

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:
Сергей БАКУЛЕВ
Владимир ГУБА
Георгий ГРЕЦ
Олег МАТЫЦИН
Вячеслав МАНОЛАКИ
(Молдова)
Сергей НЕВЕРКОВИЧ
Владимир ПЛАТОНОВ
(Украина)
Павел РОЖКОВ
Waldemar Moska
Jerzy Sadowski
Teresa Socha (Poland)
Zhong Bingshu (China)

Ответственный секретарь
Ольга ОЗЕРОВА

Заведующие отделами
журнала
Евгения СЕВЕРИНА

Переводчик
Ирина НОВОСАД

На обложке:
Абакумова Мария
Васильевна –
серебряный призер
Олимпийских игр
по легкой атлетике
(метание копья),
заслуженный мастер
спорта



Содержание

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ

Э.А. Зюрин, Е.Н. Петрук, Е.Н. Бобкова – Оценка физических качеств населения, выполнившего испытания комплекса ГТО	3
Н.В. Минникаева, Р.С. Жуков, Г.Ю. Сименюк, О.В. Печерина – Влияние занятий оздоровительной гимнастикой на физическое состояние женщин зрелого возраста	6
С.И. Гаврильев, И.А. Черкашин – Контроль физической подготовленности мужчин второго зрелого возраста в процессе оздоровительных занятий	9
А.П. Мальцева, И.А. Семикашева, Н.М. Касаткина – Формирование мотивации работников образования на здоровое долголетие ...	12
Ю.А. Карвунис, Л.В. Капилевич – Физкультурно-спортивный образовательный компонент в программах детско-юношеского туризма	15
А.В. Кабачкова, С.Н. Капитанов – Мониторинг функционального состояния спортсменов-любителей зрелого возраста в условиях среднегорья	18

СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА

В.И. Загребский, О.И. Загребский – Адаптивное управление как инструмент устранения двигательной ошибки спортсмена	21
Л.М. Беженцева – Хореографическая подготовка акробатов на этапе спортивного совершенствования	24

ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

А.Н. Захарова, Ю.Г. Калининкова, Е.С. Негоденко, А.А. Орлова, Л.В. Капилевич – Экспериментальное моделирование циклических физических нагрузок	26
О.Н. Опарина, А.А. Пашин, Ж.В. Тома – Верификация этиологии эндотоксической агрессии у спортсменов	28
Ли ЮнФан, Е.В. Черкашина, А.И. Иванов – Дифференцированные шкалы оценки индивидуально-типологических свойств высшей нервной деятельности и сенсомоторных функций студентов-баскетболистов	30
А.Р. Тугуз, Б.А. Непсо, Д.В. Муженя, Н.Х. Кагазежева, Н.С. Коломийцева – Мониторинг гормонального статуса квалифицированных дзюдоистов в процессе тренировочной деятельности	33
А.Э. Болотин, В.В. Бакаев, К.-Я. Ван Цзветен, О.Е. Понимасов, К.В. Мотовичев – Дифференцированная подготовка пловцов-марафонцев к соревнованиям на открытой воде с учетом типов энергетического метаболизма	37
В.И. Сиваков, Э.Р. Антонова, К.С. Степанов, М.М. Степанова, О.Б. Никольская – Сравнение энергосистем элитных биатлонистов в соревновательной деятельности на этапе Кубка мира	40

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Е.В. Стрижакова, Л.А. Кадуцкая, О.В. Петренко, Е.С. Николаева – Развитие адаптивной физической культуры и спорта в условиях региона	42
Яцонь Чжан, Т.А. Шилько – Влияние китайской гимнастики на физическую подготовленность и психическое здоровье студентов специальной медицинской группы	44
В.К. Климова, Л.Н. Волошина, Я.В. Стрелкова, Т.А. Миронова – Готовность школьников среднего возраста с интеллектуальными нарушениями к выполнению нормативов ВФСР ГТО	47
Е.Ю. Дьякова, А.И. Радюк – Изменение кровообращения в нижних конечностях при тейпировании у спортсменов, занимающихся легкой атлетикой и пауэрлифтингом	50

