

**Редакционная коллегия журнала:**

<b>Главный редактор:</b>	Шустин Б.Н.	– доктор педагогических наук, профессор, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)
<b>Заместитель главного редактора:</b>	Фомиченко Т.Г.	– доктор педагогических наук, доцент, заместитель генерального директора, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)
<b>Ответственный редактор:</b>	Арансон М.В.	– кандидат биологических наук, ведущий научный сотрудник, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)
<b>Технический редактор:</b>	Гетьманова Т.А.	– редактор ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)

**Члены редакционной коллегии:**

Абрамова Т.Ф.	– доктор биологических наук, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)
Воронов А.В.	– доктор биологических наук, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)
Гомес А.К.	– кандидат педагогических наук, профессор, Университетский центр Терезы Д'Авивья, Олимпийский институт Бразилии (Лорена, г. Рио-де-Жанейро, Бразилия)
Горелов А.А.	– доктор педагогических наук, профессор, Университет Министерства внутренних дел Российской Федерации (г. Санкт-Петербург, Россия)
Евсеев С.П.	– доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта (г. Санкт-Петербург, Россия)
Жийяр М.В.	– доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»» (г. Москва, Россия)
Квашук П.В.	– доктор педагогических наук, профессор, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)
Керимов Ф.А.	– доктор педагогических наук, профессор, Узбекский государственный университет физической культуры и спорта (г. Ташкент, Республика Узбекистан)
Кручинский Н.Г.	– доктор медицинских наук, профессор, Полесский государственный университет (г. Пинск, Республика Беларусь)
Кузнецова З.М.	– доктор педагогических наук, профессор, УВО «Университет управления «ТИСБИ»» (г. Казань, Республика Татарстан, Россия)
Левицкий А.Г.	– доктор педагогических наук, профессор, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, факультет единоборств и неолимпийских видов спорта (г. Санкт-Петербург, Россия)
Лу Ифан	– доктор медицинских наук, профессор, Лаборатория реабилитации, Пекинский спортивный университет (г. Пекин, Китайская Народная Республика)
Мандриков В.Б.	– доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации (г. Волгоград, Россия)
Поляев Б.А.	– доктор медицинских наук, профессор, действительный член РАЕН, действительный член РАМНТ, ФГАОВ ВО «Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации (г. Москва, Россия)
Сейранов С.Г.	– академик РАО, доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»» (г. Москва, Россия)
Солопов И.Н.	– доктор биологических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры и спорта» (г. Волгоград, Россия)
Столяров В.И.	– доктор философских наук, профессор, ФГБОУ ВО «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»» (г. Москва, Россия)
Фудин Н.А.	– доктор биологических наук, член-корреспондент РАН, ФГБНУ «НИИ нормальной физиологии им. П.К. Анохина» (г. Москва, Россия)
Шестаков М.П.	– доктор педагогических наук, профессор, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК (г. Москва, Россия)
Якимович В.С.	– доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры и спорта» (г. Волгоград, Россия)

Адрес редакции: 105005, Россия, г. Москва, Елизаветинский переулок, д. 10, строение 1. Тел.: (499) 261-21-64.  
E-mail: vestnik@vniifk.ru (прием статей, общие вопросы) ; shustin.b.n@vniifk.ru (главный редактор)

Полная информация о журнале находится по адресу: [https://vniifk.ru/journal\\_vsn/](https://vniifk.ru/journal_vsn/)

Правила для авторов: [https://vniifk.ru/rules\\_for\\_submitting\\_manuscripts/](https://vniifk.ru/rules_for_submitting_manuscripts/)

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» – 20953

© Федеральное государственное бюджетное учреждение  
«Федеральный научный центр физической культуры и спорта»  
(ФГБУ ФНЦ ВНИИФК)

Журнал входит в утвержденный Высшей аттестационной комиссией при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации Перечень рецензируемых научных изданий, в которых должны быть опубликованы основные научные результаты диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук (по состоянию на 24.10.2023 года) по следующим группам научных специальностей:

5.8.4 – Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки);  
5.8.5 – Теория и методика спорта (педагогические науки); 3.1.33 – Восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия (медицинские науки);  
3.1.33 – Восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия (биологические науки)

### Editorial Board of Sports Science Bulletin:

<b>Editor-in-chief:</b>	Shustin B.N.	– Doctor of Pedagogical Science, Professor, VNIIFK (Moscow city, Russia)
<b>Deputy Editor-in-Chief:</b>	Fomichenko T.G.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Deputy General Director, VNIIFK (Moscow city, Russia)
<b>Managing Editor:</b>	Aranson M.V.	– Ph.D. (Biology), Leading Researcher, VNIIFK (Moscow city, Russia)
<b>Technical Editor:</b>	Getmanova T.A.	– Editor VNIIFK (Moscow city, Russia)

