

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ежемесячный
научно-теоретический
журнал, основан в 1925 г.,
входит в:
– базу данных Scopus;
– индекс Российского
научного цитирования
(РИНЦ);
– базу данных
англоязычных
периодических изданий
EBSCO

Главный редактор
Людмила ЛУБЫШЕВА

Редколлегия:
Сергей БАКУЛЕВ
Владимир ГУБА
Георгий ГРЕЦ
Александра ЗАГРЕВСКАЯ
Олег МАТЫЦИН
Вячеслав МАНОЛАКИ
(Молдова)
Сергей НЕВЕРКОВИЧ
Владимир ПЛАТОНОВ
(Украина)
Павел РОЖКОВ
Waldemar Moska
Jerzy Sadowski
Teresa Socha (Poland)
Zhong Bingshu (China)

Ответственный секретарь
Ольга ОЗЕРОВА

Шеф-редактор
Югра научно-спортивная
Сергей КОСЕНКО

Заведующие отделами
журнала
Евгения СЕВЕРИНА

Переводчик
Ирина НОВОСАД

На обложке:
студенты УлГПУ
им. И.Н. Ульянова



Теория и практика
физической культуры и спорта

Содержание

2'2021

№(990)

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Л.И. Лубышева, С.И. Росенко, Д.Н. Верзилин – Диверсификация образовательной деятельности вузов физической культуры.....	3
Л.П. Шутова, С.В. Данилов – Развитие гендерной компетентности инструкторов по физической культуре дошкольных образовательных организаций.....	7

ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

Д.А. Осипов, Ф.А. Гатин, И.С. Колесник – Психологическое сопровождение спортивной подготовки квалифицированных боксеров.....	9
М.Г. Колодезникова, З.Н. Черкашин, Т.А. Михайлова – Формирование личностной рефлексии у подростков, занимающихся единоборствами.....	11
В.З. Зьонг, Г.А. Кузьменко, Т.К. Ким – Психологическая адаптация иностранных студентов к условиям обучения на основе физкультурно-спортивной деятельности вуза.....	13
Ю.К. Родыгина, А.А. Потапчук, С.В. Матвеев – Психосоциальные особенности высококвалифицированных хоккеистов в посткарьерном периоде.....	16
Л.А. Белозерова, Е.А. Брагина, И.А. Семикашева, М.М. Силакова – Стрессоустойчивость и особенности осознанной саморегуляции студентов-спортсменов.....	19
К.С. Колодезников, М.Г. Колодезников, П.И. Кривошапкин, А.Э. Степанов – Влияние целевых установок на динамику скорости удара боксера.....	22

ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

Н.А. Фудин, С.Я. Класина – Особенности восстановления спортсменов после выполнения интенсивной физической нагрузки в зоне субмаксимальной мощности.....	24
Г.И. Семёнова, П.А. Григорьев – Выявление дисфункций в организме и способы их устранения на основе функционального тестирования.....	27
Л.Е. Игнатъева, М.Ю. Трескин, С.В. Бакулин – Показатели перенапряжения миокарда у футболистов.....	30
Ю.В. Бобрин, А.Л. Корепанов – Выявление функциональных резервов внешнего дыхания и общей физической работоспособности студентов.....	33
А.Ю. Титлов – Соотношение показателей аэробного и анаэробного порога при тестировании квалифицированных конькобежцев.....	36
А.И. Орлов, В.К. Таланцева – Информативные критерии оценивания состояния вестибулярного аппарата студентов вузов.....	40
Е.Е. Елаева, Е.А. Якимова, А.Р. Мамаев – Мониторинговые показатели кардиореспираторной системы студентов как индикатор адаптационных реакций организма на физическую нагрузку.....	43

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

О.О. Чайковская, П.В. Бебенин, Р.Ф. Мифтахов, Е.Д. Митусова – Применение функционального скрининга движений для предотвращения травматизма теннисистов.....	46
Е.А. Корабельникова, Д.А. Дегтерев, Э.Н. Безуглов – Нарушения сна профессиональных спортсменов и методы их коррекции.....	49

СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА

А.В. Ермаков, П.Е. Макинченко – Прогнозирование с использованием методов математического моделирования в спорте высших достижений на примере зимних видов спорта.....	52
Г.А. Гилев, В.В. Владыкина, А.А. Плешаков, В.В. Беляев, Е.А. Зубко – Возрастные, ростовые и весовые характеристики спортсменов-спринтеров в способах плавания в зоне высших достижений.....	55

ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Л.И. Костюнина, Дугуфана Багайоко, Д.С. Николаев – Развитие ведущих двигательных-координационных качеств юных футболистов на основе дифференцированного подхода.....	59
А.Ю. Малофеев, С.Н. Ключников, Т.В. Швецова – Критерии подготовленности юных спортсменов в хоккее с мячом на предсоревновательном этапе.....	62

