

# 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**

Редакционный совет:

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)

Загвевская А.И. (д.п.н.,  
профессор)

Загвевский 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)

Сивохин И.П. (д.п.н., профессор)

Тамбовцева Р.В. (д.б.н.,  
профессор)

Ответственный секретарь

**Ольга ОЗЕРОВА**

Компьютерная верстка

**Ольга ТЕРЁШИНА**

На обложке:  
торжественное открытие

60-го легкоатлетического

кросса памяти Героя

Советского Союза

Бориса Галушкина,  
РУС "ГЦОЛИФК", Москва,

4 мая 2023 г.



Теория и практика  
физической культуры и спорта

## Содержание

**6'2023**  
№(1020)

### НА ПУТИ К 100-ЛЕТИЮ «ТИПФК»

Л.И. Лубышева, С.С. Филиппов, С.А. Пронин, М.В. Багаев – Динамика основных типов научных статей в журнале «Теория и практика физической культуры» (1925-2022 гг.) .....3

### ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА

С.И. Баландин, Д.С. Зайко, А.В. Маслеников, И.В. Дмитриев – Биомеханические параметры техники старта и стартового разгона в гладком и барьерном спринте у мужчин .....6

В.Б. Парамзин, И.Ю. Пугачев, С.В. Разновская, Н.Н. Северин – Понятие «игровая выносливость» в структуре подготовки высококвалифицированных спортсменов в игровых видах спорта .....9

Г.П. Брюсов, А.С. Крючков, С.Л. Хоронюк, В.В. Шиян – Научно-методическое обеспечение подготовки спортсменов сборных команд России: вчера, сегодня, завтра .....12

А.Г. Самборский, С.Н. Северин, Е.С. Николаева, Г.Л. Нестеренко – Тесты и критерии оценки анаэробной работоспособности легкоатлетов-спринтеров .....15

И.Г. Максименко, Г.Н. Максименко, М.П. Спирин, В.В. Коновалов – Обоснование эффективности применения интерактивных средств обучения на этапе начальной подготовки в спортивных играх .....18

И.Н. Никулин – Интегрированная система определения лучших спортсменов и команд в армистинге в условиях современных вызовов .....20

### ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

О.А. Двейрина, А.И. Крылов, К.В. Белый, Д.С. Мельников, В.С. Терехин – Принципы преемственности и последовательности спортивной подготовки в отборе и дальнейшем сопровождении одаренных детей .....23

Н.С. Скок, Ю.М. Макаров, В.С. Куликов, Т.И. Улицкая, А.И. Черная – Профилактика девиантного поведения юных спортсменов средствами педагогической направленности .....25

С.М. Обухов, В.Ю. Лосев – Влияние стандартов спортивной подготовки на развитие детско-юношеского спорта .....27

М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов – Формирование технических характеристик ударных действий юных боксеров .....30

А.А. Потеряхин, В.Л. Кондаков, А.Н. Усатов, В.И. Бочарова – Выявление результативных соревновательных комбинаций в разделе кикбоксинга поинтфайтинг .....33

### ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

С.И. Петров – Интеграция образовательной, научной и спортивной деятельности при подготовке кадров в области физической культуры и спорта .....36

Ли Чао, А.В. Лексаков – Особенности профессиональной подготовки китайских и российских футбольных тренеров .....39

Е.Н. Перевощикова, А.В. Стафеева, С.В. Фролова, Т.А. Чепурнова, Е.Ю. Елизарова – Построение системы независимой оценки образовательных результатов будущих педагогов .....42

А.А. Третьяков, Е.С. Николаева, А.Г. Чеботарский, А.Ю. Голубь – Опыт подготовки педагогов к обучению детей плаванию .....45

### ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

Е.Е. Хавакя, В.С. Полканова, Л.К. Серова, В.Г. Федоров – Психологическое сопровождение спортивного резерва .....48

Е.В. Утишева, А.В. Точилко, В.А. Трушковский, Ю.К. Родыгина – Психологические особенности детей-сирот: к вопросу о развитии «Социального спорта» .....51

### СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ

А.С. Рапопорт, Л.А. Рапопорт – Спортивная инфраструктура региона как индикатор развития отрасли физической культуры и спорта .....53

Н.Г. Закревская, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина, С.И. Петров, Г.Б. Шустиков – Взаимодействие вузов физической культуры с федерациями по видам спорта .....56

### ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Ю.А. Дубровская, Г.В. Руденко, О.В. Костромин – Специализированная физическая подготовка будущих горных инженеров-спасателей .....58

И.П. Зайцева – Силовые упражнения с гантелями в системе занятий по курсу прикладной физической культуры в вузе .....62

### ДИДАКТИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ

Г.Г. Полевой, А.Б. Саблин, Чернышев С.В. – Влияние игры «Стандартные классики» на формирование ритма младших школьников .....64

А.П. Егунова, М.М. Шубович – Профилактика интернет-зависимости старшеклассников средствами физической культуры и спорта .....66

### ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

И.А. Федотов – Педагогический потенциал внеучебной физкультурно-спортивной деятельности вуза .....69

С.И. Филимонова, А.С. Грачев, Д.Е. Егоров, В.В. Шербин – Повышение физической подготовленности студентов на основе элективного курса по системе CrossFit .....71

Я.А. Гончарук, С.В. Гончарук, А.В. Воронков, Т.И. Школина – Концептуальное обоснование направлений совершенствования проектного управления развитием физкультурно-образовательного пространства в вузе .....74

### КОНСУЛЬТАЦИИ

В.Н. Анянцев, Н.Я. Прокопьев, Г.В. Анянцев, В.В. Насонов, О.В. Анянцев – Значение физических нагрузок для нормализации повышенного артериального давления .....76

### АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

С.П. Есеева, О.Э. Есеева, Е.Б. Ладигина, А.А. Шелехов – Сравнительный анализ основных видов паралимпийского спорта и их спортивных дисциплин во Всероссийском реестре видов спорта .....79

### ЗА РУБЕЖОМ

Чань Ди, Дин Линьхао, С.С. Лукин, А.В. Байчик, С.Б. Никонов – Профессиональный футбол в Китае: реформа оргструктуры и дилеммы развития .....82

### «ТРЕНЕР» – журнал в журнале

Г.Н. Семаева, П.В. Кеашук, П.П. Костюков, М.С. Чернышов – Взаимосвязь показателей соревновательной деятельности, специальной физической и функциональной подготовленности высококвалифицированных велосипедистов ВМХ .....86

Д.С. Мельников, Ю.А. Щедрина – Использование низкоинтенсивного лазерного излучения в спортивной деятельности боксеров .....89

В.В. Волков, Р.В. Тамбовцева, А.Б. Мирошников – Взаимосвязь скоростно-силовых способностей и показателей максимальной аэробной мощности .....92

В.В. Полещук, И.Н. Полещук, Н.С. Берсенева – Сочетание силовой и аэробной нагрузки обучающихся для успешной сдачи контрольных нормативов, связанных с силовой выносливостью .....95

Н.А. Касаткина, Л.И. Костюнина, А.Ф. Чарыкова, А.С. Егорова – Комплексная специальная акробатическая подготовка в пилонном спорте .....98

### ПЕРСПЕКТИВА

Л.И. Лубышева – Принцип конверсии спортивных технологий в оздоровительной физической культуре .....101

### В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА

М.В. Базилевич, Е.А. Симонова, М.В. Кольхалова – Методика оздоровительных занятий по системе хатха-йоги с женщинами 36-40 лет .....102

Л.Н. Волошина, С.С. Гуляева, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина – Готовность женщин 36-55 лет к самоконтролю двигательной активности .....105

А.С. Касмалиева – Организация здоровьесформирующей системы в общеобразовательных школах .....108

### ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

Н.В. Минникаева – Оценка физического потенциала студентов специальной медицинской группы с учетом объективных и субъективных показателей .....8

Н.Я. Прокопьев, В.Н. Анянцев, Е.А. Семизоров – Модификация степ-теста PWC<sub>170</sub> для оценки физической работоспособности и перетренированности .....17

