

# 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:  
**Александр БЛЕЕР**  
**Сергей БАКУЛЕВ**  
**Владимир ГУБА**  
**Георгий ГРЕЦ**  
**Александра ЗАГРЕВСКАЯ**  
**Александр КРАВЦОВ**  
**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**

Шеф-редактор  
**Югра научно-спортивная**  
**Сергей КОСЕНКО**

Заведующие отделами  
журнала  
**Светлана СЕВЕРИНА**  
**Евгения СЕВЕРИНА**

Переводчик  
**Ирина НОВОСАД**

**На обложке:**  
12-кратный чемпион мира  
по пауэрлифтингу **Сергей**  
**Алексеевич Федосиенко**



Теория и практика  
физической культуры и спорта

## Содержание

<b>ЮБИЛЕЙ НАШИХ КОЛЛЕГ</b> С.Х. Вышегуров, А.Н. Васильев, А.А. Гладышев, Н.А. Голубева – Роль кафедры физического воспитания Новосибирского государственного аграрного университета в развитии спортивной отрасли региона .....	3
<b>ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ</b> Д.Н. Платонов, И.А. Черкашин, А.Н. Тамбовский, Л.Л. Платонова – Условия эффективного функционирования региональной системы физического образования в Республике Саха (Якутия) .....	5
Т.В. Яковлева, Н.В. Андриянова, Т.И. Полунина, М.С. Веселкин, Г.В. Шевц – Непрерывная педагогическая практика студентов факультета физической культуры как фактор развития профессиональной компетентности и закрепления выпускников в системе образования .....	8
В.П. Баракханов, Е.А. Баракханова, Н.П. Олесов, М.С. Прокопьев – Особенности подготовки учителей физической культуры и спорта в условиях реализации электронного обучения .....	10
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ</b> Л.Г. Пашенко – Оптимизация физической активности студентов-первокурсников .....	12
М.И. Сентизова, А.В. Гурьева, Е.И. Саввинова, А.Г. Баракшина – Повышение эффективности физического воспитания в вузе на основе анализа результатов физической подготовленности студентов-первокурсников .....	15
А.В. Воронков, И.Н. Никулин, В.П. Бабинцев, Ж.А. Шаповал, Я.А. Гончарук – Технологизация механизма реализации комплекса ГТО в образовательной организации .....	18
В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, В.В. Агошков, В.И. Бочарова – Влияние термодигитотренингов на здоровье студентов .....	21
Н.Н. Кладкин, М.Н. Протодакьянова, М.И. Сентизова, Л.Л. Платонова – Сравнительный анализ учебных нормативов по плаванию студентами-первокурсниками перед выездом на учебно-полевую практику .....	23
А.В. Попов – Организация самостоятельных занятий физической культурой студентов строительного вуза с использованием средств автоспорта .....	25
А.А. Гладышева, А.А. Гладышев, Э.В. Пилгогина – Общеобразовательный потенциал физической культуры в вузах как фактор повышения эффективности самостоятельной работы студентов .....	28
<b>КОНСУЛЬТАЦИИ</b> А.А. Гладышев, А.А. Гладышева, Е.В. Климова – Эффективные формы занятий по физической культуре с учетом современных тенденций в организации учебной деятельности и состоянии здоровья студентов .....	30
<b>АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</b> Е.Г. Скрябин, Е.Т. Колунин – Профилактика травм и обострений заболеваний позвоночного столба в процессе спортивной подготовки .....	33
