

# 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**

Редакционная коллегия:

**Ашкинази С.М.** (д.п.н.,  
профессор)

**Булгакова Н.Ж.** (член-корр. РАО,  
д.п.н., профессор)

**Врублевский Е.П.** (д.п.н.,  
профессор)

**Горелов А.А.** (д.п.н., профессор)

**Губа В.П.** (д.п.н., профессор)

**Загравская А.И.** (д.п.н.,  
профессор)

**Загравский В.И.** (д.п.н.,  
профессор)

**Захарьева Н.Н.** (д.м.н.,  
профессор)

**Лхагвасуурэн А.** (д.п.н.)

**Лхагвасуурэн Л.** (д.б.н.,  
профессор)

**Лубышева Л.И.** (д.п.н.,  
профессор)

**Манжелей И.В.** (д.п.н.,  
профессор)

**Манолаки В.Г.** (доктор  
педагогической, профессор)

**Неверкович С.Д.** (академик  
РАО, д.п.н., профессор)

**Пешкова Н.В.** (д.п.н., доцент)

**Попов Г.И.** (д.п.н., профессор)

**Румба О.Г.** (д.п.н., профессор)

**Сивохин И.П.** (д.п.н., профессор)

**Тамбовцева Р.В.** (д.б.н.,  
профессор)

Ответственный секретарь

**Ольга ОЗЕРОВА**

Компьютерная верстка

**Ольга ТЕРЁШИНА**

На обложке:



Теория и практика  
физической культуры и спорта

## Содержание

**3'2024**  
№(1029)

### ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА

А.Э. Болотин, О.Е. Понимасов, А.В. Эюкин, К.З. Нгуен – Индивидуальный мониторинг аэробной и анаэробной работоспособности хоккеистов в течение годового тренировочного цикла .....	3
В.В. Бакаев, О.Е. Понимасов, Е.А. Васильева – Операционные эффекты плиометрической тренировки в развитии взрывной силы спортсменов горного бега .....	6
В.С. Васильева, А.С. Дорожко, Т.В. Карасева – Управление нагрузкой скоростно-силовой направленности в тренировках лыжников-гонщиков на основе применения инструментальных средств .....	9
В.П. Сущенко, В.Е. Васюк, Д.Ю. Быков – Коррекция моделей движений конькобежцев посредством обратной связи по распределению подошвенного давления в беге на скорость .....	13
В.А. Щеголев, Г.В. Сущенко, И.Ю. Мухута, В.Я. Апчел – Развитие психофизического и технико-тактического потенциала у студентов спортсменов-единоборцев .....	16
П.С. Суетин, А.В. Захарова, Е.С. Набойченко – Влияние показателей успешных единоборств за мяч на результативность матчей в Российской Премьер-Лиге по футболу .....	19
И.В. Сегал, М.А. Дерябина, О.С. Кириякова, Ю.С. Невьянцева – Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в подготовке бегунов .....	22
Г.А. Гилев, Ч.Т. Иванков, Г. Зино, М.А. Семенова – Взаимодействие скоростных и силовых способностей дзюдоистов при повышении скоростно-силовых действий .....	25
К.Г. Зеленский, В.Ф. Косточенко, Г.Н. Пономарев, В.Д. Зверев – Особенности формирования технических приемов пеленгования в спортивной радиопеленгации .....	28
И.Е. Коновалов, Д.С. Андреев, Л.А. Парфенова, В.В. Андреев – Обоснование необходимости применения средств восстановления в процессе спортивной подготовки квалифицированных баскетболистов .....	32
О.Ю. Кузьмина, М.Е. Коновалова, Л.Н. Сафиуллин, Б.Л. Сафиуллин, М.Р.М. Алкссо – Стоимостная оценка профессиональных спортсменов: теоретико-методологические подходы .....	35

### ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

И.Н. Тимошина, А.Ю. Малофеев, С.Н. Ключникова – Специальная физическая подготовленность вратарей на этапе спортивной специализации в детско-юношеском хоккее с мячом .....	38
А.О. Власюк, Т.В. Беева, А.А. Бедарева, В.В. Бакаев – Сопряженность физического развития и результатов тренировочного процесса юных гимнастов .....	41

### ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

С.Н. Лосева, Г.И. Садыгов – Психологические особенности мотивации спортсменов в аспекте теоретического анализа .....	44
Н.С. Шумова, Жань Вэйэй – Динамика психологического здоровья студентов в процессе дополнительных занятий спортивными танцами .....	47
И.В. Ермайшилы, Г.И. Семёнова, К.К. Пшеницын, М.Д. Гершиш – Стрессоустойчивость как способ продления активного долголетия .....	50

### ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

Р.В. Тамбовцева, Н.И. Анышаков – Влияние бегового теста с отягощением на физиологические параметры бегунов-спринтеров .....	53
---	----

### ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

А.А. Белов, А.Ю. Бондарева, А.О. Ланцев, Е.Н. Нархова – Цифровой образ спортивных мегасобытий в ленте СМИ и социальных сетей .....	56
Т.А. Щучка, Н.А. Гнездилова, Е.Н. Герасимова – Формирование цифровой компетентности в научном исследовании магистранта профиля профессионального образования в области физической культуры и спорта .....	59

### ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

В.Р. Кузнецов, А.А. Русаков, М.Д. Кудрявцев, Р.С. Исаев, С.А. Дорошенко – Игровая конвертация как фактор повышения эффективности профессиональной подготовки педагога по физической культуре .....	62
М.Г. Коляда, С.И. Бельх, Т.И. Багаева, О.С. Олейник, Е.Ю. Шатохин – Самоорганизация спортивных тренеров как важная составляющая их профессиональной компетентности .....	66

### ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

Ч.В. Тарыма, А.Ю. Осипов, М.Д. Кудрявцев, С.А. Дорошенко, К.Г. Петухов – Цифровые технологии и геймификация в организации самостоятельных занятий физической активностью студентов .....	69
В.П. Губа, А.А. Плешаков, А.В. Антипов, М.С. Леонтьева, С.А. Семенова – Бально-рейтинговая система оценки деятельности студентов в процессе занятий мини-футболом .....	72
И. Полищев, А.Е. Матвеев, З.Х. Низаметдинова – Развитие координационных способностей студентов университетов гуманитарного профиля .....	75
М.Х. Хаупшев, А.З. Бажев, А.А. Бажев, Э.Б. Яхутлова – Цифровое проектирование учебного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт: элективный вид волейбол» .....	77

### АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Н.В. Минникаева, Н.В. Колесников, С.В. Шабашева – Оценка показателей двигательной активности студентов специальной медицинской группы .....	79
Н.А. Подберезко, Е.В. Новичихина – Комплексные формы обучения студентов специальной медицинской группы по элективной дисциплине «Физическая культура и спорт» .....	82

### КОНСУЛЬТАЦИИ

С.П. Ковалев, Е.Р. Яшина, П.С. Турзин, К.Е. Лукичев – Особенности современного медицинского обеспечения спортивной деятельности за рубежом .....	85
С.Н. Ильченко, И.Н. Блохин, С.В. Олейников, С. Пасичник – Кочевая игра «тогызмалак» – идентичность национального вида спорта .....	88

### «ТРЕНЕР» – журнал в журнале

А.Г. Левицкий, Г.В. Руденко, М.Г. Ткачук, О.В. Костромин – Индивидуально-типологические особенности дзюдоистов различных весовых категорий .....	92
Ю.В. Демченко, В.А. Головлева, Ю.В. Яцин, В.А. Сальников – Тактико-технические показатели боксеров с разным стилем ведения поединка .....	95
Ю.Л. Орлов, Тянь Чжунюэ, Л.Г. Рыжкова, А.Ю. Орлова – Подготавливающие действия и показатели их оценки в соревновательных поединках каратистов высшей квалификации в олимпийской весовой категории до 67 кг .....	98
Минцзоньке Шан, М.С. Кожедуб, Е.П. Врублевский – Биологические основы оптимизации тренировочных нагрузок спортсменов .....	101
А.А. Плешаков, Э.В. Егорычева, Ю.С. Жемчуг, И.А. Седов, А.В. Родин – Модель комплектования игровых звеньев состава женской студенческой команды в мини-футболе .....	104

### ПЕРСПЕКТИВА

Л.И. Лубышева – Физическая активность студентов после перенесенной травмы с использованием ассистивных технологий .....	107
---	-----

