

# 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)

Загrevская А.И. (д.п.н.,  
профессор)

Загrevский В.И. (д.п.н.,  
профессор)

Захарьева Н.Н. (д.м.н.,  
профессор)

Лхагвасурэн А. (д.п.н.)

Лхагвасурэн Л. (д.б.н.,  
профессор)

Лубышева Л.И. (д.п.н.,  
профессор)

Манжелей И.В. (д.п.н.,  
профессор)

Манолаки В.Г. (доктор  
педагогической науки, 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)

Сивихин 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

# 10'2024

№(1036)

### ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Л.И. Лубышева, С.И. Росенко – Интернационализация образовательной деятельности спортивных вузов ..... 3

Н.В. Масыгина, М.С. Леонтьева, И.В. Мартыненко, В.И. Лях – Современные тенденции в теории физической культуры и спорта как предиктор спортивного образования ..... 6

А.В. Царева, С.А. Воробьев, Н.А. Брейдер – Развитие кадрового потенциала выпускников вузов на российском рынке труда в сфере физической культуры и спорта ..... 9

Э.Л. Воищева, М.А. Захарова, И.А. Карпачева – Педагогические условия развития личностной зрелости будущих педагогов физической культуры ..... 12

Л.В. Морозова, Т.И. Мельникова, О.П. Виноградова, Е.Д. Бутакова – Структурированный подход в профессиональном развитии педагога-новатора сферы физической культуры и спорта ..... 15

Е.Г. Сайганова, Е.А. Спиридонов, А.О. Миронов, Е.Д. Бутакова – Непрерывное профессиональное образование преподавателя физической культуры высшей школы на основе принципа полиструктурности ..... 18

М.З. Газиева, А.А. Баряев, И.Ю. Килаев – Представления студентов о формате и направлениях инклюзивного образования в области физической культуры, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья ..... 21

### МЕТОДОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ НАУКИ

А.А. Передельский, А.И. Панюков, Ю.Г. Панюкова, В.В. Кортунюк – Научно-философские основания развития спортивной науки в контексте формирования мировоззрения и идеологии в сфере физической культуры и спорта ..... 24

### ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА

Г.Г. Захаров, А.Н. Белёва, Н.Б. Котелевская, Н.Б. Новикова – Эволюция модельных показателей техники прыжка на лыжах с трамплина в различных видах спорта ..... 27

И.Ю. Шишкова, А.Н. Фуряев – Взаимосвязь нагрузок различной энергетической направленности в годичном цикле подготовки хоккеистов высокой квалификации ..... 30

В.В. Бакаев, О.Е. Понимасов, Н.В. Колесников, О.П. Виноградова – Плиометрические механизмы рекуперации упругой энергии в прыжковых упражнениях легкоатлетов ..... 33

### АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

А.Л. Лебедева, Л.В. Винокуров, Н.А. Гросс, Т.Л. Шарова – Прогностические предикторы коррекционной и компенсаторной реализации техники стартов пловцов-паралимпийцев с поражением опорно-двигательного аппарата ..... 36

Л.В. Винокуров, А.Л. Лебедева, А.А. Баряев – Двигательные предикторы прогноза и реализации техники скоростных поворотов у элитных пловцов-паралимпийцев ..... 40

С.А. Воробьев – Совершенствование спортивной классификации в спорте лиц с интеллектуальными нарушениями ..... 43

Т.А. Зенкова, С.А. Шенгеля, И.В. Грошевичин, С.Ю. Чабовский – Характеристика спортивного травматизма в командных и индивидуальных видах спорта ..... 45

Л.В. Капилевич, Я. Ван, Т. Ли, Е.С. Негоденко – Влияние холодовой иммерсии на повреждения мышц и работоспособность при интенсивной двигательной активности ..... 48

В.Ф. Лутков, Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин, Л.Л. Миллер – Современный подход к профилактике патологии стопы у юных спортсменов ..... 50

### ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ В СПОРТЕ

Н.Б. Новикова, А.Н. Новиков, И.Г. Иванова, А.Н. Белёва – Применение методов компьютерного зрения в повышении эффективности управления тренировочным процессом лыжников-гонщиков ..... 53

Ю.А. Карвунис, Ю.Г. Калининкова, Н.А. Карвунис, Л.В. Капилевич – Использование искусственного интеллекта при планировании занятий по физической культуре для студентов специальной медицинской группы ..... 56

### ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

Д.А. Панков – Метод малой коррекции на основе показателей вариабельности сердечного ритма в управлении тренировкой высококвалифицированных пловцов ..... 59

Т.М. Брук, Ф.Б. Литвин, П.А. Терехов, Е.В. Сафоненкова – Особенности вегетативной реактивности у шорт-трековиков при анаэробных тестах по показателям вариабельности сердечного ритма ..... 62

