

**Результаты.** У пациентов с ГЭРБ и СОАГС в отличие от лиц группы сравнения наблюдалась более выраженная высота эпителия (372 (324; 414) и 186 (168; 192) мкм соответственно,  $p = 0,000$ ), более широкие межъядерные расстояния в поверхностном (8 (7; 10) и 6 (5; 7) мкм соответственно,  $p = 0,000$ ), шиповатом (8 (7; 9) и 8 (7; 9) мкм соответственно,  $p = 0,000$ ) и базальном (4 (3; 5) и 2 (2; 3) мкм соответственно,  $p = 0,000$ ) слоях эпителия, более высокие соединительнотканые сосочки (156 (120; 216) и 72 (60; 84) мкм соответственно,  $p = 0,000$ ). Кроме того, пациенты с ГЭРБ и СОАГС в отличие от лиц с ГЭРБ характеризовались более выраженными межъядерными расстояниями в шиповатом слое эпителия (8 (7; 9) и 7 (6; 8) мкм соответственно,  $p = 0,048$ ) и большей высотой эпителия (372 (324; 414) и 312 (264; 360) мкм соответственно,  $p = 0,042$ ). Также для пациентов с ГЭРБ и СОАГС было характерным расширение капилляров в области верхушек соединительнотканых сосочков и наличие признаков микроангиопатии, отмечались склеротические изменения в слизистой пищевода [1].

#### Литература

1. Морфологические особенности слизистой оболочки пищевода у пациентов с гастроэзофагеальной рефлюксной болезнью, ассоциированной с синдромом обструктивного апноэ/гипопноэ сна / Ю. Я. Шелкович [и др.] // Известия Национальной академии наук Беларуси. Серия медицинских наук. – Т. 16. – № 4. – С. 434-442.

## ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПИЛАТЕСОМ НА ПСИХОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ- ЛЫЖНИКОВ

Шептицкая А. В.

Уральский государственный университет физической культуры, Россия  
Кафедра анатомии

Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент Звягина Е. В.

**Актуальность.** Снижение спортивных результатов студентов-лыжников характеризуется возрастанием объема и интенсивности тренировочных нагрузок, что определяет поиск новых экспериментальных путей стабилизации и формирования адаптированности функциональных резервов.

**Цель.** Изучить влияние занятий пилатесом на психофункциональное состояние студентов-лыжников, разработать программу тренировок с использованием техники пилатес для корректировки предстартовых состояний.

**Материалы и методы исследования.** В исследовании приняли участие спортсмены разного уровня спортивной квалификации от 1 разряда до мастера спорта. Средний возраст:  $19 \pm 0,5$  лет. Обзор литературных источников по

проблеме исследования. Аппаратные экспресс методы: динамометрия, пульсометрия, тест Спилберга-Ханина, тест Люшера, проба «перебор пальцев».

**Результаты.** Успешность соревновательной деятельности лыжника зависит от функциональной подготовленности, степени мобилизации, адаптированности резервов в соревновательном периоде. Высокие показатели работоспособности выявлены у 31% ( $p < 0,05$ ) испытуемых, тогда как повышенный уровень тревожности у 48,4% ( $p < 0,05$ ) спортсменов. Вне зависимости от квалификации и специализации повышенные значения ЧСС, частоты тремора и ситуативной тревожности, показатели которых достоверно взаимосвязаны между собой, отрицательно влияют на спортивный результат, приводя к срыву адаптационного потенциала. В этом состоянии нервная система находится на пределе адаптационных возможностей выдерживать концентрированное возбуждение, что может снизить результат на соревнованиях из-за снижения уровня координации и мышечного контроля. Применение комплексного подхода к тренировке спортсмена, а также внедрение экспериментальных методик в тренировочный процесс, в частности техник пилатеса.

**Выводы.** Неблагоприятные предстартовые состояния лыжников-гонщиков («предстартовая лихорадка» и «предстартовая апатия») выявлены у 60,5% испытуемых. В состоянии «боевой готовности» находятся 38,5% спортсменов. Разработанная программа с элементами техники пилатес призвана оптимизировать негативное эмоциональное состояние спортсмена, и способствует благополучной адаптации к соревновательному периоду.

#### Литература

1. Дроздовский, А. К. Эффективность методов коррекции психофизического состояния / А. К. Дроздовский // Адаптивная физическая культура. – 2013. – № 3(55). – С. 43-50.

## ВОСПРИЯТИЕ НЕГАТИВНОГО ПРОШЛОГО И УРОВЕНЬ СФОРМИРОВАННОСТИ СУИЦИДАЛЬНЫХ НАМЕРЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ

Шик А. А.

Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь  
Кафедра психологии и педагогики

Научный руководитель – канд. психол. наук, доцент Кузмицкая Ю. Л.

**Актуальность.** Влияние восприятия временной перспективы негативного прошлого отражается на сформированности суицидальных намерений в настоящем. Чрезмерные негативные переживания из прошлого приводят к состоянию психологического напряжения в настоящем, что является