



# ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ / №2 (43) / 2017  
ISSN 2311-343X

**ВХОДИТ В СПИСОК ЖУРНАЛОВ РЕЦЕНЗИРУЕМЫХ ВАК  
ЗАРЕГИСТРИРОВАН В РИНЦ**

## УЧРЕДИТЕЛЬ ЖУРНАЛА

**ООО «АГСПА»**

При поддержке Кафедры теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»

## СОСТАВ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ ЖУРНАЛА:

### Главный редактор

**БАЙКОВСКИЙ Юрий Викторович**, доктор педагогических наук, кандидат психологических наук, профессор, мсмк, змс по альпинизму, заведующий кафедрой психологии ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

### Научно-экспертный совет:

**БАБКИН Юрий Александрович**, генерал-лейтенант, заместитель директора Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации, начальник управления боевой подготовки

**БУБЕЕВ Юрий Аркадьевич**, доктор медицинских наук, профессор, заведующий отделом психологии и психофизиологии деятельности операторов Института медико-биологических проблем РАН

**ВУКОЛОВ Владимир Николаевич**, доктор педагогических наук, профессор, декан факультета туризма Казахской академии спорта и туризма.

**ГОДИНА Елена Зиновьевна**, доктор биологических наук, профессор, заслуженный научный сотрудник МГУ, заведующая лабораторией аукуологии человека

**ЗАЛИХАНОВ Михаил Чоккаевич**, доктор географических наук, профессор, действительный член РАН, депутат Государственной Думы РФ 3-5 созывов, член Высшего консультативного комитета ООН по стихийным бедствиям. С марта 2014 г. избран членом текущего состава Общественного совета при Росгидромете.

**ЗАКИРЬЯНОВ Кайрат Кайрулинович**, доктор педагогических наук, профессор, Ректор Казахской академии спорта и туризма

**КАМАЕВ Олег Иванович**, доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор кафедры олимпийского и профессионального спорта Харьковской государственной академии физической культуры

**КАБАРДОВ Мухамед Канишбиевич**, доктор психологических наук, профессор, Психологический институт РАО. Заместитель директора, заведующий кафедрой общей психологии МГППУ, заведующий лабораторией дифференциальной психологии и психофизиологии, член Ученого совета.

**КАСАТКИН Владимир Николаевич**, доктор медицинских наук, профессор. Заведующий лабораторией «Психология здоровья» Управления координации и планирования НИР и подготовки научных кадров МГППУ, руководитель отдела спортивной психологии ГКУ «ЦСТиСК» Москомспорта

**КОЛЕСНИЧЕНКО Павел Леонидович**, кандидат медицинских наук, доцент, заведующий кафедрой экстремальной и военной медицины Ивановской государственной медицинской академии

**ЛЕВУШКИН Сергей Петрович**, доктор биологических наук, профессор ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», директор НИИ спорта «РГУФКСМиТ»

**МОСКВИН Виктор Анатольевич**, доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАЕ. ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», профессор кафедры психологии

**НЕВЕРКОВИЧ Сергей Дмитриевич**, доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», заведующий кафедрой педагогики

**НУРГАЛЕЕВ Владимир Сутанович**, доктор психологических наук, профессор ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», профессор кафедры психологии

**ПОНОМАРЕНКО Владимир Александрович**, доктор медицинских наук, профессор, генерал-майор медицинской службы, академик РАО. Советник Директора Российского научного центра восстановительной медицины и куртологии Росздрава

**ПОПОВ Владимир Александрович**, кандидат медицинских наук доцент, член президиума Ассоциации авиационно-космической медицины России. Начальник Федерального управления авиационно-космического поиска и спасания при МО РФ

**ПИРАТИНСКИЙ Александр Ефимович**, профессор, почетный член Международной федерации спортивного скалолазания (IFSC). Институт физической культуры, спорта и молодежной политики Уральского Федерального университета, профессор кафедры сервиса и туризма

**СОНЬКИН Валентин Дмитриевич**, доктор биологических наук, профессор ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», заведующий кафедрой физиологии

**УШАКОВ Игорь Борисович**, доктор медицинских наук, член-корреспондент РАН, академик РАМН, директор Института медико-биологических проблем РАН

**ХАНС Каменски**, доктор, профессор, директор Института экономики образования земли Нижняя Саксония (Германия)

**ЦЫГАНКОВ Эрнест Сергеевич**, доктор педагогических наук, кандидат технических наук, профессор, заслуженный деятель науки, директор Центра высшего водительского мастерства

**ЧИЛИНГАРОВ Артур Николаевич**, доктор географических наук, член-корреспондент РАН, герой СССР и РФ. Депутат Государственной Думы РФ

