмена, тем выше функциональный резерв её использования в момент соревнования. Сильная ассиметрия является показателем психического и функционального дисбаланса указывает на психическую неустойчивость, неуверенность в себе, нервозность.

**ЭД** – энергодефицит (в %). Показатель психо - функционального состояния спортсмена с учетом данных отдельных органов и систем: 0-10 – нормальное отклонение от исходного уровня при средних нагрузках; 10 -30 средний энергодефицит. ЭД выше 50 %

требует повторных периодических измерений и дополнительного исследования функциональных систем.

СЭД – симметрия энергодефицита, характеризует симметрию распределения энергодефицитных состояний спортсмена: 0-10 временные функциональные отклонения; 11- 25 – нормальное состояние распределение симметрии; 26 – 60- наличие вредного энергодефицита, 70 и выше - наличие потенциально- опасного показателя СЭД. Высокий показатель - указывает на наличие потенциально - опасного энергодефицита. Низкий уровень коэффициента - свидетельствует о временных функциональных отклонениях.

**По программе «Спорт Рейтинг»,** определяли качества, из экспертно-диагностических заключений по трем направлениям:

1. Спортивно-важные качества: активность, целеустремленность, уверенность в себе, стрессоустойчивость, психическая саморегуляция.

2. Донозологические изменения: интроспекцию (углубление в собственные мысли, неразрешимые сновидения (решение своих неразрешимых проблем на подсознательном уровне во время сна); немотивированная тревожность (как признак эмоционального расстройства), снижение работоспособности, вспыльчивость, раздражительность.

3. **Дизадаптационные состояния:** тревожно - ипохондрическое (депрессивное психологическое расстройство), стремление к одиночеству, вегетативная дисфункция (головокружение, озноб, потливость, дрожь, колебания АД, нехватка воздуха), энергодефицитные состояния, необходимые дополнительные обследования.

На АПК РОФЭС (регистратор оценки функционального, эмоционального и психического состояния) диагностика осуществлялась экспресс - методом по показателям:

1. **ФС - функциональное состояние** - оценка динамического равновесия организма, как живой системы, при изменении условий окружающей среды - "гомеостаз", по пятибалльной шкале: - отличное, хорошее, удовлетворительное, неудовлетворительное, требуется восстановление.

2. **АП - адаптационный потенциал человека (в %):** 0 – 29- требуется реабилитация; 30-40 –неудовлетворительное состояние АП; 40- 70 –удовлетворительное; 70 – 84- хороший АП; 85 – 100 – отличный. Чем выше показатель баланса внутренних состояний физиологической и психической структур человека, тем выше готовность спортсменов к применению жизнедеятельные функции и задачи.

3. **ПС - психо - эмоциональный статус,** оценка состояния компенсаторных сил организма человека: показатели: дистресс (эмоциональное опустошение), сильное эмоциональное напряжение, напряжение компенсаторных сил (стрессовое, послестрессовое состояние) и относительное равновесие.

В отчете представлены результаты исследований показателей ГРВ – графии, программы «Спорт- рейтинг» и РОФЭС у акробатов и гимнасток при различных режимах мышечной деятельности.

### **Результаты обследований и их обсуждение**

Результаты экспериментальных обследований представлены в таблицах 1- 10. .. В таблице 1 дан экспериментальный материал по изучению влияния адаптеров «ЛАД» и «Светлицы Супер» на показатели ГРВ графии у четырех спортсменов, двух представителей мужской парной акробатики (МС), двух – представительниц (МС, КМС) - женской парной акробатики, которым предлагалось в течение 45 минут использовать «ЛАД» на корпусе сотового телефона, держать в руке. Затем после съемки результатов ГРВ – БОЭ грамм, спортсмены дополнительно применяли второй адаптер «Светлица - Супер».

