



# ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ / №1 (55)/2020

ISSN 2311-343X

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

УЧРЕДИТЕЛЬ ЖУРНАЛА

**ООО Издательский центр «АГСПА»**

*При поддержке 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, эмс 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, нейрофизиологии и психофизиологии деятельности операторов ГНЦ РФ 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 Кайруллинович**, 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 курортологии 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 физической культуры и спорта

**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  
Тел./факс: (499) 166-56-95, 166-54-81  
E-mail: alpfest@mail.ru

Отпечатано в ООО «САМ ПОЛИГРАФИСТ» 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 2019 год – 24186

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Сытник Г.В., Воронов И.А.</b> Оценка «величины эффективности» социально-психологического тренинга «кризисные спортивные ситуации как фактор развития личности спортсмена» с квалифицированными спортсменами тяжелоатлетами ..... 3
	<b>Шумова Н.С., Байковский Ю.В.</b> Анализ структуры личности спортсменов в исследованиях, проведенных на кафедре психологии РГУФКСМиТ в 2019 году ..... 7
<b>ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Кочанов Д.Л.</b> Критерии оценки техники выполнения одиночного «подвижного» блока квалифицированных волейболистов на основе применения тренажерных устройств ..... 12
	<b>Крутских В.В., Абрамычев А.В., Мещеряков А.В.</b> Разработка классификации приемов силовой борьбы в хоккее с шайбой ..... 16
	<b>Исаев А.А., Дунаев К.С.</b> Повышение уровня профессиональной подготовленности военнослужащих подразделений почетного караула с помощью физических упражнений на нестабильной поверхности ..... 21
	<b>Сенчукова Х.И., Лима О.Т., Клещева Т.В.</b> Технико-тактическая подготовка боксеров высшего спортивного мастерства в поединках с различной степенью конкурентности ..... 25
<b>ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Жуков Ю.Ю.</b> Проектирование тренерской подготовки студентов физкультурных вузов по единоборствам ..... 30
<b>ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Свищёв И.Д.</b> Триады объектов спортивной деятельности как форма выявления дополнительной информации подготовки дзюдоистов ..... 33
<b>АДАПТАЦИЯ К НЕБЛАГОПРИЯТНЫМ ФАКТОРАМ</b>	<b>Швыгина Н.В.</b> Физическая реабилитация как метод восстановления специальной работоспособности хоккеистов 18-20 лет после перелома надколенника ..... 38
<b>РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Косс В.В., Елизаров М.В., Толстых Р.А.</b> Черепно-мозговые спортивные травмы, диагностика, лечение, реабилитация. .... 44
<b>ПРОБЛЕМЫ БЕЗОПАСНОСТИ</b>	<b>Ермаков А.В., Порецкий П.М.</b> Направления перспективного развития спорта в России на примере сравнительного анализа организации чемпионатов мира по спортивному метанию ножа организованных в Российской Федерации и за рубежом ..... 51
<b>АДАПТАЦИЯ К НЕБЛАГОПРИЯТНЫМ ФАКТОРАМ</b>	<b>Соколова Л.В., Медведев А.А.</b> Особенности термограммы кистей рук студентов-индийцев в период адаптации к условиям холодного климата Европейского Севера России ..... 57
<b>СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Виньковская К.К., Воробьева Е.В.</b> Методика повышения специальной физической подготовленности бегунов на средние дистанции на тренировочном этапе с использованием дополнительного оборудования ..... 63
<b>ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Рубцов А.В., Рубцова Н.О.</b> Обеспечение безопасности туристских программ для детей с ДЦП, пользующихся инвалидной коляской ..... 66
	<b>Рыжкова Л.Г.</b> Особенности ведения соревновательной борьбы в вариативных конфликтных ситуациях боя на шпагах у финалистов мирового и европейского первенств среди кадетов в 2019 году ..... 71