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

В.Н. Егоров, Н.А. Глузман, А.В. Антипов – Физическая культура в контексте современных проблем высшего образования	52
Л.Л. Платонова, Е.В. Черкашина – Оценка общей физической подготовленности студентов подготовительной медицинской группы в условиях Республики Саха	55
А.В. Воронков, Е.А. Бражник, Ю.А. Загоруйко, Д.В. Щербин – Особенности подготовки студентов к многоборным программам комплекса ГТО	58
З.С. Землякова, В.Г. Шилько – Сравнительный анализ ситуативной тревожности и заболеваемости студентов, занимающихся классической и слайд-аэробикой	61
В.Г. Шилько, А.Б. Шарфеева – Динамика физической подготовленности и состояния здоровья студентов разных направлений обучения	64

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

А.Ю. Тихонова, Е.А. Истягина-Елисеева – Сохранение спортивно-исторического наследия средствами музеефикации	67
---	----

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Ю.А. Буков, Л.М. Букова, И.О. Гармасар, Л.Б. Андрющенко – Сочетание суставной партерной гимнастики и диафрагмального дыхания в профилактике заболеваний позвоночника у женщин	70
В. Коронас, Д.И. Тоханян, К. Салоникидис – Травмы в теннисе: распространение, причины и профилактика (обзор литературных источников)	73

КОНСУЛЬТАЦИИ

С.С. Бовыкин, Е.З. Година, А.В. Махалин – Анализ морфологических особенностей мальчиков 9-11 лет, занимающихся спортивной борьбой	76
---	----

«ТРЕНЕР» – журнал в журнале

М.В. Абакумова, К.Д. Чермит, А.Г. Заболотный – Классификация способов выполнения финального усилия техники метания копья	80
--	----

И.А. Черкашин, Ли ЮнФан, А.А. Баишев – Изменение психофизиологического состояния баскетболистов на основе упражнений тайцзицюань	83
--	----

А.А. Третьяков, Г.Л. Нестеренко, М.С. Коренева, П.П. Кондратенко – Взаимосвязь биологических ритмов и успешности выступлений на соревнованиях у высококвалифицированных гиревиков	86
---	----

Е.С. Иноземцева – Конкур как средство повышения технической подготовленности спортсменов по выездке на этапе спортивного совершенствования	89
--	----

О.С. Коган, С.Д. Галиуллина, Д.И. Герасимова, Е.А. Сафина, А.Р. Нургалиев – Оценка функционального состояния и социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов при переходе на тренерскую деятельность	92
---	----

ПЕРСПЕКТИВА

Л.И. Лубышева – Присвоение спортивного звания: типичные ошибки документального оформления	95
---	----

В ПОИСКАХ НОВОГО СПОРТИВА

И.Н. Никулин, Н.А. Звягинцева, А.В. Посохов, М.П. Спирин – Присвоение спортивных званий в Российской Федерации: проблемы и противоречия	96
---	----

Г.М. Бирюкова, С.М. Ашкинази, С.И. Касымбекова, Е.К. Дилмаханбетов – Сплоченность и сработанность как предиктор повышения спортивной результативности	99
---	----

И.Б. Еремин, К.А. Бирюкова, С.С. Филиппов, С.О. Филиппова – Актуализация дополнительных программ подготовки на основе профессионального стандарта «Тренер»	102
--	-----

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

А.Е. Подоляка, О.Б. Подоляка – Повышение эффективности дистанционных занятий по физической культуре в вузе	11
--	----

Н.А. Воронов, С.В. Новожилова – Влияние ограничений на физическую активность обучающихся в условиях самоизоляции	17
--	----

Д.К. Геворкян, Т.И. Масникова, А.В. Захарова – Отбор пловцов на тренировочный этап спортивной подготовки	32
--	----

Ф.А. Мавлиев, А.С. Назаренко, Н.Х. Давлетова, А.А. Набатов – Микроциркуляторно-тканевые и биохимические показатели кровообращения у спортсменов в ответ на физическую нагрузку	36
--	----

Л.Б. Держинская – Методика физической подготовки подростков в военно-патриотических клубах летной направленности	39
--	----

А.В. Турманидзе, В.Г. Турманидзе, А.А. Фоменко – Использование роликового дорсального тренажера-массажера в процессе коррекции позвоночника и зрения спортсменов	46
--	----

В.Г. Турманидзе, А.В. Турманидзе, А.А. Фоменко – Применение специальных упражнений бадминтона на стабиллоплатформе в процессе коррекции зрения	49
--	----

В.В. Козырева, Д.В. Савченко – Особенности эмоциональной сферы юношей и девушек, занимающихся танцевальным спортом	60
--	----

Ю.С. Журавлева – Динамика показателей функциональных возможностей системы внешнего дыхания с учетом месячных биоритмов студентов РУДН	66
---	----

