

Выходит 1 раз в два месяца

Свидетельство о регистрации средства  
массовой информации  
от 31 марта 2009 г. ПИ № ФС 77-35853

### Состав редакционной коллегии:

Шустин Б.Н.,  
д.п.н., проф. – главный редактор  
Арансон М.В.,  
к.б.н. – ответственный редактор

### Члены редакционной коллегии:

Балахничев В.В., д.п.н., проф.  
Бальсевич В.К.,  
д.б.н., чл.-корр. РАО, проф.  
Виноградов П.А., д.п.н., проф.  
Евсеев С.П., д.п.н., проф.  
Калинкин Л.А., д.м.н., проф.  
Квашук П.В., д.п.н., проф.  
Кравцов А.М.  
Панков В.А., д.п.н., проф.  
Платонов В.Н.,  
д.п.н., проф. (Украина)  
Португалов С.Н., к.м.н., проф.  
Радчик И.Ю., к.п.н., проф.  
Сазаньски Х., д.п.н., проф.  
(Польша)

### Адрес редакции

105005, г. Москва,  
Елизаветинский переулок, д. 10.  
Тел. (499) 261-21-64  
e-mail: vniifk@yandex.ru  
shustin@vniifk.ru

### Подписной индекс

в каталоге «Пресса России» – 20953

© Федеральный научный центр  
физической культуры и спорта  
(ФГБУ ФНЦ ВНИИФК)

### Издатель:

ОАО «Издательство «Советский спорт»».  
105064, г. Москва, ул. Казакова, 18.  
www.sovsportizdat.ru  
e-mail: sovsport@mail.tascom.ru

Отпечатано в ООО «КОНТЕНТ-ПРЕСС».  
127018, г. Москва, ул. Складочная, д. 1,  
стр. 18, под. 3, оф. 111.  
Тел./факс: (495) 64-888-60, 971-82-90

## Содержание

### Теория и методика спорта высших достижений

<i>Брискин Ю.А., Питын М.П., Задорожная О.Р.</i> Весомость формирования теоретических знаний фехтовальщиков на разных этапах многолетней подготовки	3
<i>Быков В.А.</i> Динамика структурных формирований тренировочного занятия для качественного управления плавательной подготовкой спортсменов	7
<i>Титлов А.Ю., Луньков С.М.</i> Влияние интервальной тренировки на работоспособность квалифицированных конькобежцев	11
<i>Португалов С.Н., Фудин Н.А., Усатов А.В.</i> Технология снижения массы тела в спортивной подготовке	14

### Медико-биологические проблемы спорта

<i>Бучина Е.В., Умаров В.М.</i> Сравнительная характеристика электрокардиографических показателей спортсменов высокой квалификации в различных видах спорта	19
<i>Виноградов В.Е.</i> Внетренировочные средства стимуляции и восстановления работоспособности в подготовке спортсменов высокой квалификации (обзор литературы)	25
<i>Сафонов Л.В.</i> Применение прессотерапии для профилактики нарушений венозного кровообращения и ускорения локального восстановления мышц нижних конечностей у спортсменов	30
<i>Ширковец Е.А.</i> Соотношение функциональных показателей при стандартном тестировании спортсменов	34

### Массовая физическая культура и оздоровление населения

<i>Гавришова Е.В., Горелов А.А.</i> О мотивации достижения в сфере двигательной активности	37
<i>Ковылин М.М.</i> Физкультурно-спортивная деятельность в свете половозрастных особенностей онтогенеза человека	42
<i>Мирошников А.Б., Смоленский А.В.</i> Физическая реабилитация больных гипертонической болезнью с помощью тренажерных устройств и дыхательной гимнастики Стрельниковой	49

### Труды молодых ученых

<i>Гросс И.Л.</i> Влияние физических упражнений на эффективность стрельбы из пистолета	52
<i>Панков М.В.</i> Аэробные возможности высококвалифицированных хоккеистов	54
<i>Потехин Д.А.</i> Прогресс технологий регистрации кинематических параметров движения лодки в гребном спорте	59
Сведения об авторах	63

Выпуск издания осуществлен  
при финансовой поддержке Федерального агентства  
по печати и массовым коммуникациям

### Editorial board of Sports Science Bulletin:

Shustin B.N.,  
Dr. Ped., prof. – editor-in-chief  
Aranson M.V.,  
PhD (Biology) – executive editor

### Editorial board members:

Balakhnichen V.V.,  
Dr. Ped., prof.  
Balsevich V.K.,  
Dr Biol., RAE corr. member, prof.  
Vinogradov P.A., Dr. Ped., prof.  
Evseev S.P., Dr. Ped., prof.  
Kalinkin L.A., Dr. Med., prof.  
Kvashuk P.V., Dr. Ped., prof.  
Kravtsov A.M.  
Pankov V.A., Dr. Ped., prof.  
Platonov V.N., Dr. Ped., prof.  
(Ukraine)  
Portugalov S.N.,  
PhD (Medicine), prof.  
Radchich I.Ju.,  
PhD (Pedagogics), prof.  
Sazansky H.,  
Dr. Ped., prof. (Poland)

### Адрес редакции

105005, г. Москва,  
Елизаветинский переулок, д. 10.  
Тел. (499) 261-21-64  
e-mail: vniifk@yandex.ru  
shustin@vniifk.ru

### Подписной индекс в каталоге «Пресса России» – 20953

© Федеральный научный центр  
физической культуры и спорта  
(ФГБУ ФНЦ ВНИИФК)

Подписано в печать 26.10.2012.  
Формат 60×90/8. Печ. л. 8,0.  
Печать офсетная. Бумага офс. № 1.  
Тираж 1000 экз. Изд. № 1706.  
Заказ № 788.

