

В монографии профессионально сформулирована и апробирована методика совершенствования навыков саморегуляции (создание мысленных образов, выражающих характеристики оптимального предстартового состояния и произвольное управление тонусом мышц) у спортсменов высокой квалификации, включающая: совершенствование функций внимания, воображения, представления; установление взаимосвязей между управляющими и исполнительными системами организма с использованием психолого-педагогических средств и функциональных эффектов массажа.

По представленной в монографии экспериментальной части исследования, отмечается то, что она выполнена на достаточной исследовательской базе, так как использовался адекватный статистико-математический аппарат и проведен тщательный анализ полученных результатов, нашедших отражение в заключении.

Экспериментально доказано, что внедрение методики в процесс подготовки спортсменов экспериментальной группы позволило добиться положительных изменений исследуемых показателей: фоновой электрической активности, частоты сердечных сокращений, воспроизведения мышечных усилий, величины контракции тонуса мышц, устойчивости и сосредоточенности внимания, чувствительности спортсменов к воздействию стресс-факторов, как следствие, улучшилось психоэмоциональное состояние спортсменов, что выразилось в увеличении показателей самочувствия, активности, настроения и адекватной оценки спортсменами своего поведения и состояния во время соревнования.

Практическую значимость и наибольшую ценность в монографии «Психическая саморегуляция в подготовке спортсменов высокой

квалификации циклических видов спорта» представляет та часть работы, в которой обозначены показатели полученных результатов исследования, свидетельствующие о несомненном положительном эффекте работы и являются веским доказательством того, что данное исследование, его результаты востребованы и могут найти применение в практике преподавания, при чтении курсов «Спортивная психология», «Спортивная медицина», «Психорегуляция в спорте», «Психорегуляция в адаптивном спорте» в педагогических университетах на факультете физической культуры и спорта, физкультурных вузах при подготовке спортивных педагогов и психологов и на факультете повышения квалификации тренеров.

Авторы монографии надеются, что предлагаемое исследование будет в какой-то мере способствовать разработке более цельной и активной концепции по психорегуляции, представляющей научный и практический интерес для широкой педагогической общественности, специалистов и спортсменов различной квалификации и вида спорта.

## КОНЦЕПЦИИ СОВРЕМЕННОГО ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ

**В.А. Стародубцев**

В учебнике описано становление современной парадигмы естествознания, ее античные и классические предпосылки, представлены концепции пространства-времени и фундаментальных полей. Изложены современные концепции возникновения живого вещества и разума на Земле, эволюции Вселенной. Рассмотрены условия возникновения процессов самоорганизации и детерминированного хаоса, кодирование биологической информации в

клетке. Содержит на 333-х с. текста 67 иллюстраций, 16 таблиц, хрестоматию и задания для самостоятельной работы. Учебник предназначен для подготовки бакалавров по экономическим и социально-гуманитарным направлениям и специальностям. Имеет гриф НМС по физике Минобрнауки. Издательство Томского политехнического университета. ISBN 5-98298-447-7.

## УПРАВЛЕНСКИ БИЗНЕС ЕТИКЕТ (УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ БИЗНЕС-ЭТИКЕТ)

**М.Н. Ушева**

*Югозападный университет «Неофит  
Рилски»  
Благоевград, Болгария*

Бизнес-этикет как практическое умение является экономической потребностью для современного руководителя и специалиста любого уровня. Использование бизнес-этикета дает: для личности - возможность получить и закрепиться на должности, обеспечить себе профессиональное развитие, повысить личную эффективность профессиональной деятельности и получить удовлетворенность собственным трудом; для компании - повысить уровень корпоративной культуры, получить дополнительные конкурентные преимущества на рынке, тем самым закрепить деловую репутацию перед партнерами и клиентами.

Назначение учебника: овладение студентами знаниями и умениями по применению этических стандартов в профессиональной деятельности. Знания, полученные при прочтении данного учебника и изучения одноименного курса, позволяют выбрать модель профессионального поведения при возникновении проблемных ситуаций в бизнесе. Соблюдение пра-

вил бизнес-этикета даст возможность построить долгосрочные отношения с партнерами и клиентами. Выстраиваемые на основе принципов бизнес-этикета коммуникации позволят согласовать интересы всех субъектов делового общения.

Учебник издан в Университетско издательство «Неофит Рилски» (Благоевград) в 2010 году и рекомендован преподавателям учреждений профессионального образования и бизнес-консультантам, студентам, обучающимся по экономическим направлениям подготовки.

Логика построения учебника совпадает со схемой коммуникационного процесса в деловом общении и инструментов его эффективного поддержания.

Основная цель настоящего учебника и одноименного курса – усвоение основных правил бизнес-этикета в деловом общении: изучение норм оформления и применения деловой корреспонденции; усвоение видов делового общения, в частности, переговоров; усвоение и использование основных возможностей воздействия и взаимодействия менеджера и подчиненных; усвоение правил личностной деловой коммуникации.

*Первая глава «Визитная карточка в бизнес-общении» посвящена такому инструменту установления и поддержания делового общения как визитная карточка. Визитную карточку можно рассматривать как недорогую и эффективную презентацию организации и ее представителя. В этой главе описана история появления визитной карточки с XVII века до современности, в которой используются уже не только рабочие (деловые), но и личные и семейные визитные карточки. Рассмотрены обязательные реквизиты визитной карточки. Выделены виды визитных карточек и правила*