### Members of the Editorial Board:

Abramova T.F.	– Doctor of Biological Sciences, VNIIFK (Moscow city, Russia)
Voronov A.V.	– Doctor of Biological Sciences, VNIIFK (Moscow city, Russia)
Gomez A.K.	– Ph.D. (Pedagogics), Professor, Centro Universitário of Teresa D'Ávila, Instituto Olímpico do Brasil (Lorena, Rio de Janeiro city, Brasil)
Gorelov A.A.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, University of the Ministry of Internal Affairs of Russian Federation (Saint-Petersburg city, Russia)
Evseev S.P.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the RAE, National State University of Physical Culture, Sports and Health named after P.F. Lesgaft (Saint-Petersburg city, Russia)
Zhiyjar M.V.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, FSBEI HE "The Russian University of Sport 'GTSOLIFK'" (Moscow city, Russia)
Kvashuk P.V.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, VNIIFK (Moscow city, Russia)
Kerimov F.A.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Uzbek State University of Physical Culture and Sports (Tashkent city, Republic of Uzbekistan)
Kruchinskiy N.G.	– Doctor of Medical Sciences, Professor, Poleskiy State University (Pinsk city, Republic of Belarus)
Kuznetsova Z.M.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, IHE "University of Management 'TIPB'" (Kazan city, Republic of Tatarstan, Russia)
Levitskiy A.G.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National State University of Physical Culture, Sports and Health named after P.F. Lesgaft, Faculty of Martial Arts and non-Olympic Sports (Saint-Petersburg city, Russia)
Lu Yifan	– Doctor of Medical Sciences, Professor, Department of Rehabilitation, Beijing Sport University (Beijing city, China)
Mandrikov V.B.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, FSBEI HE "Volgograd State Medical University" of the Ministry of Health of Russian Federation (Volgograd city, Russia)
Polyaev B.A.	– Doctor of Medical Sciences, Professor, Full Member of the RANS, Full Member of the RAMTS, FSAEI HE "N.I. Pirogov Russian National Research Medical University" of the Ministry of Health of Russian Federation (Moscow city, Russia)
Seyranov S.G.	– Academician of the RAE, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, FSBEI HE "The Russian University of Sport 'GTSOLIFK'" (Moscow city, Russia)
Solopov I.N.	– Doctor of Biological Sciences, Professor, FSBEI HE "Volgograd State Academy of Physical Culture and Sports" (Volgograd city, Russia)
Stolyarov V.I.	– Doctor of Philosophical Sciences, Professor, FSBEI HE "The Russian University of Sport 'GTSOLIFK'" (Moscow city, Russia)
Fudin N.A.	– Doctor of Biological Sciences, Professor, Corresponding Member of the RAS, FSBSI "P.K. Anokhin Research Institute of Normal Physiology" (Moscow city, Russia)
Shectakov M.P.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, VNIIFK (Moscow city, Russia)
Yakimovich V.S.	– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, FSBEI HE "Volgograd State Academy of Physical Culture and Sports" (Volgograd city, Russia)

Editorial Office: 10, building 1, Elizavetinsky boulevard, Moscow, Russia, 105005.  
Phone: +7 (499) 261-21-64

E-mail: [vestnik@vniifk.ru](mailto:vestnik@vniifk.ru) ; [shustin.b.n@vniifk.ru](mailto:shustin.b.n@vniifk.ru)

Full information about Journal is available at: [https://vniifk.ru/journal\\_vsn/](https://vniifk.ru/journal_vsn/)

Rules for authors: [https://vniifk.ru/rules\\_for\\_submitting\\_manuscripts/](https://vniifk.ru/rules_for_submitting_manuscripts/)

© Federal Science Center of Physical Culture and Sport  
(VNIIFK)

**Издатель:** ООО «Издательство «Спорт»».  
117312, г. Москва, ул. Ферсмана, д. 5А.  
Тел./факс: (495) 662-64-30 Сайт: [www.olimppress.ru](http://www.olimppress.ru)  
E-mail: [olimppress@yandex.ru](mailto:olimppress@yandex.ru) ; [chelovek.2007@mail.ru](mailto:chelovek.2007@mail.ru)

Подписан в печать 20.12.2023.  
Формат 60×90/8. Печ. л. 11,75.  
Печать цифровая. Бумага офсетная.  
Тираж 1000 экз. Изд. № 461.  
Тип. заказ № 7264

Отпечатан  
с электронной версии заказчика  
в типографии ООО «Канцлер».  
150008, г. Ярославль,  
ул. Клубная, 4-4