К.А. Юрку, И.А. Лазарева, Т.В. Красавина, В.А. Заборова – Противопоказания к назначению ударно-волновой терапии у ветеранов спорта	72
--	----

Э.В. Мухина – Оптимизация магистерской подготовки в сфере физической культуры в контексте образовательного менеджмента	78
--	----

Д.В. Савченко, В.В. Козырева – Психологические особенности совладающего поведения спортсменов-самбистов юношеского возраста, получивших травму	85
--	----

И.Э. Соколовская – «Сила духа» верующих спортсменов различных конфессий	98
---	----

НОВЫЕ КНИГИ	23, 63, 69, 88, 91, 101
-------------------	-------------------------

НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ	20, 54, 57, 75
---------------------	----------------

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
09.09.2020 г.

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

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

Индекс в каталоге
«Роспечать» 70966

ISSN 0040-3601

Научный портал
www.teoriya.ru

Компьютерная вёрстка
Ольга ТЕРЁШИНА

Мнение редакции может не совпа-
дать с точкой зрения авторов.
Все права защищены.
Ни одна часть этого издания не мо-
жет быть занесена в память компью-
тера либо воспроизведена любым
способом без предварительного пи-
сьменного разрешения издателя.

Издание предназначено
для читателей старше 14 лет

Цена договорная

10'2020

№(988)

Contents

POPULATION PHYSICAL ACTIVITY

E.A. Zyurin, E.N. Petruk, E.N. Bobkova – Physical fitness test data for national population in context of GTO complex tests	3
N.V. Minnikayeva, R.S. Zhukov, G.Yu. Simenyuk, O.V. Pecherina – Effects of recreational gymnastics on physical state of mature women	6
S.I. Gavriliev, I.A. Cherkashin – Monitoring of physical fitness progress in males of second mature age during health-improving activities	9
A.P. Maltseva, I.A. Semikashova, N.M. Kasatkina – Motivating educators for long healthy life	12
J.A. Karvunis, L.V. Kapilevich – Physical education and sports components of educational programs in children's and youth tourism sector	15
A.V. Kabachkova, S.N. Kapitanov – Functionality tests of amateur athletes of mature age in middle altitude conditions	18

SPORT TRAINING

V.I. Zagrevskiy, O.I. Zagrevskiy – Adaptive control as tool to eliminate movement errors in athletes	21
L.M. Bezhentseva – Choreographic training of female acrobats at sport excellence stage	24

SPORT PHYSIOLOGY

A.N. Zakharova, Yu.G. Kalinnikova, E.S. Negodenko, A.A. Orlova, L.V. Kapilevich – Experimental simulation of cyclic training loads	26
O.N. Oparina, A.A. Pashin, J.V. Toma – Verification of etiology of endotoxin aggression in athletes	28
Li YunFan, E.V. Cherkashina, A.I. Ivanov – Scales of differentiated assessment of individual typological features of higher nervous activity and sensorimotor functions in student basketball players	30
A.R. Tuguz, B.A. Nepso, D.V. Myzhenya, N.Kh. Kagazheva, N.S. Kolomyitseva – Hormonal status monitoring in qualified judokas during trainings	33
A.E. Bolotin, V.V. Bakaev, K.J. van Zwieten, O.E. Ponomasov, K.V. Motovichev – Differentiated sports training of marathon swimmers for open water competitions based on types of energy metabolism	37
V.I. Sivakov, E.R. Antonova, K.S. Stepanov, M.M. Stepanova, O.B. Nikolskaya – Comparison of power systems of elite biathletes in competitive activities at World Cup stage	40

ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

E.V. Strizhakova, L.A. Kadutskaia, O.V. Petrenko, E.S. Nikolaeva – Development of adaptive physical education and sports in region	42
Yatsun Zhang, T.A. Shilko – Benefits of Chinese qigong gymnastics for physical fitness and mental health of special health group students	44
V.K. Klimova, L.N. Voloshina, Ya.V. Strelkova, T.A. Mironova – Fitness of secondary schoolchildren with intellectual disabilities for GTO tests	47
E.Yu. Dyakova, A.I. Radyuk – Kinesio taping as means to change blood circulation in lower limbs of track athletes and powerlifters	50