**Таблица 1 - Показатели ГРВ под влиянием адаптеров ЛАД и Светлица Супер.**

№ п\п	КОД	S биополя	% распре- деления биополя	ФЭБ	ЭД	СЭД
1	P.C	1 - 13.900	91	7	50	15
		2 - 19151	92	5	30	30
		3 - 322155	96	4	15	.....20
	E.M	1 11930	89	2	76	0
		2...16.620	90	13	30	.....8
		3....19972	91	20	25	16
3	C.E.	1...19968	80	10	15	..... 2.
		2....20275	82	1	7	2
		3...22350	91	1	5	.....3
4	Ю.Е.	1....14715	63	12	40	6
		2..16803	80	10	37	16
		3...18756	90	7	30	20

Примечание: S – площадь биополя вокруг тела; 1 - исходный уровень.; 2.-после применения адаптера «ЛАД» 3.- после применения «Лад» и «Светлица Супер»

**Таблица 2 - Показатели ГРВ без и с применением адаптеров ЛАД и Светлица Супер на тренировочных занятиях в женской парной акробатике**

**А. Динамика показателей ГРВ без адаптера**

Дата	код	S		ФЭБ		ЭД		СЭД	
		до	после	до	после	до	после	до	после
14.06.11	К.М.	15300	11105	4	3	4	3	35	46
	Н.А.	20300	15785	3	4	3	4	20	16
15.06.11	К.М.	16300	12985	7	3		46	25	16
	Н.А.	17108	15317	7	5		33	12	20
28.08.11	К.М.	16499	14670	2	2	28	17	16	16
	Н.А.	14870	11870	1	3	43	24	26	18

**Б. Динамика показателей ГРВ с адаптером «Светлица-Супер»**

Дата	код	S		ФЭБ		ЭД		СЭД	
		до	после	до	после	до	после	до	после
07.09.11	К.М.	12827	15317	5	7	20	35	35	16
	Н.А.	14535	17454	7	19	30	43	20	23
16.02.11	К.М.	16.431	22859	5	5	6	6	0	0
	Н.А.	17211	24256	0	0	1	1	0	0

Примечание: S- площадь биополя (в пикселях), ФЭБ, СЭД - в ус. единицах ;ЭД, – в %

Анализ показателей (таблицы 1 и 2 Б) свидетельствует о том, что у спортсменов в обоих случаях, после применения одного адаптера «ЛАД», а затем - двух адаптеров «ЛАД» и «Светлица – Супер» все показатели ГРВ имели положительную динамику. Площадь и % распределения биополя повысились в 1,2 и 1,8 раза,

произошло значительное снижение энергодефицита, особенно, после применения двух адаптеров одновременно. Показатели СЭД и ФЭБ имели тенденцию к нормализации.

Из таблицы 2 (А) видно, что у спортсменок в пред - и соревновательный периоды тренировочные нагрузки сопровождались значительным снижением площади распределения биополя, увеличением ЭД в среднем на 30-40%.

Вместе с тем, результаты таблицы 2 (Б) отражают положительное влияние адаптера «Светлица Супер», на функциональное, психоэмоциональное и энергетическое состояние акробатов после тренировочной нагрузки. Сравнивая показатели площади распределения биополя, функционально энергетический баланс энергодефицита до физической нагрузки (данные таблицы 2 - А - без адаптера) и после тренировки (таблица 2 –Б, с адаптером) отмечено, что у спортсменок женской парной акробатики показатели ЭД повышался, СЭД снижался.

Следует отметить, что как после трех недель применения адаптера «Светлица Супер», так и после четырех месяцев отмечена положительная тенденция в данных показателях как перед -, так и после тренировочной нагрузки. За этот период спортсменки имели большой цикл ответственных стартов, на которых они показывали высокие спортивные результаты и стали чемпионками России в акробатическом многоборье. По мнению их тренера Ш.Т., психологическая надежность, стресс-устойчивость и физическая работоспособность, существенно повысились благодаря регулярному применению системного адаптера «Светлица Супер». Спортсменки стали увереннее себя чувствовать, в быстро меняющихся соревновательных и психоэмоциональных и высоко конкурентных условиях, у них не отмечалось состояние неуверенности, значительной тревожности.