Н.Д. Нененко, М.В. Стогов, М.П. Толокова, М.Ф. Камалова – Применение полиненасыщенных жирных кислот и аминокислот с разветвленными боковыми радикалами у лиц, занимающихся физической культурой ..... 64

И.Е. Анпилов, П.В. Павлов – Динамика вариабельности сердечного ритма у юных лыжников под воздействием тренировочной нагрузки ..... 67

### ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

С. Цой, А.Е. Воронова, М. Намазифард, А.Н. Захарова – Влияние занятий спортом на негативные эмоции молодых людей ..... 70

Е.С. Иноземцева, Н.Л. Гусева, З.С. Землякова, Л.А. Черепанова – Сравнительная оценка уровня специальной физической подготовленности студентов с различным типом темперамента, занимающихся оздоровительной аэробикой ..... 72

О.С. Мавропуло, Л.М. Демьянова, А.А. Ташиян, Д.А. Жихарев – Профилактика стрессовых состояний студентов средствами физической культуры и спорта ..... 75

О.А. Овсяник, О.Г. Прохорова, И.В. Кислова, С.Л. Савченко – Коррекция эмоционального выгорания женщин-преподавателей высшей школы старше 50 лет средствами физической активности ..... 77

### ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

А.С. Егоров – Педагогические средства профилактики нарушений осанки студентов ..... 80

В.Г. Шилько, Н.Л. Гусева – Влияние условий жизнедеятельности на показатели физической подготовленности студентов-первокурсников ..... 82

Е.А. Спиридонов, А.В. Зокин, А.О. Миронов, Ю.О. Солнышкина – Реализация здорового образа жизни в профессиональной подготовке управленческих кадров ..... 84

### ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ

В.С. Сосунковский – Объем двигательной активности дошкольников во время пребывания в детском саду в летний период времени ..... 86

В.Ю. Карпов, А.В. Доронцев, Л.Н. Порубайко, А.В. Козлов – Кумулятивный эффект тренировочных занятий пауэрлифтингом у выпускников бакалавриата ..... 89

Н.А. Кошкина, Г.А. Попова, Е.Г. Шушканова – Двигательная активность как одна из составляющих здорового образа жизни студентов педагогического вуза ..... 92

### «ТРЕНЕР» – журнал в журнале

Н.А. Федяев, Э.В. Макарова, А.Н. Мелентьев, Н.Г. Цаголова – Особенности симметричных и ассиметричных взаиморасположений борцов ..... 96

А.Б. Рафалович, А.Л. Дроздов, Т.Д. Аткишкина, А.М. Подточили – Динамика биомеханических показателей техники бега на 800 метров в условиях соревнования спортсменов высокой квалификации ..... 99

А.М. Шелгачева, Л.М. Беженцева, Д.С. Ким – Методические особенности хореографической подготовки юных акробатов на этапе начальной подготовки ..... 102

ПЕРСПЕКТИВА  
Л.И. Лубышева – Современный спорт в системе координат концепта «равенства-неравенства» ..... 101

В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА  
М.С. Лим, В.Г. Шилько, Д.С. Ким – Здоровый образ и физкультурно-спортивный стиль жизни в повседневной деятельности студентов ..... 106

П.А. Малеев, Е.Д. Кондрашова, Т.А. Мартиросова, А.С. Горбачев – Пулевая стрельба как инструмент реализации технологии спортизации в техническом вузе ..... 109

А.А. Игнатов – Повышение силовой выносливости студентов военных учебных центров методом круговой тренировки ..... 111

А.Г. Грецов – Профориентационная работа с молодыми спортсменами ..... 114

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ  
А.Н. Тамбовский, Т.А. Сидоренко – Педагогическая концепция восстановительного эффекта ..... 11

Н.В. Миникаева – Конверсия элементов спортивной тренировки в образовательное пространство физического воспитания студентов смг ..... 20

А.М. Дуров, Е.Н. Августа – Учет типов работоспособности студентов при организации учебного процесса ..... 39

А.С. Ефимов, Л.В. Булыкина – Качественный анализ атакующих игровых действий квалифицированных волейболистов в соревновательной деятельности ..... 55

М.В. Зайнетдинов – Приоритетные направления организации тренировочного процесса по спортивным единоборствам в центрах спортивной подготовки образовательных организаций ..... 58

С.В. Михайлова, Т.В. Хрычева – Индекс компонентного состава тела – показатель качества спортивной жизни современного человека ..... 74

И.Н. Медведев, А.С. Махов, В.П. Чичерин – Динамика физических возможностей слабовидящих подростков, начавших занятия адаптивным футболом ..... 88