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

Д.Ю. Нархов, Е.Н. Нархова, Е.С. Кириллов, Л.В. Мишин, С.А. Ярутина – Развитие физической культуры студентов в цифровом социокультурном пространстве.....	65
Н.В. Валкина, Е.О. Панова – Музыкально-ритмическая подготовка студентов, занимающихся оздоровительной аэробикой.....	68
М.П. Спирина, В.П. Шлыков, Ю.В. Кузнецова, Л.И. Кизилов – Оптимизация учебного процесса по физической культуре студентов с отклонениями в состоянии здоровья.....	70
О.В. Миронова, Л.В. Ярчонковская, И.Н. Венедиктов, Ю.Л. Рысев – Сенсорное утомление и пути его преодоления в процессе дистанционного обучения по физическому воспитанию студентов.....	73
Е.А. Шуняева, А.В. Кокурин, Е.Н. Иванова – Средства фитнеса в физическом воспитании студентов вуза.....	76
Ю.А. Давыдова, Е.В. Каргаполова, Н.Н. Денисенкова, Е.Н. Кананерова – Мотивация студенчества к физкультурно-спортивной деятельности.....	79

ОБЗОРЫ

А.И. Спиридонов, М.С. Пономарева, А.В. Беляева, Н.А. Дмитриев – Социально-экономические факторы развития скалолазания в условиях региона.....	82
М.В. Арансон, Э.С. Озолин, О.В. Тулоногова – Гендерные проблемы женского бокса в фокусе тематики зарубежных исследований.....	84
Н.Ю. Бердышев, Г.Х. Муртазина, Н.Г. Бойкова, М.Б. Каражаева, М.С. Голокова – Смысловые преобразования фразеологизмов в спортивном дискурсе.....	86

«ТРЕНЕР» – журнал в журнале

А.А. Захаров, Е.Ю. Федорова, А.Ю. Казаков, А.Ю. Бородавкин – Современные подходы к оценке эффективности техники педалирования в велосипедном спорте и триатлоне.....	90
Р.В. Бестинюв, К.С. Колодезников, А.А. Михайлов – Влияние сбивающих факторов на показатели движения удара в боксе.....	93
Ш. Шнирас, А.Б. Ушпурене – Соревновательно-социальные навыки у спортсменов командных и индивидуальных видов спорта.....	95
Р.Э. Сиразетдинов, Е.З. Година, И.А. Хомякова, М.А. Негашева – Экспресс-оценка соматотипа спортсменов-единоборцев с использованием компьютерных технологий.....	98

ПЕРСПЕКТИВА

Л.И. Лубышева – Государственно-частное партнерство – новый стратегический ресурс развития спортивной инфраструктуры.....	101
В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА	
Л.А. Рапопорт, Е.В. Харитонова, А.С. Маркова – Эффективность реализации механизмов государственно-частного партнерства в сфере физической культуры и спорта.....	102
М.В. Антонова, Т.И. Шукшина, П.В. Замкин, Ю.А. Демьяшина – Кейс-технология в организации исследовательской деятельности студентов факультета физической культуры.....	105
М.А. Якупчев, Л.П. Карпушина, О.Н. Карабанова – Формирование ценностей здоровья будущих педагогов средствами физкультурно-оздоровительной деятельности.....	108

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

Е.А. Дергач, А.Ю. Осипов, Д.А. Завьялов, Р.С. Наговицын – Снижение риска ухода молодых спортсменов из спорта высших достижений на основе компьютерного прогнозирования.....	29
Т.В. Хованская, Н.В. Стеценко, И.В. Абдрахманова – Цифровизация в физкультурном образовании: компетентностный аспект.....	39
Н.А. Филина – Социальный интеллект как основа коммуникативной компетентности в системе взаимодействия «тренер-спортсмен».....	48
Л.А. Парфенова, А.Р. Ахмеров, С.М. Хасанова – Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением интеллекта на основе программы «Молодые атлеты».....	64
О.Е. Ушакова, И.Н. Батырь, А.С. Мартюшев, Н.А. Пономарева – Средства легкой атлетики как фактор повышения двигательной активности детей.....	75
Е.М. Лапчикова, В.Д. Сонькин, С.П. Левушкин – Сравнение показателей двигательной подготовленности учащихся общеобразовательных школ 10 регионов России с нормативами Комплекса ГТО.....	78
Е.В. Дивинская, А.Е. Дивинская, Д.И. Гончаренко – Модель популяризации олимпийского движения посредством информационно-телекоммуникационных технологий сети «Интернет».....	88
А.И. Салмова – Методика тренировочного процесса бильярдистов с нарушением слуха на этапе начальной подготовки.....	97
Е.П. Прописнова, Д.И. Дегтярева, М.А. Терехова – Развитие скоростно-силовых способностей юных спортсменов-танцоров на этапе начальной специализации.....	104
Ц. Ян, Е.В. Киселева – Теоретические и практические проблемы использования интерактивных методов обучения в вузах физической культуры России и Китая.....	110

НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ

НОВЫЕ КНИГИ.....	107
------------------	-----

Teoriya i praktika fizicheskoy kultury

Monthly Scientific-theoretical
Journal, founded in 1925,
covered by the Citation
Indices:

- Scopus database;
- the Russian Scientific Citation Index (RSCI).
- database of periodicals in English EBSCO

Формат 60x90 1/8
Объем 12 п.л.
Тираж 1800 экз.
Подписано в печать
26.01.2021

Отпечатано
в типографии
ФГУП «ЦНИИХМ»
115487, Москва,
ул. Нагатинская, д. 16а
www.cniihm.ru

© Научно-издательский центр
«Теория и практика
физической культуры
и спорта»
105122 Москва
Сиреневый бульвар, 4
e-mail: fizkult@teoriya.ru

Индекс в каталоге
«Роспечать» 70966

ISSN 0040-3601

Научный портал
www.teoriya.ru

Компьютерная вёрстка
Ольга ТЕРЁШИНА

Мнение редакции может не совпадать с точкой зрения авторов.
Все права защищены.
Ни одна часть этого издания не может быть занесена в память компьютера либо воспроизведена любым способом без предварительного письменного разрешения издателя.

Издание предназначено
для читателей старше 14 лет

Цена договорная

Contents

2'2021
№(990)

VOCATIONAL TRAINING

L.I. Lubysheva, S.I. Rosenko, D.N. Verzhilin – Diversification of educational activities of higher physical culture institutions 3
L.P. Shustova, S.V. Danilov – Formation of gender competency in physical education instructors of preschool educational institutions..... 7

SPORT PSYCHOLOGY

D.A. Osipov, F.A. Gatin, I.S. Kolesnik – Psychological follow-up of skilled boxers' training 9
M.G. Kolodeznikova, Z.N. Cherkashin, T.A. Mikhailova – Personal reflection development in adolescents engaged in combat sports..... 11
V.Z. Zuong, G.A. Kuzmenko, T.K. Kim – Psychological adaptation of foreign students to university environment based on academic physical education and sports activities 13
Yu.K. Rodygina, A.A. Potapchuk, S.V. Matveev – Psycho-social characteristics of retired elite hockey players..... 16
L.A. Belozeroва, E.A. Bragina, I.A. Semikasheva, M.M. Silakova – Stress tolerance and features of conscious self-regulation of student-athletes 19
K.S. Kolodeznikov, M.G. Kolodeznikova, P.I. Krivoshapkin, A.E. Stepanov – Benefits of specific goals setting for punching speed training in boxing..... 22

SPORT PHYSIOLOGY

N.A. Fudin, S.Ya. Klassina – Specific features of athletes' recovery after sub-maximal physical loads 24
G.I. Semenova, P.A. Grigoriev – Functional tests to detect bodily dysfunctions and find ways to eliminate them 27
L.E. Ignatieva, M.Yu. Treskin, S.V. Bakulin – Myocardial overextension rates in football players..... 30
Yu.V. Bobrik, A.L. Korepanov – Functional reserves of external respiration system and overall physical working capacity of student..... 33
A.Yu. Titov – Ratio between aerobic and anaerobic thresholds in qualified speedskaters 36
A.I. Orlov, V.K. Talantseva – Informative criteria for assessing vestibular system functionality in university students 40
E.E. Elaeva, E.A. Yakimova, A.R. Mamaev – Data of monitoring observations of students' cardio-respiratory system as indicator of body adaptive responses to physical loads 43

SPORT MEDICINE

O.O. Chaikovskaya, P.V. Bebenin, R.F. Miftakhov, E.D. Mitusova – Functional diagnostics of movements to prevent tennis injuries 46
E.A. Korabelnikova, D. Degterev, E. Bezuglov – Sleep disorders of professional athletes and methods of their correction (review) 49

ATHLETIC TRAINING

A.V. Ermakov, P.E. Myakinchenko – Progress forecasting mathematical model for elite sports: winter sports case study..... 52
G.A. Gilev, V.V. Vladykina, A.A. Pleshakov, V.V. Belyaev, E.A. Zubko – Women's swimming sprint elite's key anthropometrics (body mass and length) analysis by events, styles and age/ fitness periods 55