Технический редактор и корректор: А.Ф. Зоткина  
Верстка: М.Ю. Рульков

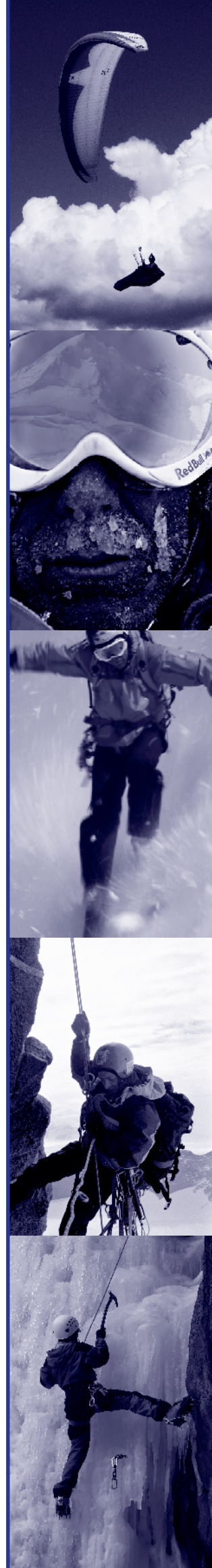
Адрес редакции: 105122, Москва, Сиреневый бульвар, д. 4, РГУФКСМиТ, офис 207  
Кафедра прикладных видов спорта и экстремальной деятельности  
Тел./факс: (499) 166-56-95, 166-54-81  
E-mail: alpfest@mail.ru

Отпечатано в ООО «САМ ПОЛИГРАФИСТ» [www.onebook.ru](http://www.onebook.ru) Тираж 500 экз.

Свидетельство о регистрации ПИ № Ф 77-69632 от 02 мая 2017 года.

Распространяется в розницу и по подписке.

Подписной индекс в «Каталоге российской прессы «ПОЧТА РОССИИ» на 2017 год – 24186



# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>Волобуева И.В.</b> Обучение начинающих парашютистов в аэротрубе ..... 3
	<b>Белый К.В., Эпов О.Г.</b> Анализ существующих методик обучения маневрированию в киокусинкай и родственных единоборствах ..... 6
<b>ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>Егиазарян А.А., Свищёв И.Д., Макаренко М.П.</b> Совершенствование взрывной силы у борцов с учетом механизмов энергообеспечения ..... 9
	<b>Смирнов В.Е., Овсянников Б.Н.</b> К вопросу о планировании силовой подготовки в прикладных видах спорта ..... 13
	<b>Потапова Н.А., Парахин В.А., Матвеева Е.С., Зудин В.Н.</b> Сравнительный анализ физической подготовки студентов первого курса кафедры физической культуры ..... 18
	<b>Михайлофф П.Р., Громов В.А.</b> Соотношение показателей развития силы мышц сгибателей и разгибателей туловища как фактор предотвращения боли в поясничном отделе позвоночника ..... 21
<b>ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Габдрахманов Д.Р., Рубин В.С.</b> Особенность структуры и динамики отдельных средств технической подготовки в многолетнем тренировочном процессе боксера ..... 25
	<b>Давыдов А.П., Медведев В.Г.</b> Показатели целевой точности хоккеистов различной квалификации в искусственно усложненных условиях ..... 31
	<b>Чепис С.Н., Морщинина Д.В., Керимов Ш.А.</b> Анализ выступления военнослужащих Министерства обороны РФ на соревнованиях по стрельбе из штатного или табельного оружия в 2016 г. .... 35
	<b>Данилин В.И., Байковский Ю.В.</b> Экспериментальные исследования методики подготовки инструкторов по обучению технике катания на горных лыжах в экстремальных условиях ..... 39
<b>ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Днов К.В., Порожников П.А., Юсупов В.В., Ятманов А.Н.</b> Применение многомерного скрининга психического здоровья военнослужащих в условиях похода ..... 43
	<b>Минуллин А.З., Шаяхметова Э.Ш.</b> Исследование функционального состояния ЦНС сотрудников физической защиты МВД России ..... 46
	<b>Тиунова О.В., Пашкова У.Ю.</b> Эффективное использование статистики соревновательной деятельности в системе психологической подготовки каратистов ..... 50
<b>ФИЗИОЛОГИЯ И ГЕНЕТИКА ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Погодина С.В.</b> Профессиональный спорт: возрастные проблемы адаптации и экстремального старения высококвалифицированных спортсменов мужского и женского пола ..... 54
	<b>Васильев О.С., Яворский А.Б., Левушкин С.П.</b> Функциональная подоскопия как клинико-биомеханический скрининг – метод выявления группы риска среди спортсменов с повышенной эластичностью мышечно-связочного аппарата ..... 59
<b>АДАПТАЦИЯ К ЭКСТРЕМАЛЬНЫМ УСЛОВИЯМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Хотинский Д.А., Ракитин Д.И., Вавилов О.К.</b> Вестибуло-окулярный этап адаптации человека к инверсии или реверсии зрительного поля как метод профилактики болезни движения в экстремальных условиях ..... 64
	<b>Митрофанов А.Н., Литвиненко С.Н.</b> Использование беговой интервальной тренировки для достижения феномена «сверхоксии» в полиатлоне ..... 69
	<b>Артеменков А.А.</b> Изучение пределов работоспособности корковых нейронов в условиях выработки динамического стереотипа и при экстремальных физических нагрузках ..... 74