Итак, из данных таблиц 1-2 - видно, что, существенные положительные изменения происходили в показателях энергетического дефицита (ЭД), ФЭД и площади распределения биополя в связи с применением адаптера «Светлицы – Супер».

В таблицах 3 - 6 отражена динамика показателей, характеризующих скрининговую оценку мониторинга психофизического потенциала спортсменов по трем направлениям.

**Таблица 3. Показатели Спорт - рейтинга на тренировочных занятиях в мужской парной акробатике под влиянием адаптеров «ЛАД»и Светлица Супер .**

Дата	Код	Спортивно важные качества				
		Активн- ость	Целеустрем- ленность	Уверенность в себе	Стресс устойчивость	Психическая саморегу- ляция
24.08.2011	С.Е.	+	+	+	-	-
	Ю.Е.	+	-	-	-	-
25.08.2011	С.Е.	+	-	-	-	+
	Ю.Е.	+	-	-	-	-
07.09.2011	М.Э.	+	+	+	-	-
	Е.М.	-	-	-	-	-
16.02.2012 применение адаптеров	а)М.Д.	+	+	+	+	+
	а)В.С.	+	+	+	+	+
	б)М.Э.	+	+	+	+	+
	б)Е.М.	+	+	+	+	+

Дата	Код	Донозологические изменения				
		интроспекция	Неразрешимые сновидения	Немотивирован ная тревожность	Снижение работоспо- собности	Вспыль чи- вость

24.08.2011	С.Е.	-	-	--+	-	-
	Ю.Е.	+	+	-	+	-
25.08.2011	С.Е.	-	+	-	+	+
	Ю.Е.	-	-	+	-	-
07.09.2011	М.Э	-	-	-	-	-
	Е.М.	-	+	-	-	+
16.02.2012 применение адаптеров	М.Д.	-	-	-	-	-
	В.С.	-	-	-	-	-
	б)М.Э	-	-	-	-	-
	б)Е.М	-	-	-	-	-

**Таблица 4. Показатели «Спорт- рейтинг» под влиянием адаптеров «ЛАД» и «Светлица Супер» - у представительниц парной акробатики**

Дата	Код	Дизадаптационные состояния				
		Тревожно-ипохондрическое	Стремление к одиночеству	Вегетативная дисфункция	Энергодефицитные состояния	Дополнительное обследование
24.08.2011	С.Е.	+	-	-	+	+
	Ю.Е.	-	+	-	+	-
25.08.2011	С.Е.	-	+	-	-	-
	Ю.Е.	-	+	-	-	-
16.02.2012 применение адаптеров	а) С.Е.	-	+	-	+	-
	а) Ю.Е.	-	-	+	-	-
	б) С.Е.	-	-	-	-	-
	б)Ю.Е.	-	-	-	-	-

Условные обозначения:( +) присутствие качества; (-) отсутствие качества  
а) применение адаптера ЛАД, б) применение адаптеров «ЛАД» и «Светлица - Супер»

**Таблица 5 - Показатели ГРВ - и Спорт - рейтинга под влиянием адаптера «Светлица Супер» у представительниц парной акробатики**

Дата	Код	Спортивно важные качества					
		активность	Целеустремленность	Уверенность в себе	Стрессустойчивость	Психическая саморегуляция	
25.08.2011	До тренировки	К.М.	+	-	+	-	-
		Н.А.	+	-	-	-	-
	После тренир.	К.М.	+	-	+	+	+
		Н.А.	+	-	+	-	+
07.09.2011	К.М.	+	-	+	-	-	
	Н.А.	+	-	+	-	+	