А.А. Доможилова – Особенности регуляции микроциркуляции у представительниц сложнокоординационных видов спорта .....22

М.К. Иванова, И.Н. Медведев, З.И. Письменная – Оздоровительные возможности спортивной ходьбы у подростков с хроническим необструктивным бронхитом .....29

В.А. Борисов – Результаты психофизиологического тестирования артистов пластического театра .....32

М.С. Волкова – Особенности использования коммуникативного метода при обучении русскому языку иностранных учащихся спортивного вуза .....38

С.А. Григан, С.А. Романченко, С.А. Шенгеля – Влияние спортивных балльных танцев на физическое развитие танцовщиц старшего возраста .....41

А.С. Болдин, И.И. Фаизуллина, И.В. Николаев – Физиологическая реакция сердечно-сосудистой системы на вестибулярную активацию у представителей игровых видов спорта .....47

В. И. Козлов, Н.Н. Бумаршкова – Взаимосвязь плавания в первые годы жизни с ранним формированием здоровья .....50

О.А. Пешкумов, О.В. Шиленко, Е.Н. Иванова – Методика воспитания скоростно-силовых способностей у студентов .....55

П.Г. Воронцов, П.Г. Вегнер, О.С. Вегнер – Оценка самостоятельной работы по физической культуре и спорту (элективным дисциплинам) у будущих врачей с применением дистанционных и здоровьесберегающих технологий обучения .....61

В.К. Таланцева, О.В. Шиленко, Н.В. Алтынова – Паспорт функционального состояния обучающегося как инструмент оценки качества образовательного процесса физического воспитания .....68

Тянь Шэнлун, Сюй Чаньчжэн, Шэн Фань, В.П. Губа – Оценка эффективности базовой физической и спортивно-технической подготовки волейболистов Китая при реализации дополнительных учебных программ .....78

Э.А. Аленуров, Е.С. Куманцова, И.И. Фаизуллина – Воздействие волейбольных нагрузок на физические возможности подростков .....81

В.А. Бурцев, Е.В. Бурцева, Д.А. Рукавишников – Развитие эвристического компонента спортивной культуры студентов в процессе интеграции творческой и спортивной деятельности .....84

В.Ю. Карпов, К.А. Астафьев, Н.Ю. Фокина – Динамика общих физических возможностей у студентов-гипотоников, приступивших к занятиям плаванием .....91

Б.Х. Ланда – Инновационный образовательный проект «Мониторинг здоровья» .....97

# 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  
07.05.2023

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

6'2023  
№(1020)

### ON THE WAY TO THE 100TH ANNIVERSARY OF «TPPC»

L.I. Lubyshva, S.S. Filippov, S.A. Pronin, M.V. Bagaev – Dynamics of the main types of scientific articles in the journal «Theory and Practice of Physical Culture» (1925-2022) ..... 3

### THEORY AND METHODS OF SPORT

S.I. Balandin, D.S. Zaiko, A.V. Maslennikov, I.V. Dmitriev – Biomechanical parameters of the start's and acceleration's technique in men's sprinting and hurdling ..... 6  
V.B. Paramzin, I.Yu. Pugachev, S.V. Raznovskaya, N.N. Severin – The concept of «game endurance» in the structure of training highly qualified athletes in game sports ..... 9  
G.P. Bryusov, A.S. Kryuchkov, S.L. Horonyuk, V.V. Shiyan – Scientific and methodological support of training athletes of Russian national teams: yesterday, today, tomorrow ..... 12  
A.G. Samborskiy, S.N. Severin, E.S. Nikolaeva, G.L. Nesterenko – Tests and criteria for assessing the anaerobic workability of sprinter athletes ..... 15  
I.G. Maksimenko, G.N. Maksimenko, M.P. Spirin, V.V. Kononov – Substantiation of the effectiveness of the use of interactive learning tools at the stage of initial training in sports games ..... 18  
I.N. Nikulin – Integrated system for defining the best athletes and teams in arm wrestling in conditions of modern challenges ..... 20