CHILDREN AND YOUTH SPORT

L.I. Kostyunina, Dugufana Bagayoko, D.S. Nikolaev – Differentiated approach to build key motor-coordination qualities in junior footballers 59
A.Yu. Malofeev, S.N. Klyuchnikova, T.V. Shvetsov – Precompetitive fitness tests in youth bandy 62

ACADEMIC PHYSICAL EDUCATION

D.Yu. Narkhov, E.N. Narkhova, E.S. Kirillov, L.V. Mishin, S.A. Yarutina – Formation of students' personal physical culture in digital socio-cultural environment..... 65
N.V. Valkina, E.O. Panova – Rhythmic music facilitated training model for university female health aerobics groups..... 68
M.P. Spirina, V.P. Shlykov, Yu.V. Kuznetsova – Optimization of physical education process for students with health disorders 70
O.V. Mironova, L.V. Yarchikovskaya, I.N. Venediktov, Yu.L. Rysev – Sensory fatigue and ways to overcome it during academic physical education distance learning 73
E.A. Shunyaeva, A.V. Kokurin, E.N. Ivanova – Fitness means in physical education of female university students..... 76
Y.A. Davydova, E.V. Kargapolova, N.N. Denisenkova, E.N. Kananerova – University students' motivations for physical education and sports: questionnaire survey 79

REVIEWS

A.I. Spiridonov, M.S. Ponomareva, A.V. Belyaeva, N.A. Dmitriev – Sport climbing of the Far East: regional socio-economic progress factors 82
M.V. Aranson, E.S. Ozolin, O.V. Tuponogova – Gender limitations in women's boxing sport..... 84
N.Y. Berdysheva, G.Kh. Murtazina, N.G. Boykova, M.B. Karazhaeva, M.S. Golokova – Transformations of popular terms and meanings in sports-specific contexts: opinion poll..... 86

«TRAINER» – journal in journal

A.A. Zakharov, E.Yu. Fedorova, A.Yu. Kazakov, A.Yu. Borodavkin – Modern approaches to evaluation of effectiveness of pedaling techniques in cycling and triathlon 90
R.V. Bestinov, K.S. Kolodeznikov, A.A. Mikhailov – Effects of stressors on punching biomechanics in boxing 93
S. Sniras, A. B. Uspuriene – Skills-specific competitive fitness of athletes from team and individual sports 95
R.E. Sirazetdinov, E.Z. Godina, I.A. Khomyakova, M.A. Negasheva – Computer technologies for rapid assessment of combat athletes' somatotypes..... 98

PERSPECTIVE

L.I. Lubysheva – Public-private partnership as new strategic resource for development of sports infrastructure 101

IN SEARCH OF NEW BREATHROUGH

L.A. Rapoport, E.V. Kharitonova, A.S. Markova – Effectiveness of public-private partnership mechanisms in physical education and sports sector 102
M.V. Antonova, T.I. Shukshina, P.V. Zamkin, Yu.A. Demyashkina – Case technologies in organization of research activities of physical education department students 105
M.A. Yakunchev, L.P. Karpushina, O.N. Karabanova – Health and fitness activities to cultivate health values in future teachers 108

FROM SLUSHPILE

E.A. Dergach, A.Yu. Osipov, D.A. Zavyalov, R.S. Nagovitsyn – Computer forecasting to reduce risk of retirement from elite sports among junior athletes 29
T.V. Khovanskaya, N.V. Stetsenko, I.V. Abdrakhmanova – Digitalization in physical education: competency building aspect 39
N.A. Filina – Social intelligence as basis of communicative competency in trainer - athlete interaction system 48
L.A. Parfenova, A.R. Akhmerov, S.M. Khasanova – Adaptive physical education of children with intellectual impairments based on «Junior athletes» program 64
O.E. Ushakova, I.N. Batyr, A.S. Martyushev, N.A. Ponomareva – Athletics to increase children's motor activity 75
E.M. Lapitskaya, V.D. Sonkin, S.P. Levushkin – Comparison of motor fitness indices of secondary school students of 10 regions of Russia with GTO Complex standards 78
E.V. Divinskaya, A.E. Divinskaya, D.I. Goncharenko – Olympic movement popularization model via information and telecommunication Internet technologies 88
A.I. Salmova – Methodology of training process of hearing impaired billiard players at beginner training stage 97
E.P. Propisnova, D.I. Degtyareva, M.A. Terekhova – Junior dancers' speed-strength abilities building process at initial specialization stage 104
Ts. Yan, E.V. Kiseleva – Theoretical and practical problems of using interactive teaching methods in physical education universities in Russia and China 110

SCIENTIFIC LIFE

..... 81

NEW BOOKS

..... 107