

УДК 796.88 (063)  
ББК 75.712  
П44

*Под общей редакцией д-ра биол. наук, профессора В. С. Беляева*

**Рецензенты:**

д-р пед. наук, профессор К. С. Дунаев (ФГБОУ ВО МГАФК);  
канд. пед. наук И. С. Перевицкий (ФГБОУ ВО МГАФК)

**П 44 Подготовка высококвалифицированных спортсменов-тяжелотлетов на современном этапе :** материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Малаховка, 22-23 декабря 2022 г. / Московская государственная академия физической культуры ; под ред. В. С. Беляева. - Малаховка, 2022. – 232 с.  
**ISBN 978-5-907590-45-8**

В сборник вошли материалы научных докладов, представленных на II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 22-23 декабря 2022 г., посвященной первому ректору МГАФК, двукратному олимпийскому чемпиону, многократному чемпиону мира, доктору медицинских наук, профессору Аркадию Никитичу Воробьеву. Конференция прошла на базе Московской государственной академии физической культуры при участии и содействии Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Федерация тяжелой атлетики России». Вошедшие в сборник научные материалы ученых, преподавателей, аспирантов, соискателей и студентов, представляющих вузы Российской Федерации и университеты зарубежных стран, знакомят с актуальными подходами к решению проблем подготовки высококвалифицированных спортсменов тяжелоатлетов. Материалы докладов, включенные в настоящий сборник, опубликованы, преимущественно, в авторской редакции.

**УДК 796.88 (063)  
ББК 75.712**

**ISBN 978-5-907590-45-8**

© Московская государственная академия  
физической культуры, 2022

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Абульханов, А. Н., п. Малаховка, Россия</i> <b>Системный подход в подготовке квалифицированных спортсменов в единоборствах .....</b>	8
<i>Андреянова Е. М., Шульгин Г. Е., Манина Т. П., п. Малаховка, Россия</i> <b>Особенности выполнения жима штанги лежа с использованием экипировки «слингшот».....</b>	16
<i>Беляев В. С., Абдулмеджидов М. М., п. Малаховка, Россия</i> <i>Романов А. А., г. Москва, Россия</i> <b>Исследование физической работоспособности тяжелоатлетов ..</b>	23
<i>Борисов, Д. А., Борисова О. И., г. Донецк, ДНР, Россия</i> <b>Физическая подготовка в спортивной подготовке тяжелоатлетов .....</b>	27
<i>Дмитриев, Д. А., г. Москва, Россия</i> <b>Анализ тренировочных нагрузок у тяжелоатлетов олимпийского резерва .....</b>	34
<i>Зенченко, И. С., г. Москва, Россия</i> <b>Сравнительный анализ тренажерных устройств и показателей силы удара рукой у студентов физкультурного отделения .....</b>	42
<i>Зулаев И. И., г. Москва, Россия</i> <i>Чеберин С. И., г. Люберцы, Россия</i> <b>Элективные дисциплины по физической культуре и спорту «Атлетическая гимнастика в вузе: структура и содержание»...</b>	51
<i>Иваненко Т. П., п. Малаховка, Россия</i> <i>Перфильева Е. В., г. Москва, Россия</i> <b>Регулирование питания и питьевого режима как метод предсоревновательного снижения веса тела тяжелоатлетов .....</b>	58
<i>Коновальчик Д. Д., Черногоров Д. Н., г. Москва, Россия</i> <b>Ненормированный тренировочный режим в тяжелой атлетике как фактор снижения физической работоспособности .....</b>	64

