



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)

Редакторы

ОЗЕРОВА О.А.

ЛЕДЯЕВА Ю.В.

Верстка

ТЕРЁШИНА О.В.

Издание предназначено
для читателей старше 14 лет



Теория и практика
физической культуры и спорта

ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Е.А. Шагарова, И.Ю. Горская, Т.А. Кравчук, И.А. Зданович – Двухконтурное управление физической подготовкой лыжниц-гонщиц высокой квалификации	2
А.С. Радченко, А.Б. Елизаров, А.А. Радченко – Гипоксическая тренировка в физической подготовке команды пляжного футбола	6
Л.Ю. Иванов – Перспективы научно-методического обеспечения подготовки спортсменов, играющих в пляжный теннис	9
Е.А. Кабанова, Г.А. Кузьменко, Ч.Т. Иванков, И.С. Марьин – Совершенствование процесса специальной физической подготовки дзюдоистов 15-16 лет на основе актуализации рефлексивных умений	12
М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов, В.В. Мустаева – Оценка восприятия пространственно-временных параметров движения высококвалифицированных тайских боксеров	15
В.А. Долматова, Н.А. Кожура, В.В. Пономарев – Альтернативный стиль выполнения технических действий в легкоатлетическом тройном прыжке	17

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

О.А. Озерова, Л.А. Парфенова – Содержание и алгоритм реализации цифровых компетенций специалистов по адаптивной физической культуре	19
Б.Л. Батаков – Электронный образовательный ресурс самостоятельной учебной деятельности студентов, обучающихся по индивидуальному плану	23
Э.В. Мухина – Перспективы развития магистерского образования в отрасли физической культуры и спорта в условиях меняющейся образовательной парадигмы	27

«ДЕТСКИЙ ТРЕНЕР» – журнал в журнале

Н.И. Дворкина, А.И. Ефентьев, А.Е. Стомба – Влияние занятий каратэбикой на функциональное состояние сердечно-сосудистой системы подростков	32
Н.А. Кожура, В.В. Пономарев – Физическая подготовка юных легкоатлетов в тройном прыжке на этапе начальной спортивной специализации	35
А.А. Ветренко, С.В. Ветренко – Особенности специальной физической подготовки легкоатлетов с нарушением слуха, специализирующихся в беге на средние дистанции	38
Ю.В. Коричко, Д. Г. Донцова, А.А. Коричко – Применение комплексов упражнений оздоровительной гимнастики и аэробики в школьной практике	41
П.В. Пустошило, В.П. Губа, Л.В. Булыкина – Оценка эффективности управления тренировочным процессом современным детским тренером	44
Л.А. Семёнов, И.Р. Карпенко – Экспериментальная оценка возможностей повышения эффективности силовой подготовки старших дошкольников к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	48

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

А.С. Горбачев, П.А. Малеев, В.В. Пономарев – Спортивно-видовая направленность в физическом воспитании студентов	52
А.Н. Левицкая, В.В. Пономарев – Дифференцированная методика развития подвижности опорно-двигательного аппарата студенток вуза средствами фитнес-аэробики	55
А.А. Лозовой, В.В. Пономарев, М.А. Лозовая, А.А. Лесковский – Обучение студенток технике баскетбола с использованием тейпирования опорно-двигательного аппарата	57
Н.А. Подберезко – Анализ готовности студентов специальной медицинской группы к физкультурно-оздоровительной деятельности	59
В.В. Пономарев, Л.А. Бартоновская, В.М. Кравченко – Формирование универсальных двигательных компетенций студентов средствами всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО	62
А.А. Красова, Ю.В. Коричко, А.А. Коричко – Оптимизация процесса физического воспитания студенток вуза на основе использования хореографических упражнений	64
А.И. Раковецкий, В.В. Пономарев, Ю.Е. Казакова, Д.Д. Сотников – Программное обеспечение физического воспитания студенток вуза на основе занятий фитнес-боксом	67

СОЦИОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

К.А. Толканов, Н.В. Пешкова – Повышение здоровьесберегающей компетентности родителей юных спортсменов	69
С.П. Гуляев – Выявление степени физкультурно-спортивной активности населения Центральной Якутии	71

СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ

М.Д. Сазонтов, Д.А. Абрамченко, В.В. Пономарев – Организационно-методическое сопровождение деятельности региональной федерации по футболу	74
Айдан Ризван гызы Алиева, Н.Ю. Мельникова, В.В. Мельников – Влияние олимпийского наследия на вовлечение населения китайской народной республики в массовую физическую культуру и спорт	77

УЧЕНЫЕ – ПРАКТИКАМ

Л.М. Гржебина, Г.А. Снегирёв – Основные направления совершенствования программы повышения квалификации тренеров по волейболу	5
Л.М. Гржебина, А.Р. Казанчева – Значение ценностей спортивной культуры в жизни студентов физкультурных вузов: социологический анализ	22
А. Х-М. Вагидова – Проблематизация теоретической готовности инструкторов по спорту к организации физкультурно-спортивной деятельности занимающихся с интеллектуальными нарушениями	26
Л.И. Лубышева, Е.Д. Митусова, П.А. Внукова – Формирование навыков профессионального мастерства студентов-спортсменов в рамках факультативного предмета «Молодые профессионалы»	30
В.В. Ивашина – Методика развития устойчивости спортсменов высокой квалификации, занимающихся художественной гимнастикой с использованием балансировочной подушки	37
Д.А. Гушин, И.Н. Карлицкий – Физическая реабилитация волейболистов с разрывом акромиально-ключичной связки на спортивном этапе реабилитации	40
А.Б. Джафаров – Особенности тестирования моторной асимметрии у юных самбистов	43
И.А. Дубовицкая, В.С. Маркарян – Интерактивные формы обучения в реализации дисциплин спортивного профиля на основе использования цифровых технологий	47
Ф.В. Мурадов, А.В. Гордеев, А.В. Лапшин – Специализированный комплекс упражнений из интервального бега и силовой тренировки, его воздействие на психоэмоциональное состояние занимающихся молодого возраста	54
М.Ю. Ростовцева – Роль танцевальной подготовки в развитии координации у девочек в спортивной аэробики	61
Ю.Л. Орлов, Л.Г. Рыжкова – Спортивные единоборства и боевые искусства – новый вектор развития	66
Е.В. Долгова – Скоростно-силовая подготовка гребцов-байдарочников для совершенствования стартового ускорения на спринтерских дистанциях	73