

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПРИКЛАДНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ / №2 (21)/2011
ISSN 2073-8064

ВКЛЮЧЕН В ПЕРЕЧЕНЬ ВАК

УЧРЕДИТЕЛИ ЖУРНАЛА

РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА, МОЛОДЕЖИ И ТУРИЗМА

НЕКОММЕРЧЕСКОЕ ПАРТНЕРСТВО «СОДРУЖЕСТВО»

При содействии кафедры теории и методики
прикладных видов спорта и экстремальной деятельности РГУФКСМиТ

СОСТАВ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ ЖУРНАЛА:

Шеф-редактор

БЛЕЕР А.Н., доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО,
академик РАЕН, заслуженный тренер России, ректор РГУФКСМиТ

Главный редактор

БАЙКОВСКИЙ Ю.В., кандидат психологических наук, профессор кафедры ТпМ
ПВСиЭД РГУФКСМиТ, мсмк, змс

Научно-экспертный совет:

ЧИЛИНГАРОВ А.Н., доктор географических наук, член-корреспондент РАН, герой
СССР и РФ, депутат Государственной Думы РФ

ЗАЛИХАНОВ М.Ч., доктор биологических наук, профессор, действительный член
РАН, депутат Государственной Думы РФ, председатель Высшего экологического
совета Федерального Собрания РФ

БАБКИН Ю.А., генерал-майор, заместитель командующего ВВ МВД РФ по боевой
подготовке

БУБЕЕВ Ю.А., доктор медицинских наук, профессор, зам. директора Института
медико-биологических проблем

ПОЛИЕВСКИЙ С.А., доктор медицинских наук, профессор, научный руководитель
лаборатории спортивно-профессиональной профиригодности

ПОНОМАРЕНКО В.А., генерал-полковник, академик РАО, доктор педагогических
наук, профессор

ЛАПТЕВ А.П., доктор медицинских наук, профессор, заслуженный деятель науки РФ,
почетный академик Российской Академии естественных наук

СВИЩЕВ И.Д., доктор педагогических наук, профессор

ТЫШЛЕР Д.А., доктор педагогических наук, профессор, змс, зтр

ЦЫГАНКОВ Э.С., доктор педагогических наук, кандидат технических
наук, профессор, заслуженный деятель науки, директор Центра высшего
водительского мастерства, зтр

ШИЯН В.В., доктор педагогических наук, профессор, директор НИИ спорта

РОДИОНОВ А.В., доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой
психологии РГУФКСМиТ

ПИРАТИНСКИЙ А.А., профессор ИФКССиТ УГТУ-УПИ, заслуженный работник
Высшей школы РФ, зтр, судья международной категории по скалолазанию, вице-
президент Международной федерации спортивного скалолазания (UIAA)

ПОПОВ В.А., генерал-майор, заслуженный военный летчик, кандидат технических
наук, инструктор парашютно-десантной подготовки, член президиума
Ассоциации авиационно-космической медицины России

Технический редактор и корректор: А.Ф. Зоткина

Редактор: Е.В. Сыроежина

Верстка: О.В. Васильева

Адрес редакции: 105122, Москва, Сиреневый бульвар, д. 4, РГУФКСМиТ, офис 207
Кафедра прикладных видов спорта и экстремальной деятельности
Тел./факс: (499) 166-56-95, 166-54-81
E-mail: alpfest@mail.ru

Свидетельство о регистрации № 77 – 18184 от 31.05.2004 г.

Отпечатано в ООО «Анита Пресс». Тел./факс (495) 662-69-30

Тираж 999 экз.

Распространяется в розницу и по подписке.