А.П. Шкляренко, Т.Г. Коваленко, Д.А. Ульянов – Обоснование использования средств физической культуры девушками 17–23 лет с различной тяжестью сколиотической болезни .....	36
В.В. Дрогмерецкий, А.А. Третьяков, Г.Л. Нестеренко, П.П. Кондратенко – Коррекция нарушений осанки у студентов средствами оздоровительного плавания .....	39
О.В. Булатова, О.А. Братцева, В.А. Мищенко, С.А. Гильманов, А.Д. Данилова, Е.А. Лубышев – Профессиональная мобильность как механизм адаптации студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью к современным условиям .....	42
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ</b> Л.Э. Пахомова, О.В. Петренко, В.К. Климова, Т.А. Миронова – Влияние физической активности на состояние здоровья и индивидуальное качество жизни школьников .....	45
В.В. Ядреев, А.В. Филиппов, А.В. Бурнашев, А.Г. Мигаликин – Оптимизация воспитательного потенциала спортивной школы на основе программы социально-педагогической направленности .....	48
Н.А. Винокурова, М.И. Васильева, Е.Н. Гоголева, Г.Г. Горюхова – Народные подвижные игры и состязания в процессе физического воспитания дошкольников .....	50
А.Л. Корепанов, О.Н. Головкин, И.Ю. Васильенко, С.Е. Моторная – Функциональные показатели деятельности сердца у мальчиков-подростков и юношей г. Севастополя .....	53
<b>ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА</b> О.Б. Малков, А.А. Ромашов – Принципиальные различия в тактике применения боевых действий по самопроявлению и по пусковым сигналам в боксе и тхэквондо .....	56
Е.А. Леванова, Л.В. Тарабакина, Т.В. Пушкарёва, Е.В. Звонова, А.С. Нестерёнок – Психологические характеристики трудолюбия сотрудников, обладающих высокой профессиональной мотивацией .....	59
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ ЗА РУБЕЖОМ</b> И.Г. Максименко, Г.Н. Максименко, В.В. Соколов, С.В. Рыльский – Контроль успеваемости по предмету «Физическая культура» в школах США .....	62
<b>«ТРЕНЕР» – журнал в журнале</b> И.А. Черкашин, Е.П. Кудрин, В.Г. Торговкин, В.Н. Логинов – Дифференцированные критерии технико-тактических действий квалифицированных спортсменов в мас-рестлинге с применением модифицированного тренажера «Нижняя тяга» .....	66
А.В. Посохин, И.Н. Никулин, Л.А. Кадуцкая, Б.А. Малахов – Анализ антропометрических показателей аристратов различных весовых категорий как фактора успешности выступления на всероссийских соревнованиях .....	69
Е.В. Кривоуроченко, П.И. Яковлев, М.В. Петров, М.Г. Артамонова – Структура функционального состояния организма спортсменов различной квалификации, специализирующихся в беге на средние дистанции .....	72
В.Р. Соломатин, Н.Ж. Булгакова – Бионергетические основы соревновательного метода тренировки у пловцов высокого класса .....	75
Г.А. Гилев, В.Н. Гладков, В.В. Владыкина, А.А. Плешаков – Повышение окислительной способности рабочих мышечных групп при выполнении упражнений анаэробной направленности .....	78
<b>ЮГРА НАУЧНО-СПОРТИВНАЯ</b> В.С. Павловская, А.А. Повзун, В.В. Апокин – Роль физической культуры в повышении адаптационных возможностей и профилактике венозной недостаточности у студентов «Северного университета» .....	83
С.И. Логинов, А.Ю. Николаев, М.Н. Мальков – Влияние скандинавской ходьбы на физическую подготовленность женщин пожилого возраста .....	86