16.02.2012 С использованием «светлицы супер»	К.М.	+	+	+	+	+
	Н.А.	+	+	+	+	+

		Код	Донозологические изменения				
			интроспекция	Неразрешимые сновидения	Немотивированная тревожность	Снижение работоспособности	Вспыльчивость
25.08.2011	До тр	К.М.	+	+	-	+	-
		Н.А.	-	-	+	-	+
	После тр.	К.М.	-	-	-	+	-
		Н.А.	-	+	-	-	-
07.09.2011		К.М.	+	+	-	+	-
		Н.А.	-	+	-	-	-
16.02.2012 С применением «светлицы супер»		К.М.	-	-	-	-	-
		Н.А.	-	-	-	-	-

**Таблица 6 - Показатели Спорт - Рейтинга под влиянием адаптера «Светлица Супер (вторая женская парная акробатика)**

Дата		Код	Дизадаптационные состояния				
			Тревожно-ипохондрическое	Стремление к одиночеству	Вегетативная дисфункция	Энергодефицитные состояния	Дополнительное обследование
25.08.2011	До тр	К.М.	-	-	-	-	-
		Н.А.	-	+	-	+	-
	После тр	К.М.	-	-	-	-	-
		Н.А.	-	+	-	-	-
07.09.2011		К.М.	-	-	-	-	-
		Н.А.	-	-	-	-	-

Примечание: (+) присутствие качества; (-) отсутствие качества, а) применение адаптера ЛАД с применением адаптера «Светлица - Супер»

Спортивно-важные качества, особенно такие, как стрессоустойчивость, уверенность в себе и психическая саморегуляция в период подготовки к соревновательной деятельности без применения адаптеров (табл. 3-6) проявлялись в большинстве случаев. В то время как, при применении адаптера «Светлица – Супер» были положительно выражены.

Кроме того, под влиянием данного адаптера не проявлялись такие донозологические изменения как «неразрешимые сновидения» (стремление решать задачи на подсознательном уровне), «немотивированная тревожность», как признак пониженного психоэмоционального уровня.

Из показателей дизадаптационного состояния нормализовались такие, как тревожно – ипохондрическое состояние (депрессивное психологическое расстройство), стремление к одиночеству, (характеризующее состояние депрессии)

Важно отметить, что длительные соревновательные старты у спортсменов сопровождаются такими негативными явлениями, как «немотивированная тревожность», «стремление к одиночеству», и «интерспекция». При применении системного адаптера «Светлица Супер» эти явления не были отмечены, т.е. спортсмен быстрее мог нормализовать психологическое и эмоциональное состояние.

Данный вывод подтверждается и результатами, полученными при изучении динамики показателей «РОФЭС» (регистрации оценки функционального и эмоционального состояния спортсмена).

**Таблица 7 - Показатели РОФЭС на тренировочных занятиях в мужской парной акробатике с адаптером «Светлица Супер»**

Дата	код		Экспресс-диагностика					
			Функциональное состояние		АП %		Психоэмоциональный статус	
			до	после	до	после	до	после
07.09.2011	С.Е.	верхняя	неудов	Удовл	32	60	Сильное эмоциональное напряжение	Напряжение компенсаторных сил организма
07.09.2011	Ю.Е	нижняя	Удовл	Удовл	49	59	Напряжение компенсаторных сил	Напряжение компенсаторных сил организма
16.02.2012	С.Е.	верхняя	Удовл.	Неудовл.	45	60	Сильное напряжение компенсаторных сил	Напряжение компенсаторных сил организма
16.02.2012	Ю.Е	нижняя	Удовл.	Удовл.	47	50	Значительное напряжение компенсаторных сил (стрессовое, постстрессовое состояние)	Напряжение компенсаторных сил организма
16.02.2012	М.Э.	верхний	Удовл.	Удовл.	58	43	(фаза сопротивления, ближе к фазе истощения)	Напряжение компенсаторных сил Сильное эмоциональное напряжение
16.02.2012	Е.М.	нижний	Хорошее	Удовл.	70	54	Напряжение компенсаторных сил (стрессовое, постстрессовое состояние)	Уравновешенное состояние
16.02.2012	М.Д.	верхняя	Удовл.	Удовл.	58	37	Напряжение компенсаторных сил организма	Напряжение компенсаторных сил организма
16.02.2012	В.С.	нижний	Удовл.	Удовл.	44	55	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	Напряжение компенсаторных сил организма ()