О.М. Хохлова, А.В. Катунцева, А.К. Рожкова – Многополярный мир и олимпийское движение: риски, реалии и перспективы ..... 91

А.С. Махов, И.Н. Медведев, Н.В. Логаев – Потенциал развития в России баскетбола на колясках ..... 98

Т.И. Мясникова – Вариативность и взаимосвязь между спортивными результатами соревнований среди женщин в спортивных дисциплинах фидбильдинга ..... 104

Ю.Е. Вагин, И.М. Мазкин, А.В. Ковалева – Влияние предстартового ритма дыхания на время бега на среднюю дистанцию ..... 108

НОВЫЕ КНИГИ ..... 5, 14, 17, 23, 35, 66, 69, 79, 85, 94, 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  
27.09.2024

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

# 10'2024

№(1036)

### VOCATIONAL TRAINING

L.I. Lubysheva, S.I. Rosenko – Internationalization of educational activities of sports universities .....	3
N.V. Masyagina, M.S. Leontyeva, I.V. Martynenko, V.I. Lyakh – Modern trends in the theory of physical culture and sports as a predictor of sports education .....	6
A.V. Tsareva, S.A. Vorobev, N.A. Breyder – Development of human resources potential of university graduates in the Russian labor market in the field of physical education and sports .....	9
E.L. Voishcheva, M.A. Zakharova, I.A. Karpacheva – Pedagogical conditions for the development of personal maturity of future physical education teachers .....	12
L.V. Morozova, T.I. Melnikova, O.P. Vinogradova, E.D. Butakova – A structured approach to the professional development of an innovative teacher in the sphere of physical education and sports .....	15
E.G. Sayganova, E.A. Spiridonov, A.O. Mironov, E.D. Butakova – Continuous professional education of a physical education teacher of higher education based on the principle of polystructure .....	18
M.Z. Gazieva, A.A. Baryayev, I.Yu. Kilaev – Students' opinions on the format and directions of inclusive education in the field of physical education for students with disabilities .....	21

### SPORT SCIENCE METHODOLOGY

A.A. Peredelskiy, A.I. Panyukov, Yu.G. Panyukova, V.V. Kortunov – Scientific and philosophical foundations for the development of sports science in the context of the formation of worldview and ideology in the field of physical culture and sports .....	24
--	----

### THEORY AND METHODOLOGY OF SPORT

G.G. Zakharov, A.N. Belyova, N.B. Kotelevskaya, N.B. Novikova – Evolution of model indicators of ski jumping technique in different sports .....	27
I.Yu. Shishkov, A.N. Furaev – Interrelationship of loads of various energy direction in the annual cycle of training highly qualified hockey players .....	30
V.V. Bakaev, O.E. Ponimasov, N.V. Kolesnikov, O.P. Vinogradova – Plyometric mechanisms for the recovery of elastic energy in jumping exercises of track and field .....	33

### ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE

A.L. Lebedeva, L.V. Vinokurov, N.A. Gross, T.L. Sharova – Prognostic predictors of corrective and compensatory implementation of start technique in Paralympic swimmers with musculoskeletal disorders .....	36
L.V. Vinokurov, A.L. Lebedeva, A.A. Baryayev – Motor predictors of prediction and execution of high-speed turning technique in elite Paralympic swimmers .....	40
S.A. Vorobev – Improving sports classification in sports for people with intellectual disabilities .....	43
T.A. Zenkova, S.A. Shengelaya, I.V. Groshevikhin, S.Yu. Chabovskiy – Characteristics of sports injuries in team and individual sports .....	45
L.V. Kapilevich, Ya. Wang, T. Li, E.S. Negodenko – Effect of cold immersion on muscle damage and performance during intense physical activity .....	48
V.F. Lutkov, G.I. Smirnov, D.I. Shadrin, L.L. Miller – A modern approach to the prevention of foot pathology in young athletes .....	50

### DIGITAL TRANSFORMATION IN SPORT

N.B. Novikova, A.N. Novikov, I.G. Ivanova, A.N. Belyova – Application of computer vision methods in improving the efficiency of training process management for cross-country skiers .....	53
Yu.A. Karvunis, Yu.G. Kalinnikova, N.A. Karvunis, L.V. Kapilevich – Using artificial intelligence in planning physical education classes for special medical students .....	56

### SPORT PHYSIOLOGY

D.A. Pankov – Method of small correction based on heart rate variability indicators in training management of highly qualified swimmers .....	59
T.M. Bruk, F.B. Litvin, P.A. Terekhov, E.V. Safonenkova – Features of autonomic reactivity in short track runners during anaerobic tests based on heart rate variability .....	62
N.D. Nenenko, M.V. Stogov, M.P. Tolokova, M.F. Kamalova – The use of polyunsaturated fatty acids and amino acids with branched side radicals in individuals involved in physical education .....	64
I.E. Anpilogov, P.V. Pavlov – Dynamics of heart rate variability in young skiers under the influence of training load .....	67