## Contents

### Theory and methodics of elite sports

<i>Briskin Ju.A., Pityn M.P., Zadorozhna O.R.</i> The importance of formation of theoretical knowledge of fencers at various stages of long-term training system	3
<i>Bykov V.A.</i> Dynamics of training lesson structural formation for qualitative management of swimmers' training	7
<i>Titlov A.Ju., Lunkov S.M.</i> Influence of interval training on working capacity in elite skaters	11
<i>Portugalov S.N., Fudin N.A., Usatov A.V.</i> Technology of body mass reduction in sports preparation	14

### Biomedical aspects in sport

<i>Buchina E.V., Umarov V.M.</i> The comparative characteristic of elektrokardiografic indicators of athletes of high qualification in different types of sports	19
<i>Vinogradov V.E.</i> Subsidiary means of stimulation and renewal of capacity in preparation of high level sportsmen (a review)	25
<i>Safonov L.V.</i> Pressotherapy in prophylaxis of venous flow abnormalities and local lower extremity blood flow enhancement in athletes	30
<i>Shirkovetz E.A.</i> Functional indices ratio in standard sports testing	34

### Mass physical training and improvement of the population

<i>Gavrishova E.V., Gorelov A.A.</i> On motivation of achievements in locomotor activity	37
<i>Kovylin M.M.</i> Sports and recreation activity from the age ontogenesis peculiarities point of view	42
<i>Miroshnikov A.B., Smolensky A.V.</i> Physical rehabilitation of patients with hypertensive disease by training devices and respiratory gymnastics by Strelnikova	49

### Works of young scientists

<i>Gross I.L.</i> Influence of physical exercises on efficiency of firing from the gun	52
<i>Pankov M.V.</i> Aerobic performance of elite hockey players	54
<i>Potekhin D.A.</i> Progress in technologies for registration of boat movement kinematic parameters in rowing	59
Information about authors	63

# ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

## ВЕСОМОСТЬ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ

**Ю.А. БРИСКИН, М.П. ПИТЫН, О.Р. ЗАДОРЖНАЯ,**  
Львовский государственный университет физической культуры,  
г. Львов, Украина

### Аннотация

*В статье рассмотрено содержание теоретической подготовки фехтовальщиков как важного фактора повышения спортивного мастерства. Сделана попытка определения весомости формирования блоков теоретических знаний фехтовальщиков на разных этапах многолетней подготовки. Установлено, что в процессе многолетнего совершенствования наблюдается постепенное увеличение весомости формирования теоретических знаний от среднего до высокого уровня.*

**Ключевые слова:** теоретические знания, многолетняя подготовка, весомость.

### Abstract

*This article is focused on the questions of the content of the theoretical training in fencing as an important factor of sportsman's improvement. There was made an attempt to determine the importance of the components of theoretical training of fencers at various stages of long-term training system. It was established that during long-term training system there is a gradual increase in the importance of the formation of theoretical knowledge from medium to high level.*

**Key words:** theoretical knowledge, long-term training system, importance.

### Актуальность

Система подготовки фехтовальщиков ориентирована на учет проявлений технико-тактических и функциональных компонентов соревновательной деятельности и особенностей ведения поединков в различных видах оружия [3, 4]. Реализация данного положения предполагает овладение спортсменом знаниями, умениями и навыками, которые направлены на решение задач различных сторон подготовки. При этом каждая из этих сторон не только зависит от степени развития других, но и обуславливает их уровень [4]. Как следствие, предпосылками совершенствования различных сторон подготовленности спортсмена являются овладение знаниями по теории избранного вида спорта и их реализация на практике [2].

Таким образом, в современных условиях актуальными являются вопросы формирования достаточного уровня теоретических знаний, особенно по избранному виду спорта как важному фактору роста спортивного мастерства.

**Цель исследования** – определение весомости блоков теоретических знаний фехтовальщиков на разных этапах многолетней подготовки.

### Задачи исследования

1. Охарактеризовать структуру и содержание теоретической подготовки фехтовальщиков.

2. Установить весомость формирования блоков теоретических знаний на разных этапах многолетней подготовки фехтовальщиков.

**Методы исследования:** теоретический анализ и обобщение, документальный метод, метод экспертной оценки, методы математической статистики.

### Результаты исследования

Анализ научных и научно-методических работ [1, 3, 5, 6] позволил определить и дополнить структуру и содержание отдельных составляющих теоретической подготовки фехтовальщиков. В частности, были выделены следующие блоки знаний:

1) *История зарождения и развития фехтования.*

К данному блоку теоретических знаний нами отнесены разделы:

1. Зарождение фехтования.
2. Фехтование в СССР.
3. Фехтование в мире и в Украине.
4. Фехтование на Олимпийских играх.
5. Известные личности в фехтовании.

Данный блок теоретических знаний способствует формированию у спортсменов представления о фехтовании как об исторически сложившейся системе владения холодным оружием, средстве военной подготовки и индивидуального воспитания. В нем освещаются возник-