### В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА

Г.И. Семёнова, А.В. Шихов, А.В. Соломанный, К.Е. Старикова – Влияние перенесенной травмы на отношение студентов к дальнейшим занятиям по физической культуре .....	108
И.П. Зайцева – Воспитательная работа преподавателя физической культуры и спорта в современных условиях вуза .....	111
М.А. Эльмурзаев, Р.А. Агаев, А.В. Новикова, С.А. Яковлев, А.Е. Захаров – Психология социальной инерции в сфере физической рекреации и условия ее преодоления .....	114

### ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

И.В. Соколова – Научное сотрудничество: итоги 20-летней работы .....	5
Н.С. Бахарева, Т.Р. Юсупов, А.И. Блинова – Особенности соматотипологической характеристики лиц зрелого возрастного периода, принадлежащих к северокавказской и славянской этническим группам .....	12
И.В. Стародубцева, С.С. Житникова – Физкультурно-спортивные интересы детей 5-7 лет .....	21
О.А. Пешкумов, М.В. Тимофеев – Эффективность беговых лыж с модернизированной скользкой поверхностью в спортивной подготовке лыжников-гонщиков .....	24
Сюй Вэйэй – Динамические характеристики базовой прыжковой подготовленности волейболистов студенческих команд Китая .....	27
А.А. Фоменко – Методика моделирования соревновательной деятельности борцов-тяжеловесов греко-римского стиля в условиях повышения интенсивности поединка .....	34
Д.Б. Оленевский, И.Н. Медведев, А.С. Махов – Воздействие обучения баскетболу на функциональные параметры юношеского сердца .....	37
Н.В. Воробьева, С.Ю. Завалишина, Е.В. Кичигина, Г.Б. Уколова – Влияние регулярных занятий в секции общей физической подготовки на функциональные возможности дыхательной системы студентов-первокурсников .....	40
Е.В. Карданова, А.Н. Коноплева, М.Х. Гилясова – Развитие самостоятельности в процессе занятий физической культурой у учащихся подросткового возраста .....	49
Е.В. Журавлева, А.С. Махов, С.Ю. Завалишина – Психологические особенности юной, посещающих секции волейбола и гимнастики .....	52
А.И. Орлов, В.К. Таланцева, О.В. Шиленко – Коррекция содержания физического воспитания студентов с учетом показателей их статокинетической устойчивости .....	61
Д.Л. Варфоломеев, А.С. Махов, И.Н. Медведев – Темперамент юной, регулярно занимающихся футболом и спортивной ходьбой .....	74
Е.А. Симонова, Т.Г. Котова – Формирование физкультурной компетентности у лыжников-гонщиков 8-10 лет .....	94
Ф.К. Макоева, В.Л. Григориаш, И.А. Меркушев – Анализ физической подготовленности старших дошкольников Санкт-Петербурга .....	110
Р.Н. Володин, О.С. Ванина – Блоковая периодизация годичного цикла подготовки студентов, бегунов на 400-800 м .....	113

НОВЫЕ КНИГИ .....	8, 15, 18, 31, 43, 46, 65, 71, 81, 84, 87, 97, 103, 106, 116
-------------------	--

# 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  
22.03.2024

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

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

Индекс в каталоге  
«Пресса России» 70966

ISSN 0040-3601

Научный портал  
www.teoriya.ru

Мнение редакции может не совпа-  
дать 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

# 3'2024

№(1029)

