

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПРИКЛАДНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ / №3 (25)/2012

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

Научный редактор

БАЙКОВСКИЙ Ю.В., доктор педагогических наук, проректор по научно-инновационной
работе РГУФКСМиТ, мсмк, змс

Главный редактор

ДУБИНИН А.С., ст. преподаватель кафедры филологии и спортивной журналистики

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, заслуженный врач РФ, зав. отделом
психологии и психофизиологии деятельности операторов Института медико-
биологических проблем РАН

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

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

УШАКОВ И.Б., доктор медицинских наук, член-корреспондент РАН, академик РАМН,
директор Института медико-биологических проблем РАН

Технический редактор и корректор: А.Ф. Зоткина

Верстка: М.Ю. Рульков

На обложке фото Мялиной Кристины студентки ГЦОЛИФК –
победительницы Кубка России по тайскому боксу

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

Перепечатка материалов допускается только с письменного разрешения редакции

СОДЕРЖАНИЕ

АДАПТАЦИЯ К ЭКСТРЕМАЛЬНЫМ СИТУАЦИЯМ	Молчанова Н.В. Факторы экстремальной деятельности при нырянии с задержкой дыхания. 3
	Иванков Ч.Т., Арустомян М.В., Желтоухов С.В., Костин Г.Д. Нейтрализация экстремальных ситуаций в прикладных видах спорта при сочетании физических нагрузок и технической подготовки в тренировке юных спортсменов. 6
	Серединцева Н.В. Влияние естественных эргогенических веществ на отдельные функциональные показатели юных дзюдоистов. 9
	Стрельцов А.А. Опыт применения естественных эргогенических веществ в экстремальных видах деятельности. 11
ИНОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ	Коников С.Л., Бритвина В.В. Инновационные подходы преподавания единоборств в системе профессиональной подготовки офицеров спецподразделений. 14
	Васильев О.С. Минимальные сверхнагрузки как принцип экстремальности восстановления в спорте. 18
ТЕОРИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Цыганков Э.С., Шулик Г.И. Экстремальные дисциплины мотоциклетного спорта. 20
	Васильева В.В., Сыроежин А.С. Анализ факторов, способствующих успешному достижению альпинистом высоты 7000 метров. 23
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ	Двойченко В.В., Эпов О.Г. Особенности физической подготовленности спортсменов-тхэквондисток высокой квалификации. 26
	Абдулмеджидов М.М., Громов В.А. Объем нагрузки в тягах и приседаниях у тяжелоатлетов Китая и России в зависимости от массы тела. 29
	Рыжкова Л.Г. Ситуации для применения атак, защит с ответом и контратак в условиях фехтовального боя. 32
	Лаптев А.И., Казаков А.Ю., Левушкин С.П. Использование индивидуально-группового подхода при развитии силовых и скоростно-силовых возможностей борцов в экстремальных тренировочных условиях. 36
ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	Титаренко Р.В., Литвиненко С.Н. Педагогическая концепция использования экстремальных видов спортивной деятельности в профилактике наркомании подростков. 40
	Ермаков А.В. Принятие решения при противодействии противнику вооружённому холодным оружием в условиях моделирования ближнего и рукопашного боя. 43
	Ширяев В.Н. Военно-профессиональная деятельность специальных войск при выборе исходного района сплава и подготовке путей подвоза по горным рекам. 46
МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ	Жилкова Ю.В., Макаренко З.В., Конюхова Г.П., Конюхов В.Г., Бритвина В.В., Шабалина Н.В. Кластерный подход в туризме. 49
ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА	Москвина Н.В. Индивидуальные особенности коммуникации и факты экстремальности. 52
	Колесниченко П.Л. Психическая травма спасателей при ликвидации чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. 55
ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ	Ушаков С.В. Подготовка персонала для судейства соревнований по автомобильному спорту. 58
ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	Ковылин М.М. Диалектический подход к исследованию проблемы оптимального управления двигательными действиями в тренировочно-соревновательном процессе спортсменов-велосипедистов. 62
ТЕОРИЯ ТРЕНИРОВКИ И ОБУЧЕНИЯ	Вагин А.Ю., Пьянников В.С. Сравнительный биомеханический анализ различных видов ударов ногами в единоборствах. 69
СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА	Москатова А.К. Стратегия использования адаптогенных комплексов в профилактике горной болезни и активации энергетических резервов организма в условиях высокогорного траверса. 71
ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБОЗРЕНИЕ	Передельский А.А., Коников С.Л. К вопросу о концептуальной интерпретации аналитических обзоров тематики диссертаций в сфере физической культуры, спорта и туризма. 76

