

# 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:  
Владимир ГУБА  
Александра ЗАГРЕВСКАЯ  
Олег МАТЫШИН  
Вячеслав МАНОЛАКИ  
(Молдова)  
Сергей НЕВЕРКОВИЧ  
Владимир ПЛАТОНОВ  
(Украина)  
Павел РОЖКОВ  
Waldemar Moska (Poland)  
Teresa Socha (Poland)  
Zhong Bingshu (China)

Ответственный секретарь  
Ольга ОЗЕРОВА

Переводчик  
Ирина НОВОСАД

Компьютерная вёрстка  
Ольга ТЕРЁШИНА

На обложке:  
Федор Емельяненко -  
аспирант НИУ БелГУ,  
4-х кратный чемпион мира  
по смешанным боевым  
искусствам - MMA  
в тяжелом весе по версии  
Pride FC



Теория и практика  
физической культуры и спорта

## Содержание

# 4'2022

№(1006)

### ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА

Ю.Ф. Курамшин, О.А. Двейрина, В.С. Терехин – Оценка спортивной одаренности детей на основе индивидуально-типологического подхода .....	3
А.В. Гурский, В.Н. Чернова, О.М. Бубенкова – Имитация лыжных ходов лыжников-гонщиков высокой квалификации на основе анализа тензометрических параметров отталкивания .....	6
Г.И. Попов, Б.А. Свиридов – Воздействие магнитной стимуляции мышц на биомеханическую структуру бросков в самбо .....	9
А.В. Швецов, Е.В. Чубанов, Н.А. Беляева, Я.В. Сиравковская – Рейтинги национальных команд в лыжной гонке на 50 км у мужчин на основе анализа общекомандных и личных достижений на Олимпийских зимних играх и чемпионатах мира .....	12
И.Г. Максименко, Г.Н. Максименко, В.А. Малахов, Д.Н. Баева – Обоснование тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки юных футболистов .....	15
Ф.В. Емельяненко, В.Л. Кондаков, Л.Н. Волошина, Е.Н. Копейкина – Теоретическое обоснование модели воспитания духовно-нравственных качеств личности в системе подготовки MMA .....	17

### ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

В.Д. Гетьман – Моделирование нагрузок в процессе восстановления работоспособности студентов .....	19
А.В. Караван, Р.М. Кадыров, О.А. Сафонова – Дифференцирование физической подготовленности студентов на основе комплексного тестирования .....	22
О.А. Сафонова, А.В. Караван – Факторы, определяющие достижение оптимального уровня двигательной активности студентов строительного вуза .....	24
В.И. Григорьев, Е.Г. Вахнина, Н.Н. Сазонова, Е.С. Новикова – Фрактальная структура ESG-компетенций по использованию средств физической культуры и спорта в борьбе с пандемийным напряжением .....	26
В.Н. Ирхин, Д.Н. Сазонов, С.И. Сылка, И.Ю. Воронин – Особенности профилактики девиантного поведения студентов средствами физкультурно-рекреативной деятельности .....	29

### ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

И.С. Москаленко, К.Н. Дементьев – Подвижные и спортивные игры как средство формирования профессиональной компетентности студентов автомобильно-дорожных специальностей .....	31
О.Б. Миронова, А.В. Шаронова, Л.В. Ярчиковская, О.Н. Устинова – Модель физической подготовки будущих специалистов таможенной службы .....	34
А.В. Семенов, К.П. Бакешин, И.С. Москаленко, А.Н. Дудус – Современные фитнес-программы и дыхательные практики в поддержании умственной работоспособности будущих специалистов таможенной службы .....	37
Е.Г. Тыщенко, С.А. Титаренко, М.Т. Лобжа – Формирование социальной устойчивости курсантов средствами ускоренного передвижения и легкой атлетики .....	40

### СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ

Н.Ю. Маркушина, Н.Л. Парфенёнок, Э.Ф. Аскерова, Д.З. Бахшиев – Влияние проведения крупных спортивных соревнований на бренд государства (на примере олимпийских игр в Сочи и чемпионата мира по футболу в России) .....	43
Е.В. Стрижакова, Л.А. Кадуцкая, М.В. Шимохина, Д.Г. Аракелян – Взаимодействие некоммерческих организаций и государственных структур региона в сфере адаптивной физической культуры .....	46
И.А. Бикмаев, М.С. Расин – Перспективы развития аквапарков в системе физкультурно-оздоровительных и рекреационных мероприятий .....	49

### ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

Е.В. Махова – Физиологическая реакция тромбоцитов на регулярные занятия фитнесом у мужчин первого зрелого возраста .....	52
А.Л. Корепанов, Ю.В. Бобрин, А.А. Титаренко, В.А. Пономарев – Динамика показателей вариабельности сердечного ритма в процессе тренинга внимания у спортсменов-стрелков высокой квалификации .....	54
Р.В. Тамбовцева, Ю.Л. Войтенко, А.И. Лаптев, Е.В. Плетнева – Влияние однократного и многократного гипоксического воздействия на физиологические параметры во время выполнения анаэробной работы и в период восстановления у спортсменов-пловцов .....	57
М.Г. Ткачук, Д.Ю. Матогин, В.А. Дорофеев, А.В. Зайцев – Половой диморфизм морфологических показателей у представителей различных видов единоборств .....	60

### ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, И.В. Бобров, М.Н. Ларионова – Оперативный контроль состояния агрессивности квалифицированных гандболистов в ходе матча .....	63
В.А. Куванов, А.М. Симаков, Я.А. Куванов, Е.Н. Коростелев – Проявление агрессивности в поведении борцов и способы ее регуляции .....	66
Н.В. Быстрова, И.И. Дереча, О.А. Селиванова – Профилактический потенциал развития резильентности несовершеннолетних средствами физической культуры и спорта .....	69
Г.Н. Нижник, Т.П. Будякова – Коррекция негативных установок у спортсменов-пловцов .....	72

### ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ

И.И. Капальгина, Л.Н. Волошина, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина – Готовность подростков к самосохранению здоровья в информационном образовательном пространстве .....	74
Е.А. Петрова, В.В. Козырева – Особенности пищевого поведения у студентов-спортсменов с различным уровнем развития воли .....	77
Н.Г. Михайлов, Е.А. Лубышев, М.Ф. Агашин, А.И. Кавокин – Волновые тренажеры как средство профилактики covid-19 .....	79
В.Д. Сонькин, С.П. Левушкин, О.И. Парфентьева, Е.В. Соловьева – Метод индексов в анализе физической подготовленности .....	82

### АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

А.А. Егизарян, И.В. Богданова, А.В. Именхоев, А.Е. Матвеев – Особенности физической подготовки студентов специальной медицинской группы в условиях потоковой формы обучения .....	84
В.В. Андреев, Л.А. Парфенова, И.Е. Коновалов, Ю.В. Болтиков – Коррекция двигательных и речевых нарушений у детей-логопатов в условиях инклюзивного образования .....	87

### ЗА РУБЕЖОМ

Го Эрн, Л.Г. Рыжкова – Оценка значимости педагогических способностей тренеров по настольному теннису в контексте достижения высоких результатов спортсменами КНР .....	89
Ф.И. Собянин, И.Ф. Исаев, Ш.А. Макашев, В.В. Кривченко – Этапы возникновения и развития вольной борьбы в Западно-Казахстанской области республики Казахстан .....	92

### «ДЕТСКИЙ ТРЕНЕР» – журнал в журнале

К.В. Шестаков – Особенности построения годичной тренировки кикбоксеров .....	95
О.Г. Эпов, Г.В. Руденко, Д.А. Симаков – Управление тренировочным процессом высококвалифицированных спортсменов ударных видов единоборств в соревновательном микроцикле подготовки .....	98
Д.В. Фонарев, Н.П. Герасимов, И.Ш. Мутаева, Ч.А. Гизатулина – Развитие быстроты легкоатлетов с использованием звукового ритма .....	101
Г.В. Барчукова, Р.Г. Арутюнов – Особенности рекуперации энергии в передвижениях сильнейших азиатских и российских игроков в настольный теннис .....	104