### THEORY AND METHODOLOGY OF SPORT

A.E. Bolotin, O.E. Ponomasov, A.V. Zyukin, K.Z. Nguyen – Individual monitoring of aerobic and anaerobic performance of hockey players during the annual training cycle.....	3
V.V. Bakaev, O.E. Poniassov, E.A. Vasilyeva – Operational effects of plyometric training in the development of explosive strength of mountain run athletes.....	6
V.S. Vasilyeva, A.S. Dorozhko, T.V. Karaseva – Control of speed-strength load in training of skiers-racers based on the application of tools.....	9
V.P. Sushchenko, V.E. Vasyuk, D.Yu. Bykov – Correction of movement patterns of skaters through feedback on the distribution of plant pressure in speed running.....	13
V.A. Shchegolev, G.V. Sushchenko, I.Yu. Mihuta, V.Ya. Apchel – Development of psychophysical and technical and tactical potential of student martial arts athletes.....	16
P.S. Suetin, A.V. Zakharova, E.S. Naboychenko – Influence of indicators of successful combat for the ball on the performance of matches in the Russian Premier Football League.....	19
I.V. Segal, M.A. Deryabina, O.S. Kiryakova, Yu.S. Nevyantseva – Implementation of an individually differentiated approach in training runners.....	22
G.A. Gilev, Ch.T. Ivankov, H. Zino, M.A. Semenova – Interaction of speed and strength abilities of judoists in increasing speed-strength actions.....	25
K.G. Zelensky, V.F. Kostyuchenko, G.N. Ponomarev, V.D. Zverev – Features of formation of direction finding technical techniques in sports radio direction finding.....	28
I.E. Kononov, D.S. Andreev, L.A. Parfenova, V.V. Andreev – Justification of the need to use rehabilitation means in the process of sports training of qualified basketball players.....	32
O.Yu. Kuzmina, M.E. Kononova, L.N. Safiullin, B.L. Safiullin, M.R.M. Alkso – Valuation of professional athletes: theoretical and methodological approaches.....	35

### CHILDREN AND YOUTH SPORT

I.N. Timoshina, A.Yu. Malofeev, S.N. Klyuchnikova – Special physical preparedness of goalkeepers at the stage of sports specialization in children's and youth bandy hockey.....	38
A.O. Vlasjuk, T.V. Bevza, A.A. Bedareva, V.V. Bakaev – The correlation of physical development and results of the training process of young gymnasts.....	41

### SPORT PSYCHOLOGY

S.N. Loseva, G.I. Sadigov – Psychological features of motivation of athletes in the aspect of theoretical analysis.....	44
N.S. Shumova, Ren Weiwei – Dynamics of psychological health of students during additional dance sports classes.....	47
I.V. Erkomaishvili, G.I. Semenova, K.K. Pshenitsyn, M.D. Gerish – Stress resistance as a way to extend active longevity.....	50

### SPORT PHYSIOLOGY

R.V. Tambovtseva, N.I. Anshakov – Influence of running test with weights on the physiological parameters of sprinters.....	53
--	----

### DIGITAL TRANSFORMATION OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

A.A. Belov, A.Yu. Bondareva, A.O. Lantsev, E.N. Narkhova – Digital image of sports mega-events in the media and social networks.....	56
T.A. Shchuchka, N.A. Gnezdllova, E.N. Gerasimova – Formation of digital competence in the scientific research of a master student in professional education in the field of physical education and sports.....	59

### VOCATIONAL TRAINING

V.R. Kuzekevich, A.A. Rusakov, M.D. Kudryavtsev, R.S. Isaev, S.A. Doroshenko – Game conversion as a factor of increasing the effectiveness of professional training of physical education teachers.....	62
M.G. Kolyada, S.I. Belykh, T.I. Bugaeva, O.S. Oleinik, E.Yu. Shatokhin – Self-organization of sports trainers as an important component of their professional competence.....	66

### UNIVERSITY PHYSICAL EDUCATION

C.V. Taryma, A.Yu. Osipov, M.D. Kudryavtsev, S.A. Doroshenko, K.G. Petukhov – Digital technologies and gamification in the organization of independent physical activity students.....	69
V.P. Guba, A.A. Pleshakov, A.V. Antipov, M.S. Leontyeva, S.A. Semenova – Point-rating system for evaluating students' activities during the process of mini-football classes.....	72
J. Polishkene, A.E. Matveev, Z.Kh. Nizametdinova – Development of coordination abilities of humanities universities students.....	75
M.Kh. Khaupshev, A.Z. Bazhev, A.A. Bazhev, E.B. Yakhutlova – Artificial intelligence in managing the educational process in the discipline "Physical culture and sports: elective volleyball".....	77

### ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORT

N.V. Minnikaeva, N.V. Kolesnikov, S.V. Shabasheva – Assessment of motor activity indicators of students of a special medical group.....	79
N.A. Podberezhko, E.V. Novichikhina – Complex forms of education for students of a special medical group in the elective discipline "Physical culture and sports".....	82