**Таблица 8 - Показатели РОФЭС на тренировочных занятиях в женской парной акробатике с адаптером «Светлица Супер»**

Дата	код		Экспресс-диагностика					
			Функциональное состояние		Адаптационного показателя %		Психоэмоциональный статус	
			до	после	до	после	до	после
07.09.2011	К.М.	верхняя	Удовл	Неуд.	59	48	Эмоциональное напряжение	Напряжение компенсаторных сил
07.09.2011	Н.А.	нижняя	Неуд.	Удовл.	40	45	Сильное эмоциональное напряжение	Напряжение компенсаторных сил
16.02.20.12	К.М.	верхняя	Неуд.	удовл.	35	45	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, пост-стрессовое состояние)	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)
16.02.2012	Н.А.	нижняя	Неуд.	удовл.	39	51	Сильное эмоциональное напряжение	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)

Примечание в табл. 7,8: (неуд) - неудовлетворительное; (удовл.) - удовлетворительное состояние

Результаты РОФЭС, представленные в таблицах 7–8, характеризуют положительное влияние адаптера «Светлица Супер» на АП и ФС. Отмечено нарастание баланса внутренних состояний физиологической и психической структур спортсменов. ПС, - как показатель состояния компенсаторных сил организма в связи с соревновательными нагрузками, у большинства акробатов указывает на сильное эмоциональное напряжение, напряжение компенсаторных сил (стрессовое, послестрессовое состояние).

Полученные результаты динамики, ПС указывают тренерам на необходимость в течение всего периода непосредственной подготовки и участия в соревнованиях применять как системные адаптеры, так и современные техники психокоррекции: АТ (аутотренинг), программы мышечной и психической релаксации, «семь качеств», «адресной ЦПС (цветопсихосоматики) и т.д.

Представленные результаты экспериментального обследования гимнасток групповой программы в табличных материалах (9-11) вновь подтверждают, что многократное участие в соревнованиях сопровождается значительным эмоциональным напряжением, вплоть до состояния «эмоционального опустошения».

В таблице 9 дана характеристика показателей РОФЭС у гимнасток групповой программы в связи с тренировочной нагрузкой. Как следует из таблицы 9, где даны

показатели РОФЭС накануне соревновательных выступлений у гимнасток физическая нагрузка средняя по объему и значительная по интенсивности, наоборот, способствует урегулированию, снятию значительного эмоционального напряжения повышению АП и ФС, что особенно эффективно при применении системных адаптеров ЛАД и Светлица.

**Таблица 9. Показатели РОФЭС\_на тренировочных занятиях\_ при применении «ЛАД»+ «Светлица Супер» у гимнасток (групповая программа)**

№	ФИО	ФС		АП		ПС	
		до	после	до	после	до	после
1	М.Д.	неуд	неуд	37	33	эмоциональное опустошение	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления, ближе к фазе истощения)
2	К.Е.	неуд	неуд	39	32	эмоциональное опустошение	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления, ближе к фазе истощения)
3	П.Т.	неуд	неуд	24	40	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления, ближе к фазе истощения)	пограничное состояние, близкое к напряжению компенсаторных сил
4	К.М.	удовл	Хорошее	42	65	напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)
5	Д.Е.	неуд	неуд	24	30	эмоциональное опустошение	эмоциональное опустошение
6	В.А.	неуд	неуд	25	37	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления, ближе к фазе истощения)	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления, ближе к фазе истощения)
7	П.А.	неуд	неуд	28	36	дистресс (эмоциональное опустошение)	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления, ближе к фазе истощения)

В сводной таблице 10 дана динамика показателей РОФЭС, как до применения адаптеров «ЛАД» и «Светлица Супер» (05 - 6.0.10.11, так и в период применения данных системных адаптеров в период многократных соревновательных стартов ( 05.03-7.03.12г. и 20.04.12-22.04.12 г).