TABLE OF CONTENTS

ADAPTATION TO EXTREME CONDITIONS	Molchanova N. Factors of extreme character on sport diving with breath holding. 3
	Ivankov G., Arustomyan M., Zheltoukhov S., Kostin G. Neutralization of extreme situations in applied sports at the combination of physical exercises and technical training in training of young athletes 6
	Seredintseva N. Experience of application of natural ergogenic substances in extreme kinds of activity 9
	Streletsov A. Without hardware oxygen therapy as the prophylactic of gipoksemia in different types of extreme activity 11
INNOVATIVE TECHNOLOGIES	Konikov S., Britvina V. Innovative approaches in teaching of martial arts in the training system of special forces officers 14
	Vasilyev O. The minimum surplus loads as the principle of extremeness of restoration in sports 18
THEORY OF SPORTS ACTIVITY	Tsygankov E., SZULIK G. Extreme disciplines of motorcycle sports 20
	Vasilyeva V., Syroezhin A. Analysis of factors contributing to a successful mountain climb of altitude over 7000 meters 23
THEORY AND METHODOLOGY OF TRAINING	Dvoychenko V., Epov O. Special features of physical conditions of sportswomen high qualification in taekwondo 26
	Abdulmajidov M., Gromov V. Amount of load in the rows and squats of women weight-lifters from china and russia depending of body weight 29
	Ryzhkova L. Situations for application of attacks, protection with the answer and counterattacks in fencing fights 32
	Laptev A., Kazakov A., Levushkin S. Using of individual-group approach in the development of power and speed-power capabilities of sport fighters in extreme training conditions 36
PROFESSIONAL AND APPLIED TRAINING	Titarenko R., Litvinenko S. Educational concept of extreme sports in drug prevention for adolescents 40
	Ermakov A. Decision-making at counteraction to an opponent armed with the cold weapon in the conditions of modelling of the neighbor and hand-to-hand fight 43
	Shiryaev V. Military professional activities of special forces in the selection of source area of rafting and preparing supply routes on rivers 46
METHODS OF PREPARATION	Zhilkova J., Makarenko Z., Konyukhova G., Konyukhov V., Britvina V., Shabalina N. Cluster approach in tourism 49
SPORTS PSYCHOLOGY	Moskvina N. Specific features of communication and facts of extremeness 52
	Kolesnichenko P. Mental trauma of rescuers at elimination of emergency situations at peace and wartime 55
TRAINING OF SPECIALISTS	Ushakov S. Training personals for refereing competition in motor sport 58
PHILOSOPHICAL QUESTIONS OF PHYSICAL EDUCATION	Kovylin M. Dialectical approach to the problem of optimal control of motor actions in a training-competitive process athletes cyclists 62
THEORY TRAINING AND EDUCATION	Vagin A., Pyannikov V. Comparative biomechanical analysis of different types of kicks in the martial arts 69
SPORTS MEDICINE	Moskatova A. Strategy usage of the complex supplements for adaptation, prevention altitude sickness and increasing energetic reserves organism on condition high mountain traverse 71
INFORMATION REVIEW	Peredelsky A., Konikov S. On the conceptual interpretation of analytical review of themes dissertation in physical education, sport and tourism 76

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 7.1-2003. Цитируемая 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**