<i>Красовский А. А., г. Витебск, Республика Беларусь</i> <i>Большой А. В., г. Томск, Россия</i> <b>Распределение тренировочной нагрузки женщин-тяжелотлеток в микроциклах с учетом биологических особенностей организма .....</b>	<b>73</b>
<i>Перевицкий И. С., Тамбовский А. Н., п. Малаховка, Россия</i> <b>О дискуссионности ряда вопросов спортивного судейства.....</b>	<b>80</b>
<i>Погосян Т. А., Рубинштейн И. А., Погосян М. М., п. Малаховка, Россия</i> <b>Инновационная методика комплексного мониторинга функциональной тренированности юных спортсменов с использованием компьютерных технологий .....</b>	<b>91</b>
<i>Полетаев П. А., п. Малаховка, Россия</i> <b>Показатели вертикальной скорости движения штанги в рывке .....</b>	<b>97</b>
<i>Сивохин И. П., г. Костанай</i> <i>Марденова Г. Б., г. Нур-Султан, Казахстан</i> <i>Озгенко Н. А., Калашиков А. П., Бекмухамбетова Л., г. Костанай, Казахстан</i> <b>Результаты биохимического контроля в подготовке тяжелоатлетов высокой квалификации .....</b>	<b>108</b>
<i>Сухоцкий В. И., Дунаев К. С., п. Малаховка, Россия</i> <b>Методы развития силы у юношей боксеров 16-17 лет .....</b>	<b>118</b>
<i>Терзи К. Г., п. Малаховка, Россия</i> <b>Силловые показатели при выполнении атлетических упражнений спортсменками, занимающимися атлетическими видами спорта .....</b>	<b>125</b>
<i>Тё С. Э., г. Омск, Россия</i> <i>Тё С. Ю., г. Санкт-Петербург, Россия</i> <i>Мухамедьяров Н. Н., г. Симферополь, Россия</i> <b>Устойчивость к механической нагрузке женщин-тяжелотлеток .....</b>	<b>133</b>

<i>Тушер Ю. Л., г. Мытищи, Россия</i> <i>Черногоров Д. Н., г. Москва, Россия</i> <b>Исследование функции равновесия тяжелоатлетов на этапе спортивного совершенствования .....</b>	<b>140</b>
<i>Фураев А. Н., п. Малаховка, Россия</i> <b>Формирование норм биомеханических показателей в спорте с использованием метода ассоциативных правил.....</b>	<b>149</b>
<i>Хасин Л. А., Рафалович, А. Б., п. Малаховка, Россия</i> <b>Методика сравнения сил взаимодействия спортсмена со штангой при выполнении толчка от груди по результатам скоростной съемки одной видеокамерой.....</b>	<b>158</b>
<i>Хитров С. С., Терзи К. Г., п. Малаховка, Россия</i> <b>Оценка уровня развития силовых способностей военнослужащих по призыву радиотехнических войск.....</b>	<b>166</b>
<i>Черепанова И. О., г. Москва, Россия</i> <i>Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия</i> <b>Формирование матрицы компетенций у студентов, обучающихся по профилю «спортивная тренировка в фигурном катании».....</b>	<b>172</b>
<i>Черепанова И. О., г. Москва, Россия</i> <i>Дунаев К. С., Беляев В. С., п. Малаховка, Россия</i> <b>Межмышечная координация в формировании технической подготовленности тяжелоатлетов на этапе высшего спортивного мастерства.....</b>	<b>178</b>
<i>Черепанова И. О., г. Москва, Россия</i> <i>Дунаев К. С., Беляев В. С., п. Малаховка, Россия</i> <b>Совершенствование межмышечной координации как фактор повышения уровня физической подготовленности тяжелоатлетов на этапе высшего спортивного мастерства.....</b>	<b>185</b>
<i>Черепанова И. О., г. Москва, Россия</i> <i>Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия</i> <b>Организация экспериментально-исследовательской работы с квалифицированными фигуристами.....</b>	<b>190</b>
<i>Черногоров Д. Н., г. Москва, Россия</i>	

*Тушер Ю. Л., г. Мытищи, Россия*

<b>Гармоничная физическая подготовка детей младшего школьного возраста средствами тяжелой атлетики как ориентация на занятия спортом.....</b>	<b>197</b>
---	------------

*Шапнова М. В., Погребной А. И., Остриков А. П. г. Краснодар, Россия*

<b>Особенности реакций опоры при выполнении рывка у тяжелоатлетов различной квалификации.....</b>	<b>205</b>
---	------------

*Шалманов А. А., Скотников В. Ф., Воробьев В. С. г. Москва, Россия*

<b>Интегративный подход к оценке техники выталкивания штанги от груди в толчке у сильнейших тяжелоатлетов женщин РФ.....</b>	<b>211</b>
--	------------

*Юнусов С. А., Абдусаттарова С. С., г. Чирчик, Узбекистан*

<b>Совершенствование механизмов оценки перетренированности тяжелоатлетов.....</b>	<b>221</b>
---	------------