### CONSULTATIONS

S.P. Kovalev, E.R. Yashina, P.S. Turzin, K.E. Lukichev – Features of modern medical support for sports activities abroad.....	85
S.N. Ilchenko, I.N. Blokhin, S.V. Oleynikov, S. Pasichnik – Nomad game "Togyzkumalak" – identity of a national sport.....	88

### «TRAINER» – journal in journal

A.G. Levitsky, G.V. Rudenko, M.G. Tkachuk, O.V. Kostromin – Individual typological features of judokas of various weight categories.....	92
Yu.V. Demchenko, V.A. Golovlev, Y.V. Yatsin, A.A. Salnikov – Tactical and technical indicators of boxers with different fighting styles.....	95
Yu.L. Orlov, Tian Zhiyue, L.G. Ryzhkova, A.Yu. Orlova – Preparatory actions and indicators for their assessment in competitive fights of highly qualified karatekas in the Olympic weight category up to 67 kg.....	98
Minjunke Shan, M.S. Kozhedub, E.P. Vrublevskiy – Biological bases of optimization of training loads of athletes.....	101
A.A. Pleshakov, E.V. Egorycheva, Yu.S. Zhemchug, I.A. Sedov, A.V. Rodin – A model for completing the playing links of the women's student team in mini-football.....	104

### PERSPECTIVE

L.I. Lubyshcheva – Physical activity of students after trauma using assistive technologies.....	107
---	-----

### IN SEARCH OF A NEW BREAKTHROUGH

G.I. Semenova, A.V. Shikhov, A.V. Solomanyan, K.E. Starikova – Influence of injury on the attitude of female students to further physical cultural classes.....	108
I.P. Zaitseva – Educational work of a physical education and sports teacher in modern university conditions.....	111
M.A. Elmurzaev, R.A. Agayev, A.V. Novikova, S.A. Yakovlev – Psychology of social inertia in the sphere of physical recreation and conditions for its overcoming.....	114

### FROM SLUSHPILE

I.V. Sokolova – Scientific cooperation: results of 20 years of work.....	5
N.S. Bakhareva, T.R. Yusupov, A.I. Bilnova – Features of somatotypological characteristics of persons of mature age belonging to the North Caucasian and Slavic ethnic groups.....	12
I.V. Starodubtseva, S.S. Zhitnikova – Physical education and sports interests of children 5-7 years old.....	21
O.A. Peshkumov, M.V. Timofeev – Effectiveness of cross-country skis with a modernized sliding surface in the sports training of skiers-racers.....	24
Xu Weiwei – Dynamic characteristics of basic jumping preparation of China student teams volleyball players.....	27
A.A. Fomenko – Methodology for simulating competitive activities of Greco-Roman heavyweight wrestlers style in conditions of increasing intensity of the fight.....	34
D.B. Olenevsky, I.N. Medvedev, A.S. Makhov – Impact of basketball training on functional parameters of youth heart.....	37
N.V. Vorobyeva, S.Yu. Zavalishina, E.V. Kichigina, G.B. Ukolova – Influence of regular classes in the general physical training section on the functional capabilities of the respiratory system of freshmen students.....	40
E.V. Kardanova, A.N. Konopleva, M.H. Gilyasova – Development of independence in the process of physical education among adolescent students.....	49
E.V. Zhuravleva, A.S. Makhov, S.Yu. Zavalishina – Psychological characteristics of young men attending volleyball and gymnastics sections.....	52
A.I. Orlov, V.K. Talantseva, O.V. Shilenko – Correction of the content of physical education of students considering the indicators of their statokinetic stability.....	61
D.L. Varfolomeev, A.S. Makhov, I.N. Medvedev – Temperament of youth regularly participated in football and walking.....	74
E.A. Simonova, T.G. Kotova – Formation of physical competence in skiers-racers 8-10 years old.....	94
F.K. Makoeva, V.L. Gritskinskaya, I.A. Merkushev – Analysis of the physical fitness of senior preschoolers in St. Petersburg.....	110
R.N. Volodin, O.S. Vanina – Block periodization of the annual training cycle for students, 400-800 m runners.....	113

NEW BOOKS.....	8, 15, 18, 31, 43, 46, 65, 71, 81, 84, 87, 97, 103, 106, 116
----------------	--