Таблица 10 - Показатели РОФЭС у гимнасток групповой программы в связи участием в цикле соревнований) до применения адаптеров и применением адаптеров.

1	М.Д.	5.10.11	42	38	удовл	неудовл.	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	Сильное эмоциональное напряжение
		6.10.11	37	21	неуд	Неуд	Напряжение компенсаторных сил организма	Сильное эмоциональное напряжение
	*	5.03.12-7.03.12	50	51	Удов.	Уд	Напряжение компенсаторных сил организма	эмоциональное напряжение
	*	20.04.12	51	58	Уд.	хорошее	Напряжение компенсаторных сил организма	сильное эмоциональное напряжение
2	К.С.	5.10.11	34	28	неуд	Неуд.	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
		6.10.11	33	31	Уд.	Неуд	Напряжение компенсаторных сил организма	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
	*	7.03.12	49	51	неуд	Уд.	Напряжение компенсаторных сил организма	Сильное эмоциональное напряжение
3.	П.Т.	5.10.11	34	27	неуд	Уд.	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
		6.10.11	33	31	неуд	уд.	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
	*	5.03	45	43	Уд.	Уд.	Напряжение компенсаторных сил организма	3 Сильное эмоциональное напряжение
	*	7.03	54	54	Уд.	хорошее.	Напряжение компенсаторных сил организма	Сильное эмоциональное напряжение
	*	20.04.12	37	45	Уд.	Уд.	Напряжение компенсаторных сил организма	Сильное эмоциональное напряжение
	*	21.04.12	41	48	Уд.	Уд.	Относительное равновесие	Сильное эмоциональное

								напряжение
4.	К.А	5.10.11	44	34	неуд	Неуд	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
		6.10.11	48	38	уд	уд.	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
	.*	7.03.12	54	54	удовл	Удовл	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	эмоциональное напряжение
	*	21.04.12	39		неуд	удовл.	Напряжение компенсаторных сил организма	эмоциональное напряжение
5.	Д.Е.	5.10.11	27	21	Неуд.	Неуд.	Напряжение компенсаторных сил организма (стрессовое, постстрессовое состояние)	Сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
		6.10.11	48	43	удовл	Неуд.	Напряжение компенсаторных сил организма	сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивления ближе к фаза истощения)
	*	7.03.12	37	47	неуд	Удовл	Напряжение компенсаторных сил организма	
	*	20.04	24	38	Неуд.	Неуд	Относительное равновесие	
	*	21.04	40	45	Уд.	Уд.	Относительное равновесие	
6.	П.А.	6.10.11	48		удовл	Неуд	Напряжение компенсаторных сил организма	
.	*	7.03.12	59	69	удовл	хорошее	Напряжение компенсаторных сил организма	Сильное эмоциональное напряжение
	*	21.04.12	31	36	уд	хорошее	Относительное равновесие	
7	В.А.	5.10.11	27	25	неуд	Неуд.	Напряжение компенсаторных сил организма	Сильное эмоциональное напряжение (фаза сопротивление, ближе к фазе истощения)

		6.10.11	43	неуд	удовл	Неуд.	Напряжение компенсаторных сил	
	*	7.03.12	59	37	удовл	Неуд	Относительное равновесие	Эмоциональное напряжение
	*	20.04.12	45		удовл	удовл.	Относительное равновесие	
	*	21.04.12	31				Напряжение компенсаторных сил	Сильное эмоциональное напряжение

Примечание: \* и жирным шрифтом обозначены даты соревнований, в связи с применением адаптеров.