### SPORT PSYCHOLOGY

S. Tsyuy, A.E. Voronova, M. Namazifard, A.N. Zakharova – The impact of sports activities on negative emotions in young people .....	70
E.S. Inozemtseva, N.L. Guseva, Z.S. Zemlyakova, L.A. Cherepanova – Comparative assessment of the level of special physical fitness of female students with different types of temperament engaged in healthy aerobics .....	72
O.S. Mavropulo, L.M. Demyanova, A.A. Tashchiyan, D.A. Zhikharev – Prevention of stressful conditions of students by means of physical education and sports .....	75
O.A. Ovsyanik, O.G. Prokhorova, I.V. Kislova, S.L. Savchenko – Correction of emotional burnout of female teachers of higher education over 50 years old by means of physical activity .....	77

### UNIVERSITY PHYSICAL EDUCATION

A.S. Egorov – Pedagogical means of prevention of postural disorders in students .....	80
V.G. Shilko, N.L. Guseva – The influence of living conditions on the physical fitness indicators of first-year students .....	82
E.A. Spiridonov, A.V. Zyukin, A.O. Mironov, Yu. O. Solnyshkina – Implementation of a healthy lifestyle in professional training of management staff .....	84

### PEOPLE'S PHYSICAL ACTIVITY

V.S. Sosunovskiy – Volume of motor activity of preschool children during their stay in kindergarten in the summer .....	86
V.Yu. Karpov, A.V. Dorontsev, L.N. Porubayko, A.V. Kozlov – Cumulative effect of powerlifting training in undergraduate graduates .....	89
N.A. Koshkina, G.A. Popova, E.G. Shushkanova – Physical activity as one of the components of a healthy lifestyle for students of a pedagogical university .....	92

### «TRAINER» – journal in print

N.A. Fedyayev, E.V. Makarova, A.N. Melentyev, N.G. Tsagolova – Features of symmetrical and asymmetrical positions of wrestlers .....	96
A.B. Rafalovich, A.L. Drozdov, T.D. Atkishkina, A.M. Podtochilin – Dynamics of biomechanical indicators of 800-meter running technique in conditions of competition of highly qualified athletes .....	99
A.M. Shelgacheva, L.M. Bezhenstseva, D.S. Kim – Methodical features of choreographic training of young acrobats at the stage of initial training .....	102

### PERSPECTIVE

L.I. Lubysheva – Modern sport in the coordinate system of the concept of «equality-inequality» .....	101
--	-----

### IN SEARCH OF A NEW BREAKTHROUGH

M.S. Lim, V.G. Shilko, D.S. Kim – Healthy lifestyle and physical education and sports lifestyle in the daily activities of students .....	106
P.A. Maleev, E.D. Kondrashova, T.A. Martirosova, A.S. Gorbachev – Bullet shooting as a tool for implementing sportization technology in a technical university .....	109
A.A. Ignatov – Improving the strength endurance of students of military training centers by means of circuit training .....	111
A.G. Gretsov – Career guidance work with young athletes .....	114

### FROM EDITOR'S PAPERCASE

A.N. Tambovskiy, T.A. Sidorenko – Pedagogical concept of the recovery effect .....	11
N.V. Minnikayeva – Conversion of sports training elements into the educational space of physical education of SMG students .....	20
A.M. Durov, E.N. Avgusta – Considering the types of students' performance when organizing the educational process .....	39
A.S. Efimov, L.V. Bulykina – Qualitative analysis of attacking game actions of qualified volleyball players in competitive activities .....	55
M.V. Zaynetdinov – Priority directions of organizing the training process in martial arts in sports training centers of educational organizations .....	58
S.V. Mihajlova, T.V. Khrycheva – Body composition index – an indicator of the quality of sports life of a modern person .....	74
I.N. Medvedev, A.S. Makhov, V.P. Chicherin – Dynamics of physical capabilities of visually impaired teenagers who started playing adaptive football .....	88
O.M. Khokhlova, A.V. Katuntseva, A.K. Rozhkova – Multipolar world and the Olympic movement: risks, realities and prospects .....	91
A.S. Makhov, I.N. Medvedev, N.V. Logachev – Development potential of wheelchair basketball in Russia .....	98
T.I. Miasnikova – Variability and interrelation between sports results of competitions among women in freediving sports disciplines .....	104
Yu.E. Vagin, I.M. Mazikin, A.V. Kovaleva – Influence of pre-start breathing rhythm on middle distance running time .....	108

### NEW BOOKS

5, 14, 17, 23, 35, 66, 69, 79, 85, 94, 116	
--	--