Подписной индекс в «Каталоге российской прессы «ПОЧТА РОССИИ»»
на 2011 год – 24186

Журнал можно приобрести в редакции газеты для путешественников «Вольный ветер» по
адресу: 111020, Москва, а/я 30. Тел. 8-499-05-63. E-mail: v_veter@mail.ru

Перепечатка материалов допускается только с письменного разрешения редакции

СОДЕРЖАНИЕ

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ	Михайлова Т.В., Епифанов К.Н. Формирование профессиональной готовности первокурсников физкультурно-спортивных вузов к освоению будущей профессии 3
ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА	Максимова В.М., Дышаков А.С. Мотив как психологический механизм формирования техники преодоления препятствий в BMX-racing 9
	Москвина Н.В. Индивидуальные особенности когнитивных стилей в поведении человека 12
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	Камаев О.И., Лукоянова Е.В. Особенности психофизической подготовки 13-14 летних подростков средствами украинского рукопашного боя «Спас» 15
ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА	Селуянов В.Н., Ковылин М.М., Иванов Е.А. Общая скоростно-силовая и специальная физическая подготовка в подготовительном периоде в велоспорте BMX 17
	Сыроежин А.С. Метод оценки работоспособности альпинистов 21
	Салихова Р.Н., Напалков Д.А., Ратманова П.О., Коликов М.Б., Шиян В.В., Потапович П.В. Диагностика и коррекция функционального состояния спортсмена в стрелковом спорте с использованием пульсометрии 24
	Куцов С.Н. Анализ требований к специальной физической подготовке подразделений специального назначения и разведывательных подразделений 28
	Мазоха Е.В., Васенина В.Г., Молчанова Н.В. Оценка динамики функционального состояния спортсменов-подводников по показателям ЧСС в восстановительном периоде 31
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	Медников А.Б. Развитие специальных способностей в процессе профессионально-прикладной подготовки курсантов-юристов 35
ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТА	Байдыченко Т.В., Лысенко В.В., Бородин А.Ю. Концептуальный подход к индивидуальной наладке оружия в стрельбе из лука 38
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ	Цыганков Э.С., Шулик Г.И. Предсезонная подготовка мотоциклистов ДПС 42
ТЕОРИЯ ТРЕНИРОВКИ И ОБУЧЕНИЯ	Палехова Е.С., Малухина А.И. Разработка модельных характеристик техники выполнения выстрела из пневматической винтовки с учетом анализа соревновательной деятельности 46
МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ	Ким Т.К. Опыт организации семейного физического воспитания младших школьников средствами туризма 51
ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Каташинский Н.В., Сопов В.Ф. Рефлексивная саморегуляция стресса в экстремальных условиях контраварийной подготовки военных водителей 55
	Васильев О.С. Типичные заблуждения в оценке детского травматизма в экстремальных видах физической активности (на примере спортивной гимнастики) 61
	Протопопова М.Н., Скотникова А.Н. Индивидуальные особенности альпинистов, определяющие готовность к деятельности в экстремальных условиях гор 64
	Пилькевич А.В., Байковский Ю.В. Применение теории риска при обеспечении безопасности деятельности человека в экстремальных условиях горной среды 68
ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБОЗРЕНИЕ	Иванов А.А., Зюрин Э.А. Мастерство педагога по физической культуре и спорту 74

