



Физическая культура: воспитание, образование, тренировка

Научно-методический журнал
Российской Академии Образования
Российского государственного
университета физической культуры,
спорта, молодежи и туризма
(ГЦОЛИФК)

Вестник Проблемного совета
по физической культуре
Российской Академии Образования

Основан в 1996 году

Главный редактор

ЛУБЫШЕВА Л.И. (профессор)

Редакционный совет:

АШКИНАЗИ С.М. (профессор)

БУЛГАКОВА Н.Ж. (член-корр. РАО)

ГОРЕЛОВ А.А. (профессор)

МАНЖЕЛЕЙ И.В. (профессор)

МАТЫЦИН О.В. (профессор)

НЕВЕРКОВИЧ С.Д. (академик РАО)

РУМБА О.Г. (профессор)

ПОПОВ Г.И. (профессор)

ВИЗИТЕЙ Н.Н. (профессор)

(Молдова)

КОХАНОВИЧ Казимир (профессор)

(Польша)

Редактор

ОЗЕРОВА О.А.

Переводчик

НОВОСАД И.В.

Верстка

ТЕРЕШИНА О.В.

Издание предназначено
для читателей старше 14 лет



ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

А.Г. Баталов, М.И. Сидорова, М.Е. Бурдина – Модельные характеристики параметров рельефа трасс в индивидуальных дисциплинах лыжных гонок в условиях соревновательной деятельности	2
У. Ди, Л.А. Новикова – Содержание групповых упражнений с тремя обручами и двумя парами булав сборной команды Китая по художественной гимнастике	6
А.Н. Шарипов, М.Ю. Степанов, М. Б. Саламатов – Оперативный контроль функционального состояния спортсмена-рукопашника в процессе предсоревновательной подготовки	8
Н.Н. Константинов, М. Г. Колодезников, К.С. Колодезников, В.В. Ефремов – Восстановительные мероприятия в тренировочном процессе борцов-хапсагаистов	11

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ

В.А. Адольф, В.В. Пономарев, Н.Н. Казакевич, О.В. Турыгина – Интеграция очного и дистанционного образования обучающихся на уроках «основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательной школе	14
С.В. Яценко, В.В. Пономарев, О.В. Булгакова – Спортивные танцы в физическом воспитании школьников Сибири: социологический аспект	16
Г.Ю. Гутников, Е.Д. Митусова – Военно-патриотическое воспитание школьников старших классов с акцентированным применением средств физической культуры	17
Н.В. Пашкова, М.Д. Кудрявцев, А.В. Гаськов, В.В. Денискин – Особенности построения процесса физкультурного образования для учащихся начальной школы	19
М.В. Андрианов, Г.Ю. Гутников – Комплексный подход к обучению школьников двигательным действиям в волейболе в условиях школьной спортивной секции	22
М.П. Стародубцев, Т.В. Сапсаева – Взаимосвязь здорового образа жизни и жизнестойкости	24
Я.О. Шапошников, Л.С. Дворкин, Н.И. Дворкина – Влияние занятий джиу-джитсу на физическую подготовленность детей 10-11 лет	26

ПОДГОТОВКА БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ

Л.А. Липская, О.Л. Карпова – Интегративная антропологическая концепция образовательного пространства спортивного вуза	29
М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов, А.Н. Шарипов – Обоснование понятий «функциональное состояние» и «функциональная подготовленность» в контексте профессиональной деятельности	32

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Л.П. Обьедкова – Структура и содержание внеаудиторных мероприятий как средство повышения эффективности освоения профессиональной компетентности студентов-менеджеров в условиях спортивного вуза	34
М.Г. Коляда, Т.И. Бугаева, Е.Ю. Дониченко – Моделирование процесса формирования информационной компетентности будущих спортивных тренеров	37

СОЦИОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

С.А. Даниленко, О.В. Колцева, Н.И. Плотицин – Осведомленность в вопросах борьбы с допингом спортсменов разных возрастных групп, занимающихся любительским спортом	40
А.А. Смирнов, Л.В. Казаринова, А.А. Сонина – Построение антидопинговой политики в условиях спортивного вуза	43
А.А. Передельский, В.В. Иванов – Практическая стрельба в формате конкретно-социологических исследований	45

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

К.В. Сухина, Э.Б. Бальжинмаев, Т.И. Бонько, О.А. Ницина – Особенности психологических характеристик здоровья студентов-первокурсников	47
Т.М. Панкратович, Е.М. Голикова, Ю.Г. Шеворокова – Коррекция техники бега с барьерами у обучающихся в процессе учебных занятий легкой атлетики	50
И.В. Гордеева – Влияние любительского спорта на уровень физического развития студентов колледжа	53
Д.А. Каменский, Ю.В. Яковлев, П.К. Кузнецов, А.М. Чащин – Влияние регулярных спортивных тренировок на сердечно-дыхательную функцию студентов медицинской школы	56

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Т.А. Даниленко – Универсальный алгоритм оздоровительной гимнастики для поддержания здоровья ветеранов спорта	59
С.В. Уварова, Т.В. Левченкова, А.С. Кудрявцева, Т.А. Шестакова – Экспериментальная программа проведения онлайн-тренировок на выносливость с лицами зрелого возраста в режиме самоизоляции	62
В.Э. Бельц, Н.А. Петухов, А.О. Храмов – Педагогические технологии профилактики плоскостопия у детей 5-6 лет гимнастическими корригирующими упражнениями	65

«ДЕТСКИЙ ТРЕНЕР» – журнал в журнале

А.С. Ананьин, В.М. Денисова, К.Г. Чуй – Контроль специальной физической подготовленности юных волейболистов	68
Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова, С.Х. Абид, Н.В. Андрусенко – Влияние подвижных игр на интенсивность и объем двигательной активности детей 5-6 лет различного пола в зале и на улице	70
Ю.В. Коричко, А.А. Красова, А.А. Коричко – Эффективность проведения занятий технико-эстетическими видами спорта в учреждениях дополнительного образования детей	72
М. Кенжебулатов – Комплекс силовых упражнений с отягощениями, направленный на повышение силовых показателей в бразильском джиу-джитсу	75
А.В. Дворников, П.В. Королёв, К.Г. Чуй – Особенности технической подготовки студентов к соревнованиям по пляжному волейболу	78

УЧЕНЫЕ – ПРАКТИКАМ

Е.В. Старкова, А.С. Любимова – Обучение технике жима в пауэрлифтинге	10
Н.В. Воробьева – Общий функциональный статус астенизированных рукопашников юношеского возраста	18
С.Ю. Завалишина, Н.В. Воробьева – Функциональные особенности здоровых детей с низкой физической активностью	23
Д.С. Якушев – Модельные характеристики юных спортсменов-ориентировщиков с учетом преимущественного проявления различных видов подготовленности	36
А.А. Ситдикова, А.Г. Черенщиков, А.Д. Шаймиева – Удовлетворенность специалистов по адаптивной физической культуре качеством профессиональной подготовки в вузе	49
Д.В. Губа, С.В. Чернов, Ду Луи – Особенности построения специализированной подготовки баскетболистов в колледжах и университетах Китая	52
А.В. Антипов, А.С. Сулим, Е.М. Антипова – Планирование физических нагрузок при оптимизации двигательных способностей студентов на дополнительных занятиях фитнесом	55
Е.В. Долгова – Совершенствование скоростно-силовых способностей с использованием гидротормоза в гребном слаломе	58
А.М. Мишаткин, В.П. Губа, А.А. Плешаков – Индивидуальный подход при формировании двигательных навыков у детей 5-6 лет на основе подвижных игр с элементами футбола	74

НОВЫЕ КНИГИ

.....	7
-------	---