### ПЕРСПЕКТИВА

Л.И. Лубышева – Онлайн-образование: состояние и перспективы .....	107
---	-----

### В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА

П.Г. Бордовский, Л.В. Михно, В.И. Криличевский, И.В. Косьмин – Особенности оценки результатов промежуточной аттестации с применением дистанционных технологий .....	108
Д.С. Савельев, Е.С. Жерлыгина, М.М. Громов, А.И. Коваленко – Обоснование эффективности онлайн-курса для спортивных судей на примере каратэ киокусинкай .....	110
М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов – SmartPower технология формирования ударных действий единоборцев .....	112

### ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

А.С. Махов, С.Ю. Завалишина – Функциональные возможности сердца юношей, начавших регулярные занятия футболом .....	8
С.М. Воронин, С.А. Зеверев – Блокный вариант подготовки студентов-самбистов .....	39
Е.И. Троян, Р.М. Минялин – Трехуровневая система физической подготовки будущих сотрудников силовых ведомств .....	42
И.Н. Медведев, А.С. Махов – Функциональные особенности сердца у юных баскетболистов .....	45
Б.Х. Ланда – Новый подход к физическому воспитанию: измерения, расчеты и оценки показателей здоровья .....	48
Л.Н. Швецова, Н.А. Ушакова – Образовательные технологии в вузах со спортивной подготовкой: вызовы времени .....	51
В.П. Губа, А.В. Родин, М.В. Зайнетдинов – Программно-нормативное и методическое обеспечение дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» при подготовке бакалавров по направлению «Спорт» .....	68
С.А. Григан, Ж.В. Пасечник, Г.Н. Бельх – Планирование тренировочного процесса пловцов с использованием высокоскоростной тренировки .....	71
Е.П. Прописнова, Д.И. Дегтярева, М.А. Терехова – Применение средств фитнеса в тренировочном процессе высококвалифицированных спортсменок эстетической гимнастики .....	81
А.З. Минигалева – Проблемы и перспективы процесса формирования потребностей в здоровом образе жизни у студентов специальных медицинских групп подготовки (обучения) по физической культуре в вузе .....	94
А.А. Хорунжий – Содержание структурно-функциональной модели подготовки дзюдоистов 11-13 лет на основе комплекса стимулирующих упражнений .....	103

НОВЫЕ КНИГИ .....	62, 76, 86, 91, 100, 106, 114
-------------------	-------------------------------

# 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  
10.04.2022

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  
«Роспечать» 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

# 4'2022

№(1006)

### THEORY AND METHODOLOGY OF SPORT

Yu.F. Kuramshin, O.A. Dveirina, V.S. Terekhin – Assessment of sports talent children basis of individual typological approach .....	3
A.V. Gursky, V.N. Chernova, O.M. Bubnenkova – Simulation of ski moves of highly qualified ski racers based on the analysis of tensometric parameters of repulsion .....	6
G.I. Popov, B.A. Sviridov – Effect of magnetic muscle stimulation on the biomechanical structure of SAMBO throws .....	9
A.V. Shvetsov, E.V. Chubanova, N.A. Belyaeva, Ya.V. Sirakovskaya – Ranking of national teams in the men's 50 km cross-country skiing based on the analysis of team and individual achievements at the Olympic Winter Games and the World Championships .....	12
I.G. Maksimenko, G.N. Maksimenko, V.A. Malakhov, D.N. Baeva – Substantiation of training loads in the annual training cycle of young football players .....	15
V.F. Emelyanenko, V.L. Kondakov, L.N. Voloshina, E.N. Kopeikina – Theoretical substantiation of the model education of spiritual and moral qualities of a person in the MMA training system .....	17

### PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

V.D. Hetman – Simulation of loads in the process of restoring students' working capacity .....	19
A.V. Caravan, R.M. Kadyrov, O.A. Safonova – Differentiation of physical readiness of students on the basis of complex testing .....	22
O.A. Safonova, A.V. Caravan – Factors determining the achievement of the optimal level of physical activity of students of a construction university .....	24
V.I. Grigoriev, E.G. Vakhnina, N.N. Sazonova, E.S. Novikova – Fractal structure of ESG competencies for the use of physical culture and sports in the fight against pandemic stress .....	26
V.N. Irkhin, D.N. Sazonov, S.I. Syika, I.Yu. Voronin – Features of the prevention of deviant behavior of students by means of sports and recreational activities .....	29

### VOCATIONAL AND APPLIED PHYSICAL TRAINING

I.S. Moskalenko, K.N. Dementiev – Mobile and sports games as a means of forming the professional competence of students of automobile and road specialties .....	31
O.V. Mironova, A.V. Sharonova, L.V. Yarchikovskaya, O.N. Ustinova – Model of physical training of future specialists of the customs service .....	34
A.V. Semenov, K.P. Bakshin, I.S. Moskalenko, A.N. Dudus – Modern fitness programs and breathing practices in maintaining the mental performance of future customs service specialists .....	37
E.G. Tyshchenko, S.A. Titarenko, M.T. Lobzha – Formation of social stability of cadets by means of accelerated movement and athletics .....	40

### SPORTS MANAGEMENT

N. Yu. Markushina, N.L. Parfenenok, E.F. Askerova, D.Z. Bakhshiev – The impact of major sports competitions on the brand of the state (on the example of the Olympic Games in Sochi and the World Cup in Russia) .....	43
E.V. Strizhakova, L.A. Kadutskaia, M.V. Shimokhina, D.G. Arakelyan – Interaction of non-profit organizations and state structures of the region in the field of adaptive physical culture .....	46
I.A. Bikmaev, M.S. Racine – Prospects for the development of water parks in the system of sports and recreational activities .....	49

### PHYSIOLOGY OF SPORTS

E.V. Makhova – Physiological response of platelets to regular fitness in men of the first mature age .....	52
A.L. Korepanov, Yu.V. Bobrik, A.A. Titarenko, V.A. Ponomarev – Dynamics of heart rate variability indicators in the process of attention training in athletes-highly qualified shooters .....	54
R.V. Tambovtseva, Yu.L. Voitenko, A.I. Laptev, E.V. Pletneva – The influence of single and repeated hypoxic effects on physiological parameters during anaerobic work and during the recovery period in athletes swimmers .....	57
M.G. Tkachuk, D.Yu. Matyugin, V.A. Dorofeev, A.V. Zaitsev – Sexual dimorphism of morphological indicators in representatives of various types of single combats .....	60

### SPORT PSYCHOLOGY

Yu.M. Makarov, N.V. Lutkova, I.V. Bobrov, M.N. Larionova – Operational control of the state of aggressiveness of qualified handball players during the match .....	63
V.A. Kuvanov, A.M. Simakov, Ya.A. Kuvanov, E.N. Korostelev – The manifestation of aggressiveness in the behavior of wrestlers and ways of its regulation .....	66
N.V. Bystrova, I.I. Derecha, O.A. Selivanova – Preventive potential for the development of resilience of minors by means of physical culture and sports .....	69
G.N. Nizhnik, T.P. Budyakova – Correction of negative attitudes of athletes swimmers .....	72

### PEOPLES' PHYSICAL ACTIVITY

I.I. Kapalygina, L.N. Voloshina, V.L. Kondakov, E.N. Kopeikina – Readiness of adolescents for self-preservation of health in the information educational space .....	74
V.A. Petrova, V.V. Kozyreva – Features of eating behavior of students-athletes with different levels of will development .....	77
N.G. Mikhailov, E.A. Lubyshchev, M.F. Agashin, A.I. Kavokin – Wave simulators as a means of preventing covid-19 .....	79
V.D. Sonkin, S.P. Levushkin, O.I. Parfentiev, E.V. Solovyova – Method of indices in the analysis of physical fitness .....	82

### ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORT

A.A. Egiazaryan, I.V. Bogdanova, A.V. Imenkhoev, A.E. Matveev – Features of physical training of students of a special medical group in the conditions of a streaming form of education .....	84
V.V. Andreev, L.A. Parfenova, I.E. Kononov, Yu.V. Boltikov – Correction of movement and speech disorders in speech pathologists in inclusive education .....	87

### ABROAD

Guo Ernie, L.G. Ryzhikova – Assessing the importance of pedagogical abilities of table tennis coaches in the context of achieving high results of PRC sportsmen .....	89
F.I. Sobyanin, I.F. Isaev, Sh.A. Makashev, V.V. Krivchenkov – Stages of emergence and development of freestyle wrestling in the West Kazakhstan region of the Republic of Kazakhstan .....	92

### «CHILDREN'S TRAINER» – journal in journal

K.V. Shestakov – Features of building a yearly training session for kickboxers .....	95
O.G. Epov, G.V. Rudenko, D.A. Simakov – Management of the training process of highly qualified athletes of shock types of single combats in a competitive microcycle of training .....	98
D.V. Fonarev, N.P. Gerasimov, I. Sh. Mutaeva, Ch.A. Gizatullina – Speed development of athletes using sound rhythm .....	101
G.V. Barchukova, R.G. Arutyunov – Features of energy recovery in the movements of the strongest Asian and Russian table tennis players .....	104

### PERSPECTIVE

L.I. Lubyshcheva – Online-education: state and prospects .....	107
--	-----

### IN SEARCH OF A NEW BREAKTHROUGH

P.G. Bordovsky, L.V. Mikhno, V.I. Krilichevsky, I.V. Kosmin – Features of assessing the results of interim certification using remote technologies .....	108
D.S. Savelliev, E.S. Zherlygina, M.M. Gromov, A.I. Kovalenko – Justification of the effectiveness of the online course for sports judges on the example of Kyokushin karate .....	110
M.Yu. Stepanov, M.Yu. Salamatov – SmartPower technology for the formation of martial arts shock actions .....	112

### FROM SLUSHPILE

A.S. Makhov, S.Yu. Zavalishina – Functional capabilities of the heart of young men who started regular football activities .....	8
C.M. Voronin, S.A. Zverev – Block variant of training sambo students .....	39
E.I. Troyan, R.M. Minulin – Three-level system of physical training for future employees power departments .....	42
I.N. Medvedev, A.S. Makhov – Functional features of the heart in young basketball players .....	45
B.H. Landa – A new approach to physical education: measurements, calculations and assessments of health indicators .....	48
L.N. Shvetsova, N.A. Ushakova – Educational technologies in universities with sports training: challenges of the time .....	51
V.P. Guba, A.V. Rodin, M.V. Zainetdinov – Program-normative and methodological support of the discipline "Theory and methods of teaching basic kinds of sports" in the preparation of bachelors in the direction "Sport" .....	68
S.A. Grigan, J.V. Pasechnik, G.N. Belykh – Planning the training process of swimmers using high-speed training .....	71
E.P. Propisnova, D.I. Degtyareva, M.A. Terekhova – The use of fitness means in the training process of highly qualified athletes of aesthetic gymnastics .....	81
A.Z. Minigaleeva – Problems and prospects of the process of forming the needs for a healthy lifestyle among students of special medical groups of training (education) in physical culture at the university .....	94
A.A. Khorunzhiy – The content of the structural and functional model of training judoists aged 11-13 years based on a set of stimulating exercises .....	103

NEW BOOKS ..... 62, 76, 86, 91, 100, 106, 114