Анализируя результаты показателей РОФЭС: адаптационного показателя, психоэмоционального статуса, функционального состояния спортсменов в соревновательный период следует отметить, что применение системных адаптеров благоприятно для сокращения периода восстановления и направленного коррекционного воздействия и удачно дополняет применение психо-корректирующих технологий модуля РОФЭС «цветопсихосоматики, т.е. «адресной» цветопсихокоррекции» (Е.П. Филимонова, 2010-2011 г.) включение в комплекс восстановительных средств применение витаминотерапии, СПА - терапии и гидро - восстановительных процедур, сбалансированное питание на основе четкого водно - солевого режима.

#### Заключение.

Таким образом, результаты, полученные при изучении влияния системных адаптеров, таких как «ЛАД» и «Светлица Супер» у спортсменов высокой квалификации при различных режимах физических нагрузок, как в период тренировочных занятий, так и соревновательной деятельности указывают на важность использования данных

устройств для повышения устойчивости спортсменов и увеличения их адаптационного потенциала.

В качестве спортивного результата следует отметить выполнение нормы международных мастеров спорта группой акробатов, использующих системные адаптеры Светлица – Супер за время проводимых исследований.

По нашим данным адаптер «ЛАД» в большей степени влияет на «выравнивание» биополя организма спортсмена, а регулярное применение «Светлицы Супер» положительно влияет на показатели функционального состояния, психоэнергетику и спортивную результативность.

## Литература

1. Бундзен П. В., Коротков К. Г., Макаренко А. И. Результаты и перспективы использования технологии квантовой биофизики в подготовке высококвалифицированных спортсменов. // Теория и практика физической культуры. 2003, № 3. – С. 26 – 43.
2. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов // Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта. Том 12.- Краснодар, 2010.- С. 106 -110.
3. Губа В.П., Чесноков Н.Н. Резервные возможности спортсменов: монография.-М.- ФиС, -2008.- 146 с.
4. Короткова А.К. Исследование членов сборной команды России по паралимпийским играм летних видов спорта методом ГРВ. //Материалы всероссийской научно-практической конференции «Инновационно-педагогические технологии подготовки спортивного резерва».- СПб.: СПбНИИФК, 2006. – С. 81 – 96.
5. Коротков К.Г. Основы ГРВ - биоэлектрографии. – СПб., 2010. –255 с.
6. Оценка адаптационных возможностей организма и проблем восстановительной медицины/ Р.М. Баевский, А.Л.Сыркин, А.Д.Черникова // Вестник восстановительной медицины.-№2,-2004, -С.18-22
7. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта : утв. М-вом образования и науки Украины / В. Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 2004. - 807 с.
8. Плешкань А.В. Горшкова Е.И.. Анализ психоэмоционального состояния акробатов на основе ГРВ - графии в период соревновательной деятельности // Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта. Том 11.- Краснодар, 2009.- С. 213-218.
9. Аришин А.В., Погребной А.И. К вопросу технической подготовки brassистов на основе спортивного совершенствования. Материалы 1 итоговой конференции сотрудников НИИ.- Краснодар, 2011.-С.40-47.
- 9.-...Филимонова Е.П. , Агафонова С.Ю., Плешкань А.В.Применение технологий «РОФЭС» и «Цветопсиходиагностики» при подготовке юных спортсменов высокой квалификации (на примере прыжков на батуте).// Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта. Том Краснодар, 2010.- С. 193-201.
10. Филимонова Е.П. , Плешкань А.В., Опыт применения современных компьютерных технологий при подготовке спортсменов высокой квалификации. // Труды научно-

исследовательского института проблем физической культуры и спорта. Том 13.-  
Краснодар, 2011.- С. 221 -228.