### CHILDREN AND YOUTH SPORT

O.A. Dveirina, A.I. Krylov, K.V. Bely, D.S. Melnikov, V.S. Terekhin – Principles of continuity and sequence of sports training in the selection and further support of gifted children ..... 23  
N.S. Skok, Yu.M. Makarov, V.S. Kulikov, T.I. Ulitskaya, A.I. Chernaya – Prevention of deviant behavior of young athletes by means of pedagogical direction ..... 25  
S.M. Obukhov, V.Yu. Losev – Influence of sports training standards on the development of children and youth sport ..... 27  
M.Yu. Stepanov, M.B. Salamatov – Formation of technical characteristics of impact actions of young boxers ..... 30  
A.A. Poteryakhin, V.L. Kondakov, A.N. Usatov, V.I. Bocharova – Identification of successful competitive combinations in the section of kickboxing pointfighting ..... 33

### VOCATIONAL TRAINING

S.I. Petrov – Integration of educational, scientific and sports activities in the training of personnel in the field of physical culture and sports ..... 36  
Li Chao, A.V. Leksakov – Features of professional training of Chinese and Russian football coaches ..... 39  
E.N. Perevoshchikova, A.V. Stafeeva, S.V. Frolova, T.A. Chepuranova, E.Yu. Elizarova – Building a system for independent assessment of educational results of future teachers ..... 42  
A.A. Tretyakov, E.S. Nikolaeva, A.G. Chebotarsky, A.Y. Golub – Experience of preparing teachers for teaching children to swimming ..... 45

### SPORT PSYCHOLOGY

E.E. Khvatskaya, V.S. Polkanova, L.K. Serova, V.G. Fedorov – Psychological support for sports reserve ..... 48  
E.V. Utisheva, A.V. Tochitsky, V.A. Trushkovsky, Yu.K. Rodygina – Psychological characteristics of orphaned children: to the question of the development of «social sport» ..... 51

### SPORTS MANAGEMENT

A.S. Rapoport, L.A. Rapoport – Regional sports infrastructure as an indicator of physical culture and sport development ..... 53  
N.G. Zakrevskaya, E.N. Medvedeva, R.N. Terekhina, S.I. Petrov, G.B. Shustikov – Interaction of higher education institutions of physical culture with sport federations ..... 56

### PROFESSIONAL-APPLIED PHYSICAL CULTURE

Yu.A. Dubrovskaya, G.V. Rudenko, O.V. Kostromin – Specialized physical training for future mining rescue engineers ..... 58  
I.P. Zaitseva – Strength exercises with dumbbells in the system of classes on the course of applied physical culture at the university ..... 62

### MOTOR ACTIVITY OF THE POPULATION

G.G. Polevoy, A.B. Sablin, S.V. Chernyshev – Influence of the game «standard classics» on the formation of the rhythm of junior schoolchildren ..... 64  
A.P. Egunova, M.M. Shubovich – Prevention of internet addiction of high school students by means of physical culture and sport ..... 66

### ACADEMIC PHYSICAL EDUCATION

I.A. Fedotov – Pedagogical potential of extracurricular physical culture and sports activities of the university ..... 69  
S.I. Filimonova, A.S. Grachev, D.E. Egorov, D.V. Shcherbin – Improving the physical fitness of students on the basis of an elective course on the CrossFit system ..... 71  
Ya.A. Goncharuk, S.V. Goncharuk, A.V. Voronkov, T.I. Shkolina – Conceptual substantiation of the directions of improvement of project management of the development of physical culture and educational space in the university ..... 74

### CONSULTATIONS

V.N. Ananov, N.Y. Prokopyev, G.V. Ananov, V.V. Nasonov, O.V. Ananava – The importance of physical activity for the normalization of high blood pressure ..... 76

### ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORT

S.P. Evseev, O.E. Evseeva, E.B. Ladygina, A.A. Shelekhov – Comparative analysis of the main kinds of paralympic sports and their sports disciplines in the All-Russian Register of Sports ..... 79

### ABROAD

Chen Di, Ding Linhao, S.S. Lukin, A.V. Baichik, S.B. Nikonov – Professional football in China: organizational structure reform and development dilemmas ..... 82