TABLE OF CONTENTS

ADAPTATION TO EXTREME CONDITIONS	Fomin R., Selyaev M., Sergeev V., Cheryatnikov A., Kosmynin V., Zharnasek A. Change in the cortico-spinal mechanisms of regulation of isometric muscle tension athletes under extreme loads 3
	Kostyleva A., Baykovsky Y. Adaptation to the flight work for flight personals with the experience less than 1 year 9
	Katashinsky N., Vardanyan A., Martirosova K., Martirosov E., Lebedev A. Prediction of human resistance to extreme conditions 13
	Nikitushkin A., Maksimova V. Adaptation athletes skydivers leap to conditions 19
THEORY AND METHODOLOGY OF TRAINING	Zelenski K. Quantitative indicators of training loads of technical and tactical direction of youths aged 13-15 years during the in-depth training in sports radio direction-finding 22
	Kalinin E., Seluyanov V., Dvoretzky S. Preparation of athlete of sport walking to higher world achievement on a distance of 500 km 26
	Martynov G., Kovylin M., Nedotsuk J., Kazakov A. Methods of pedaling, their effectiveness and application in preparation of cyclists of highest qualification 30
SPORTS PSYCHOLOGY	Moskvina N. Functional asymmetry and individual features of regulatory processes 35
	Karpukhin A. Motivation of students aged 11–14 for physical culture based on traditional cossack methods 38
TECHNICAL SUPPORT FOR SPORT	Ermakov A. Main trends in teaching discipline «theory and methods of a service-application martial arts» 41
METHODS OF PREPARATION	Kim T., Voropayev E. Activity turistsko-of regional studies as means of moral-patriotic education and formation of family values at children and teenagers 44
	Konikov S. "Combat motion" – academic project establishment of universal martial arts 47
THEORY AND METHODOLOGY OF EDUCATION	Ignatieva V. Concept of training women's goalkeeper high qualification 49
	Revizonsky I. Hit-and-shock protection against armless opponent in the educational process of cadets and students mia Russia 52
EXTREME ACTIVITIES	Sinenko G. Extreme leisure is the form of students recreative-sanative activities 55
	Baykovsky Y., Bleer A. Method of evaluation of extremely level and degree of reliability of rights in the mountains 59
PSYCHOLOGICAL PREPARATION	Zalikhanova A., Sopov V. Individual psychological feachures of sport runners different qualifications 65
PHILOSOPHICAL QUESTIONS OF PHYSICAL EDUCATION	Kormazeva I. Extreme activity and humanism in sports: research and philosophy essay 68
	Peredelzsky A. Methodological foundations and principles of extreme and applied species of sports activity 71
REVIEW	Ivanov A. On strengthening a role of extreme sports in a professional-applied physical preparation of students of educational institutions of primary and secondary vocational education 74

К СВЕДЕНИЮ АВТОРОВ

Уважаемые авторы! Журнал «ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА И ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» публикует научные и методические материалы по всем направлениям спортивно-прикладной и экстремальной деятельности.

Редакция принимает к публикации статьи, оформленные в соответствии с нижеперечисленными требованиями.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К МАТЕРИАЛАМ:

- объем статьи не должен превышать 4 стр. машинописного текста;
- поля (правое, левое, нижнее, верхнее) – 2 см;
- шрифт: Times New Roman 14 pt;
- межстрочный интервал – одинарный; выравнивание по ширине страницы;
- название статьи – прописными буквами, текст статьи – строчными буквами;
- графики предоставить в 2 видах: рисунок-образец (построить с помощью программы Excel), вставленный в текст статьи, и табличные данные, использованные для построения графика (формат таблицы Excel, Word), их желательно поместить в отдельный файл;
- рисунки и фото – формат jpg, tiff, psd.

ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ СТАТЬИ:

Статья должна содержать (нумерация не нужна):

1. **Название статьи.**

2. **Сведения об авторе (ах):**

– ФИО всех авторов полностью;

– звание, ученую степень;

– должность, подразделение и полное название организации, город, страну;

– электронный и почтовый адрес, телефон для контактов с авторами статьи.

3. **Ключевые слова.**

4. **Аннотацию** (2-3 строки).

5. **Текст статьи должен содержать пункты:** *актуальность исследования; цель; организация исследования; испытуемые; методы исследования; обсуждение результатов исследования; выводы; библиографические ссылки.*

6. **Библиографические ссылки.** Пристатейные списки и/или списки пристатейной литературы следует оформлять по ГОСТ Р 7.0.5-2008. Цитированная литература дается в алфавитном порядке, литература на иностранных языках дается после отечественной.

К СТАТЬЕ НЕОБХОДИМО ПРИЛОЖИТЬ

1. **Две рецензии**, заверенные в организации, удостоверяющей личность рецензента. Рецензию можно отправить по факсу редакции.

2. **Фотографию автора(ов)** в формате jpg, tiff, psd (фотографии из Word и Интернета в большинстве случаев не пригодны для печати).

Гонорары за предоставляемые статьи не выплачиваются.

Адрес редакции: **105122, Москва, Сиреневый бульвар, д. 4, РГУФКСМиТ.**

Кафедра теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности, офис 207.

Тел./факс: **8 (499) 166-56-95.** E-mail: **alpfest@mail.ru**