## Содержание

<b>Теория и методика спорта высших достижений</b>	
<i>Крупнов А.Е.</i> Развитие синхронности движений у гребцов на шлюпках ЯЛ-6	4
<i>Малыгин А.В.</i> Концепция фиджитал-спорта: содержание и потенциал развития	8
<i>Сидоренко А.С.</i> Анализ национального состава участников легкоатлетических многоборий топ-уровня	15
<i>Шувалов А.В., Хуббиев Ш.З., Баранова Т.И.</i> Метод текущего контроля в скалолазании для дисциплин «Трудность» и «Боулдеринг»	19
<i>Юшкин В.Н., Марченко С.С., Стрижакова Е.А., Пенькова Р.И.</i> Сравнительный анализ методов прогнозирования результатов соревновательной деятельности	25
<b>Теория и методика детско-юношеского спорта</b>	
<i>Песина О.Н., Мищенко Н.Ю., Оreshkova E.B.</i> Целесообразность применения специальных комплексов физических упражнений интегральной «предметной» подготовки в учебно-тренировочном процессе юных гимнасток	32
<b>Медико-биологические проблемы спорта</b>	
<i>Власова В.П., Цыбусова В.В., Майдокина Л.Г.</i> Основы формирования рациона питания спортсмена при силовой подготовке	40
<i>Выборная К.В., Семенов М.М., Раджаббадиев Р.М., Крикун Е.Н., Ключкова С.В., Никитюк Д.Б.</i> Сравнительная оценка габаритных размеров и показателей состава тела мужчин-спортсменов игровых видов спорта, специализирующихся в баскетболе, футболе и водном поло	46
<i>Зайцева А.О., Аксенов М.О., Бутина О.В.</i> Связь объемов нагрузки в макроциклах бегунов на средние и длинные дистанции с полиморфизмами генов	55
<i>Щадилова И.С., Постол О.Л.</i> Использование нейростимулирующих упражнений на занятиях физической культурой в вузе	59
<b>Массовая физическая культура и оздоровление населения</b>	
<i>Смирнов Р.С.</i> Определение модельного темпа движений у мужчин и женщин VI–VIII ступеней комплекса ГТО при выполнении циклических двигательных действий, требующих максимального проявления силовой и скоростно-силовой выносливости	64
<b>Информационное обеспечение физической культуры и спорта</b>	
<i>Колмакова И.Д., Верзакова Д.А.</i> Эффективность предоставления государственных услуг в сфере спорта	69
<i>Шепляков А.С.</i> Повышение уровня физической подготовленности и функциональных возможностей организма у студентов специальной медицинской группы и освобожденных от занятий физкультурой с помощью приложения “Telegram”	73
<b>Спортивная психология</b>	
<i>Головачев А.И., Горбунова Е.А.</i> Динамика самооценки высококвалифицированных спортсменов об отношении с тренером в период подготовки к ответственным соревнованиям (на примере лыжных гонок)	79
<b>Труды молодых ученых</b>	
<i>Большой А.В.</i> Тренировочные средства квалифицированных тяжелоатлетов	84
Сведения об авторах	89
Правила для авторов	93

## Contents

<b>Theory and methodology of elite sports</b>	
<i>Krupnov A.E.</i> Development of synchronicity of movements among rowers on YAL-6 boats	4
<i>Malygin A.V.</i> Concept of phygital sports: content and development potential	8
<i>Sidorenko A.S.</i> Analysis of the national composition of participants in athletics top-level combined events	15
<i>Shuvalov A.V., Khubbiyev Sh.Z., Baranova T.I.</i> Current control method in climbing for disciplines “Difficulty” and “Bouldering”	19
<i>Yushkin V.N., Marchenko S.S., Strizhakova E.A., Penkova R.I.</i> Comparative analysis of methods for predicting the results of competitive activity	25
<b>Theory and methodology of children's and youth sport</b>	
<i>Pesina O.N., Mishchenko N.Yu., Oreshkova E.V.</i> The expediency of the use of special complexes of physical exercises integrated “subject” training in the educational process of young gymnasts	32
<b>Medical and biological problems of sports</b>	
<i>Vlasova V.P., Tsybusova V.V., Maydokina L.G.</i> Fundamentals of the formation of the diet of an athlete during of strength training	40
<i>Vybornaya K.V., Semenov M.M., Radzhabkadiyev R.M., Krikun E.N., Klochkova S.V., Nikityuk D.B.</i> Comparative assessment of overall dimensions and indicators of body composition of male athletes playing sports, specializing in basketball, football and water polo	46
<i>Zaytseva A.O., Aksenov M.O., Butina O.V.</i> Determination of the annual workload of athletes, specializing in medium and long distances running, taking into account polygenic analysis	55
<i>Shchadilova I.S., Postol O.L.</i> The use of neuro-stimulating exercises in physical education classes at the university	59
<b>Mass physical culture and public health improvement</b>	
<i>Smirnov R.S.</i> Determination of the model pace of movements in men and women of the VI–VIII stages of the GTO complex when performing cyclic motor actions, that require maximum manifestation of strength and speed-strength endurance	64
<b>Information support for physical culture and sports</b>	
<i>Kolmakova I.D., Verzakova D.A.</i> The effectiveness of the provision of public services in the sports	69
<i>Sheplyakov A.S.</i> Increasing the level of physical fitness and functional capabilities of the organism in students of special medical group and released from physical training with the “Telegram app”	73
<b>Sport psychology</b>	
<i>Golovachev A.I., Gorbunova E.A.</i> Dynamics of self-assessment of highly qualified athletes about the relationship with the coach during the period of preparation for responsible competitions (using the example of ski racing)	79
<b>Works of young scientists</b>	
<i>Bolshoy A.V.</i> Training means of qualified weightlifters	84
Information about authors	89
Guidelines for authors	93