### «TRAINER» – journal in journal

G.N. Semaeva, P.V. Kvashuk, P.P. Kostyukov, M.S. Chernyshov – Interrelation of competitive activity indicators, special physical and functional fitness of highly qualified BMX cyclists ..... 86  
D.S. Melnikov, Yu.A. Shchedrina – Use of low-intensity laser radiation in sports activity of boxers ..... 89  
V.V. Volkov, R.V. Tambovtseva, A.B. Miroshnikov – Interrelation of speed-strength abilities and indicators of maximum aerobic power ..... 92  
V.V. Poleshchuk, I.N. Poleshchuk, N.S. Bersenev – Combination of students' strength and aerobic load for successful completion of control standards related to strength endurance ..... 95  
N.A. Kasatkina, L.I. Kostyunina, A.F. Charykova, A.S. Egorova – Comprehensive special acrobatic training in pylon sports ..... 98

### PERSPECTIVE

L.I. Lubyshva – Principle of conversion of sports technologies in health-improving physical culture ..... 101

### IN SEARCH OF A NEW BREAKTHROUGH

M.V. Bazilevich, E.A. Simonova, M.V. Kolykhalova – Methods of health-improving classes according to the hatha yoga system with women 36-40 years old ..... 102  
L.N. Voloshina, S.S. Gulyaeva, V.L. Kondakov, E.N. Kopeikina – Readiness of women 36-55 years old for self-control of motor activity ..... 105  
A.S. Kasmalova – Organization of the health-forming system in general education schools ..... 108

### FROM SLUSHPILE

N.V. Minnikayeva – Assessment of the physical potential of students of a special medical group, taking into account objective and subjective indicators ..... 8  
N.Ya. Prokopyev, V.N. Ananov, E.A. Semizorov – Modification of PWC<sub>1700</sub> step test for physical performance evaluation and overtraining ..... 17  
A.A. Domozhilova – Peculiarities of regulation of microcirculation in representatives of complex coordination sports ..... 22  
M.K. Ivanova, I.N. Medvedev, E.I. Pismenskaya – Health opportunities of sport walking in adolescents with chronic non-obstructive bronchitis ..... 29  
V.A. Borisov – Results of psychophysiological testing of plastic theater artists ..... 32  
M.S. Volkova – Features of the use of the communicative method in teaching the Russian language to foreign students of a sports university ..... 38  
S.A. Grigan, S.A. Romanchenko, S.A. Shengelaya – Influence of sports ballroom dancing on the physical development of older dancers ..... 41  
A.S. Boldin, I.I. Fayzullina, I.V. Nikolaev – Physiological response of the cardiovascular system to vestibular activation in representatives of game sports ..... 47  
V.I. Kozlov, N.N. Bumarskova – The relationship of swimming in the first years of life with the early formation of health ..... 50  
O.A. Peshkumov, O.V. Shilenko, E.N. Ivanova – Methods of education of speed and strength abilities of students ..... 55  
P.G. Vorontsov, P.G. Wegner, O.S. Wegner – Evaluation of independent work in physical culture and sports (elective disciplines) by future doctors using distance and health-saving learning technologies ..... 61  
V.K. Talantseva, O.V. Shilenko, N.V. Altyanova – Passport of the functional state of the student as a tool for assessing the quality of the educational process of physical education ..... 68  
Tian Shenglong, Xu Zhanzheng, Shen Fanyi, V.P. Guba – Evaluation of the effectiveness of basic physical and sports-technical training of Chinese volleyball players in the implementation of additional training programs ..... 78  
E.A. Alenurov, E.S. Kumantsova, I.I. Fayzullina – Impact of volleyball loads on the physical possibilities of adolescents ..... 81  
V.A. Burtsev, E.V. Burtseva, D.A. Rukavishnikov – Development of the heuristic component of students' sports culture in the process of integration of creative and sports activities ..... 84  
V.Yu. Karpov, K.A. Astafiev, N.Yu. Fokina – Dynamics of general physical possibilities in hypotonic students who started swimming ..... 91  
B.H. Landa – Innovative educational project «Health Monitoring» ..... 97