Н.И. Синайская, В.А. Григорьев, А.В. Фурсов, В.Ю. Лосев – Отношение инструкторов по физической культуре к организации физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях .....	89
<b>ПЕРСПЕКТИВА</b> Л.И. Лубышева – Новые реалии современного олимпийского спорта: кризис или перезагрузка ценностей? .....	93
<b>В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА</b> Ф.И. Собянин, В.Н. Ирхин, Т.В. Никулина, А.П. Пересыпкин – Современный олимпийский спорт: кризис ценностей .....	94
М.А. Федоров, Л.П. Бугаева, Н.Н. Кладкин, В.С. Тимофеев – Историко-педагогические предпосылки развития стрельбы из традиционного лука у народа Саха .....	96
Я.И. Яковлев, И.И. Дружынов, Н.Д. Кронников, С.В. Семенов – Национальные виды спорта – фундамент олимпийских достижений якутских спортсменов .....	98
Н.А. Карпушко, А.В. Власов, М.А. Ежкина – Особенности мотивации студентов к занятиям спортом и двигательной активностью в России и США .....	100
С.И. Филимонова, А.А. Лотоненко, А.В. Лотоненко, Ю.С. Молодых – Культурное поле в пространстве физической культуры и спорта вуза .....	103
<b>ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ</b> Н.А. Чертихина, Н.Л. Горячева, А.Г. Трифонов – Ретроспективный анализ развития художественной гимнастики .....	7
В.В. Козин, Д.Ю. Витман, В.А. Блинов – Модель управления тактико-техническими действиями спортсменов игровых видов спорта на основе ситуационного анализа .....	24
Д.П. Степанова, А.Н. Волкова – Программа популяризации женской тяжелой атлетики среди подростков и молодежи .....	27
А.Н. Левицкая, В.В. Пономарев – Педагогические тесты для отбора студентов вуза в спортивную секцию по фитнес-аэробике .....	32
А.С. Зухов – Расчет нагрузки при выполнении приседаний на тренажере «Машина Смита» .....	35
В.В. Пономарев, А.Н. Левицкая – Дифференцированная методика занятий студентов вуза фитнес-аэробикой .....	41
Л.М. Гржебина, С. Аллабан – Развитие физической культуры и спорта в Сирийской Арабской Республике в современных социально-политических условиях .....	44
Т.А. Крохина, И.Ю. Шалаева, И.М. Сазонова – Дифференцированный подход в развитии силовых способностей школьников разных соматотипов .....	52
Ю.Ю. Борина, М.А. Красавина – Формирование профессиональных компетенций в области физического воспитания у будущих педагогов дошкольного образования .....	61
Б.В. Аустер – Развитие координационных способностей младших школьников в процессе физического воспитания на основе использования подвижных игр на воде .....	64
В.А. Григорьев, Д.А. Блинов, А.В. Суханов – Психические свойства личности, характеризующие деятельность блокирующих игроков в волейболе .....	68
Е.В. Кузьмичева, К.К. Дементьев – Оценка сформированности знаний режиссеров спортивно-развлекательных программ .....	91
А.В. Корнев – Кластерный анализ мотивов к занятиям гольболом спортсменов с нарушением зрения .....	92
<b>ЮБИЛЕЙ УЧЕНОГО</b> Николаеву Юрию Михайловичу – 80 лет! .....	38
<b>ПОЗДРАВЛЯЕМ!</b> .....	17
<b>НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ</b> .....	49
<b>ВЕСТИ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА</b> .....	80

