

для получения объективной информации о динамических изменениях и дополнительной мотивации спортсменов.

Вывод. Использование кардиомониторов и тренажеров с обратной связью позволяет своевременно регистрировать характеристики ударных действий в различных пульсовых зонах, что предоставляет тренерам объективную информацию для принятия обоснованных решений, связанных с коррекцией подготовки боксера.

Литература

1. Лукина А.М. Передвижения – основа технико-тактической подготовки в ударных единоборствах / А.М. Лукина, Ф.Х. Зекрин, А.П. Козырева, Р.В. Мустаев // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 2. – С. 5-7.
2. Мальцев Г.С. Использование в тренировочном процессе единокорцев датчиков сердечного ритма и программ POLAR / Г.С. Мальцев // Подготовка единокорцев: теория, методика и практика: материалы VII Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 40-летию со дня основания Чайковского государственного института физической культуры, Чайковский, 03–04 апреля 2020 года. – Чайковский: Чайковский государственный институт физической культуры, 2020. – С. 107-112.
3. Степанов М.Ю. SmartPower технология формирования ударных действий единокорцев / М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 4. – С. 112-114.
4. Степанов, М. Ю. Оценка влияния водородной дыхательной смеси на организм спортсменов с позиции вариабельности сердечного ритма / М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов, Г.С. Мальцев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2021. – № 2. – С. 32-34. – EDN IBOKIIV.

5. Степанов М.Ю. Метод интервально-тестовой тренировки юных единокорцев / М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов, С.А. Шарипов // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 12. – С. 48-50.

References

1. Lukina A.M., Zekrin F.Kh., Kozyreva A.P., Mustaev R.V. Peredvizheniya-osnova tekhniko-takticheskoy podgotovki v udarnykh yedinoborstvakh [Movement - the basis of technical and tactical training in shock martial arts]. Theory and practice of physical culture. 2022. No. 2. pp. 5-7.
2. Maltsev G.S. Ispolzovaniye v trenirovochnom protsesse yedinoborstev datchikov serdechnogo ritma i programm POLAR [The use of heart rate sensors and POLAR programs in the training process of martial artists]. Podgotovka yedinoborstev: teoriya, metodika i praktika [Training of martial artists: theory, methodology and practice]. Proceedings national scientific-practical conference, Tchaikovsky, April 03-04, 2020. Tchaikovsky: Chaykovskiy gosudarstvennyy institut fizicheskoy kultury publ., 2020. pp. 107-112.
3. Stepanov M.Yu., Salamatov M.B. SmartPower tekhnologiya formirovaniya udarnykh deystviy yedinoborstev [SmartPower technology for the formation of shock actions of combatants]. Teoriya i praktika fizicheskoy kultury. 2022. No. 4. pp. 112-114.
4. Stepanov M.Yu., Salamatov M.B., Maltsev G.S. Otsenka vliyaniya vodorodnoy dykhatelnoy smesi na organizm sportsmenov s pozitsii variabelnosti serdechnogo ritma [Evaluation of the effect of hydrogen breathing mixture on the body of athletes from the standpoint of heart rate variability]. Fizicheskaya kultura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka. 2021. No. 2. pp. 32-34.
5. Stepanov M.Yu., Salamatov M.B., Sharipov S.A. Metod intervalno-testovoy trenirovki yunikh yedinoborstev [The method of interval-test training of young martial artists]. Teoriya i praktika fizicheskoy kultury. 2021. No. 12. pp. 48-50.

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

РЕЗУЛЬТАТЫ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ АРТИСТОВ ПЛАСТИЧЕСКОГО ТЕАТРА

В.А. Борисов¹

¹Тюменский государственный университет, Тюмень

УДК/UDC 792.029.5:159.9

Ключевые слова: пластический театр, психофизиологическое тестирование, психофизиологические особенности, артисты.

Введение. Театральное искусство продолжает развиваться и усложняться, современный зритель имеет большую возможность выбора в проведении своего досуга, как следствие, предъявляя к театральным постановкам все более высокие требования. Это способствует необходимости повышения уровня профессиональной подготовленности артистов.

Согласно Айзману Р.И. под психофизиологическими особенностями организма понимается «способность человека, с одной стороны, во много раз улучшать качество функционирования своих анализаторных систем, свойств центральной нервной системы и высшей нервной деятельности, а с другой стороны – их способность противостоять различным сбивающим факторам (утомление, нервно-психическое напряжение и т.п.) и длительно поддерживать оптимальный уровень функционирования» [1].

Цель исследования – выявление психофизиологических особенностей артистов пластического театра 19-24 лет.

Методика и организация исследования. Эксперимент был проведен с применением устройства психофизиологического тестирования «УПФТ-1/30 «Психофизиолог», в нем приняли участие шесть артисток и семь артистов пластического театра в возрасте 19-24 лет. Результаты представлены по тестам РДО (реакция на движущийся объект), СЗМР-СК (сложная зрительно-моторная реакция на световую комбинацию) и ПЗМР-ДС (простая зрительно-моторная реакция на движение стрелки) [2].

RESULTS OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL TESTING OF PLASTIC THEATER ARTISTS

V.A. Borisov¹

¹University of Tyumen, Tyumen

Поступила в редакцию 13.04.2023 г.

Результаты исследования и их обсуждение. Мужчины-артисты показали уровень активации ЦНС выше средних значений, активация нервных процессов чаще связана с процессами возбуждения, но при этом преобладающая скорость реакции на световой стимул была на уровне очень низкая и низкая. У девушек уровень активации ЦНС также в большинстве своем оказался в пределах выше средних значений, однако активация нервных процессов чаще связана с процессами торможения, а скорость реакции на световой стимул была на уровне очень низкая и низкая, но при этом несколько лучше, чем у мужчин. Тестирование показало значительную разницу по преобладающему типу реакции на движущийся объект: так, у девушек этой реакцией была реакция запаздывания, а у мужчин – опережения; а также по уровню безошибочности: у девушек уровень оказался значительно ниже, чем у мужчин.

Вывод. Полученные результаты были положены в основу создания банка данных о психофизиологических особенностях артистов пластического театра и в программу дифференцированной физической подготовки артистов пластического театра.

Литература

1. Айзман Р.И. Психофизиологические показатели лыжников-гонщиков и биатлонистов разного уровня спортивного мастерства / Р.И. Айзман, М.С. Головин, Л.А. Гиренко // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 4. – С. 44–47.
2. Chayun D. Monitoring the psychophysiological status of highly skilled aerobic athletes / D. Chayun, I. Manzhelley // Advances in Health Sciences Research: Proceedings of the 4th International Conference on Innovations in Sports, Tourism and Instructional Science. – Paris: Atlantis Press, 2019. – P. 41-45.

Информация для связи с автором volozhanin_se@mail.ru