ACADEMIC PHYSICAL EDUCATION

V.N. Egorov, N.A. Gluzman, A.V. Antipov – Physical education in context of current problems in higher education	52
L.L. Platonova, E.V. Cherkashina – Overall physical fitness test rates in preparatory health group students in republic of Sakha	55
A.V. Voronkov, E.A. Brazhnik, Yu.A. Zagoruiko, D.V. Shcherbin – Peculiarities of selection of students for all-round GTO complex tests	58
Z.S. Zemlyakova, V.G. Shilko – Comparative analysis of state anxiety and morbidity rate in female students engaged in classical and slide aerobics	61
V.G. Shilko, A.B. Sharafeyeva – Dynamics of changes in physical fitness and health status of students majoring in different disciplines	64

HISTORY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

A.Yu. Tikhonova, E.A. Istyagina-Eliseeva – Historical sports heritage preservation by means of museification	67
--	----

SPORT MEDICINE

Yu.A. Bukov, L.M. Bukova, I.O. Garmasar, L.B. Andryushchenko – Combination of floor barre and abdominal breathing in preventing spine disorders in women	70
V. Koronas, D.I. Tohanean, K. Salonikidis – Tennis injuries: prevalence, causes, and prevention (literature review)	73

CONSULTATIONS

S.S. Bovykin, E.Z. Godina, A.V. Makhalin – Morphological characteristics of 9-11 year-old male wrestlers	76
--	----

«TRAINER» – journal in journal

M.V. Abakumova, K.D. Chermit, A.G. Zabolotniy – Classification of methods to make final effort in javelin throw	80
I.A. Cherkashin, Li YunFan, A.A. Baishev – Changes in psychophysiological state of basketball players engaged in taijiquan respiratory gymnastics	83
A.A. Tretyakov, G.L. Nesterenko, M.S. Koreneva, P.P. Kondratenko – Elite kettlebell lifters' competitive success rates versus biorhythms	86
E.S. Inozemtseva – Hurdle race training to improve technical fitness of dressage athletes at sport excellence stage	89
O.S. Kogan, S.D. Galiullina, D.I. Gerasimova, E.A. Safina, A.R. Nurgaliev – Functional state and social adaptation of elite athletes starting coaching career	92

PERSPECTIVE

L.I. Lubyshcheva – Sports title assignment: typical documentary mistakes	95
--	----

IN SEARCH OF NEW BREAKTHROUGH

I.N. Nikulin, N.A. Zvyagintseva, A.V. Posokhov, M.P. Spirin – Sports titles and categories awarding in Russia: problems and contradictions	96
G.M. Biryukova, S.M. Ashkinazi, S.I. Kassymbekova, E.K. Dilmakhambetov – Team cohesion and teamwork as predictor of improvement of athletic performance	99
I.B. Eremin, K.A. Biryukova, S.S. Filippov, S.O. Filippova – Actualization of additional vocational education program based on "coach" professional standard	102

FROM SLUSHPILE

A.E. Podolyaka, O.B. Podolyaka – Effectivization of distance learning in academic physical education	11
N.A. Voronov, S.V. Novozhilova – Effect of restrictions on student physical activity in self-isolation	17
D.K. Gevorgyan, T.I. Miasnikova, A.V. Zakharova – Selection of swimmers for training stage of athletic training	32
F.A. Mavliev, A.S. Nazarenko, N.Kh. Davletova, A.A. Nabatov – Microcirculatory-tissue and biochemical indices of blood circulation in athletes in response to exercise	36
L.B. Dzerzhinskaya – Assessment of morphological and functional state of female students	39
A.V. Turmanidze, V.G. Turmanidze, A.A. Fomenko – Dorsal massage roller for correction of spine and vision in athletes	46
V.G. Turmanidze, A.V. Turmanidze, A.A. Fomenko – Special force plate badminton exercises for vision correction	49
V.V. Kozyreva, D.V. Savchenko – Features of emotional sphere of boys and girls engaged in dance sports	60
Yu.S. Zhuravleva – Dynamics of external respiration functionality indices in view of monthly biorhythms of PFUR female students	66
K.A. Yurku, I.A. Lazareva, T.V. Krasavina, V.A. Zaborova – Contraindications to shockwave therapy in sports veterans	72
E.V. Mukhina – Optimization of master's training in physical education sector in context of educational management	78
D.V. Savchenko, V.V. Kozyreva – Psychological features of coping behavior of adolescent sambo wrestlers after injury	85
I. E. Sokolovskaya – Strength of mind of practicing athletes of various denominations	98

NEW BOOKS	23, 63, 69, 88, 91, 101
SCIENTIFIC LIFE	20, 54, 57, 75