# 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  
05.04.2018

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 верстка  
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

## Contents

### ANNIVERSARY OF OUR COLLEAGUES

S.Kh. Vyshegurov, A.N. Vasilyev, A.A. Gladyshev, N.A. Golubeva – Physical education department of Novosibirsk State Agricultural University: role and contribution to regional sport sector progress..... 3

### VOCATIONAL TRAINING

D.N. Platonov, I.A. Cherkashin, A.N. Tambovskiy, L.L. Platonova – Regional physical education system in Sakha Republic (Yakutia): progress facilitating provisions ..... 5  
T.V. Yakovleva, N.V. Andrianova, T.I. Polunina, M.S. Veselkin, G.V. Shvets – Continuous teaching practice at physical education department to contribute to professional competency and competitiveness in educational system..... 8  
V.P. Barakhsanov, E.A. Barakhsanova, N.P. Olesov, M.S. Prokopyev – E-learning system application for physical education and sports specialist training ..... 10

### ACADEMIC PHYSICAL EDUCATION

L.G. Pashchenko – First-year students' physical activation model ..... 12  
M.I. Sentizova, A.V. Guryeva, E.I. Savvinova, A.G. Barakhsina – Academic physical education efficiency improvement based on first-year students' physical fitness test data ..... 15  
A.V. Voronkov, I.N. Nikulin, V.P. Babintsev, J.A. Shapoval, Ya.A. Goncharuk – GTO complex implementation technology for educational system ..... 18  
V.L. Kondakov, E.N. Kopeikina, V.V. Agoshkov, V.I. Bocharova – Thermal water training model benefits for students' health ..... 21  
N.N. Kladkin, M.N. Protodyakonova, M.I. Sentizova, L.L. Platonova – First-year students' swimming tests with comparative analysis prior to practical training ..... 23  
A.V. Popov – Self-reliant physical education model for civil engineering university students using motor vehicles ..... 25  
A.A. Gladysheva, A.A. Gladyshev, E.V. Pilyugina – Mobilizing general cultural resource of academic physical education for progress in self-learning ..... 28

### CONSULTATIONS

A.A. Gladyshev, A.A. Gladysheva, E.V. Klimova – Efficient academic physical education models to meet new educational standards and reverse negative trends in students' health ..... 30

### ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION

E.G. Skryabin, E.T. Kolunin – Spinal traumas and disorders prevention in athletic training process..... 33  
A.P. Shklyarenko, T.G. Kovalenko, D.A. Ulyanov – Grounds for special physical education practices for 17-23 year-old females diagnosed with stage I-III scoliosis ..... 36  
V.V. Drogomeretsky, A.A. Tretyakov, G.L. Nesterenko, P.P. Kondratenko – Therapeutic swimming model for treatment of postural disorders ... 39  
O.V. Bulatova, O.A. Bratseva, V.A. Mishchenko, S.A. Gilmanov, A.D. Danilova, E.A. Lubyshv – Professional mobility driven adaptation of handicapped students to modern environments..... 42

### PHYSICAL EDUCATION OF RISING GENERATION

L.E. Pakhomova, O.V. Petrenko, V.K. Klimova, T.A. Mironova – Physical activity benefits for schoolchildren's health and life quality ..... 45  
V.V. Yadreev, A.V. Filipov, A.V. Burnashev, A.G. Migalkin – Sport school cultural resource optimization based on social education program ..... 48  
N.A. Vinokurova, M.I. Vasilyeva, E.N. Gogoleva, G.G. Gorokhova – Benefits of active folk games and competitions for preschool physical education process ..... 50  
A.L. Korepanov, O.N. Golovko, I.Yu. Vasilenko, S.E. Motornaya – Youth population heart functionality tests in Sevastopol ..... 53

### SPORT PSYCHOLOGY

O.B. Malkov, A.A. Romashov – Key differences in combat tactics, action triggers and self-commands in taekwondo and boxing..... 56  
E.A. Levanova, L.V. Tarabakina, T.V. Pushkareva, E.V. Zvonova, A.S. Nesterenok – Mental performance rates indicative of staff workaholic meaning excessive professional career motivations ..... 59

### PHYSICAL EDUCATION OF RISING GENERATION ABROAD

I.G. Maksimenko, G.N. Maksimenko, V.V. Sokorev, S.V. Rylskiy – Progress rating system in us physical education school curricula..... 62

### TRAINER – journal in Journal

I.A. Cherkashin, E.P. Kudrin, V.G. Torgovkin, V.N. Loginov – Elite mas-wrestlers' techniques and tactics rating on low-pull training machine ..... 66  
A.V. Posokhov, I.N. Nikulin, L.A. Kadutskeya, V.A. Malakhov – Armwrestlers' anthropometric analysis in different weight classes for success in national competitions..... 69  
E.V. Krivoruchenko, P.I. Yakovlev, M.V. Petrov, M.G. Artamonova – Middle-distance runners' skill-specific functionality profiling study ..... 72  
V.R. Solomatina, N.Zh. Bulgakova – Bioenergy basics for competitive training in elite swimming sport ..... 75  
G.A. Gilev, V.N. Gladkov, V.V. Vlyadkina, A.A. Pleshakov – Anaerobic practices to build up oxidizing capacity in core muscle groups ..... 78

### YUGRA – SCIENCE AND SPORT

V.S. Pavlovskaya, A.A. Povzun, V.V. Apokin – Physical education tools to improve adaptive capability and prevent venous insufficiency in northern university students..... 83  
S.I. Loginov, A.Yu. Nikolayev, M.N. Malkov – Effects of nordic walking on senior women's physical fitness ..... 86  
N.I. Sinyavsky, V.A. Grigoryev, A.V. Fursov, V.Yu. Losev – Survey of physical education instructors' attitudes to preschool physical education models ..... 89

### PERSPECTIVE

L.I. Lubyshva – New realities of modern Olympic sport: crisis or reset values?..... 93

### IN SEARCH OF NEW BREAKTHROUGH

F.I. Sobyatin, V.N. Irkhin, T.B. Nikulina, A.P. Peresypkin – Crisis of core values in modern Olympic sports..... 94  
M.A. Fedorov, L.P. Bugaeva, N.N. Kladkin, V.S. Timofeyev – Historical and educational basics for traditional archery of Sakha people ..... 96  
Ya.I. Yakovlev, I.I. Druziyanov, N.D. Kronnikov, S.V. Semenov – National sports fundamental for Olympic accomplishments of Yakut athletes..... 98  
O.N. Karpushko, A.V. Vlasov, M.A. Ezhkina – Students' motivations for sports and physical activity in Russia versus the US ..... 100  
S.I. Filimonova, A.A. Lotonenko, A.V. Lotonenko, Yu.S. Molodykh – Cultural domain of academic physical education and sports system ..... 103

### FROM SLUSHPILE

N.A. Chertykhina, N.L. Goryacheva, A.G. Trifonov – Retrospective analysis of development of rhythmic gymnastics ..... 7  
V.V. Kozin, D.Yu. Witman, V.A. Blinov – Tactical and technical action control model for team athletes based on situational analysis..... 24  
D.P. Stepanova, A.N. Volkova – Women's weightlifting popularization program among teenagers and youth ..... 27  
A.N. Levitskaya, V.V. Ponomarev – Education tests to qualify female university students to fitness aerobics section..... 32  
A.S. Zukhov – Load calculation in Smith Machine sit-ups..... 35  
V.V. Ponomarev, A.N. Levitskaya – Differentiated fitness aerobics training technology for female university students ..... 41  
L.M. Grzhebin, S. Allaban – Development of physical education and sports in the Syrian Arab Republic in modern socio-political conditions..... 44  
T.A. Krokshina, I.Yu. Shalava, I.M. Sazonova – Differentiated approach to strength building in schoolgirls with different somatotypes ..... 52  
Yu.Yu. Borina, M.A. Krasavina – Building professional competences in physical education in future preschool teachers ..... 61  
B.V. Auster – Development of coordination abilities in primary pupils in physical education process using outdoor water games ..... 64  
V.A. Grigoryev, D.A. Blinov, A.V. Sukhanov – Individual mental properties characterizing blocker's activity in volleyball..... 68  
E.V. Kuzmicheva, K.K. Dementiev – Evaluation of knowledge of sports and entertainment program directors ..... 91  
A.V. Kornev – Cluster analysis of goalball training motives in athletes with visual impairments..... 92

### JUBILEE OF SCIENTIST

80th anniversary of Nikolayev Yuri Mikhailovich!..... 38

### CONGRATULATIONS!

..... 17

### SCIENTIFIC LIFE

..... 49

### NEWS OF DISSERTATION COUNCIL

..... 80