

ББК 75.0  
УДК 796/612  
В74

Редакционная коллегия:

О. Н. Кудря, д-р биол. наук, профессор,  
Л. П. Черепкина, канд. биол. наук, доцент,  
Ю. П. Салова, канд. биол. наук, доцент,  
И. А. Кузнецова, канд. биол. наук, доцент,  
В. В. Кальсина, канд. мед. наук, доцент,  
Т. П. Ефимова, канд. биол. наук, доцент,  
С. Г. Куртев, канд. мед. наук, профессор.

В74

**Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений** : материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции (24–25 ноября 2021 г.) / Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта ; ред. кол.: О. Н. Кудря, Л. П. Черепкина, Ю. П. Салова, И. А. Кузнецова, В. В. Кальсина, Т. П. Ефимова, С. Г. Куртев. – Омск : СибГУФК, 2022. – 1 CD-ROM. – Системные требования: процессор Intel Pentium или аналогичный процессор других производителей, 500 МГц; оперативная память 512 Мб, необходимо на винчестере 50 Мб, операционные системы Windows 2000 и выше, программа Acrobat Reader 5.0 и выше; видеокарта SVGA 1280×1024 High Color (32 bit). – Загл. с титул. экрана. – ISBN 978-5-91930-197-4. – Текст : электронный.

В сборнике представлены материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции, проходившей 24–25 ноября 2021 г. Рассматриваются актуальные научные данные по вопросам подготовки спортивного резерва, спорта высших достижений, затрагиваются проблемы функциональной подготовки, совершенствования тренировочного процесса, особенностей адаптации к спортивным нагрузкам, врачебного и медико-биологического контроля с целью профилактики и сохранения здоровья, антидопингового сопровождения тренировочного процесса в спорте высших достижений.

Материалы сборника представляют интерес для тренеров, спортивных врачей, специалистов в области физической культуры и спорта, студентов, магистрантов и аспирантов.

ББК 75.0  
УДК 796/612

## Содержание

### РАЗДЕЛ 1. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ. ВОПРОСЫ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ПАРАЛИМПИЙСКИХ ВИДАХ СПОРТА

<b>А. А. Анцелиович, О. Ю. Смоленчук</b> ОБЗОР НОВЫХ МЕТОДИК ВЫЯВЛЕНИЯ ЗАПРЕЩЕННЫХ СУБСТАНЦИЙ В ПРОБАХ СПОРТСМЕНОВ .....	7
<b>Х. М. Ахмадуллина, У. З. Ахмадуллин, В. А. Захаров, В. В. Айвазян</b> К ВОПРОСУ О КОМПЛЕКСНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЕДИНОБОРСТВАМИ .....	9
<b>М. К. Белов</b> ИЗУЧЕНИЕ КООРДИНАЦИОННОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ЛЕГКОАТЛЕТОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ .....	12
<b>Я. Е. Бугаец, А. С. Гронская, М. В. Малука, Т. А. Исаенко</b> ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ОЦЕНКА ОСНОВНЫХ МЫШЕЧНЫХ ГРУПП ЖЕНЩИН, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКОЙ .....	15
<b>А. А. Доможилова, Н. В. Дубкова, И. А. Болотова</b> ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА УЛЬТРАЗВУКОВОЙ ВЫСОКОЧАСТОТНОЙ ДОППЛЕРОГРАФИИ ДЛЯ ОЦЕНКИ РЕАКЦИИ МИКРОЦИРКУЛЯЦИИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ НАГРУЗКУ .....	17
<b>М. М. Коростелева, И. В. Кобелькова, М. С. Кобелькова</b> ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОФЕИНА В УДАРНЫХ ВИДАХ СПОРТА .....	20
<b>Е. А. Руль, А. В. Шмидт</b> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРАНСКРАНИАЛЬНОЙ ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИИ ЛЫЖНИКАМИ-ГОНЩИКАМИ В УСЛОВИЯХ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ .....	22
<b>Е. В. Федотова, П. А. Сиделев</b> ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МЕХАНИЗМОВ ТРАНСПОРТА ЛАКТАТА В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ СПОРТСМЕНОВ В ВИДАХ СПОРТА НА ВЫНОСЛИВОСТЬ .....	25

### РАЗДЕЛ 2. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТА. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

<b>Н. Адодин, Н. Еремич, М. Лебедев, Е. Мякинченко, М. Шестаков</b> РАЗРАБОТКА СИСТЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПЛАНОВ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОВРЕМЕННЫХ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ .....	29
<b>В. В. Алтынцев</b> ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСА СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ .....	31
<b>Р. А. Боргенс</b> ОСОБЕННОСТИ ТАКТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ ИГРОКОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ БАСКЕТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ .....	33
<b>М. С. Вилкова, Г. А. Баранов</b> ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА .....	36

<b>А. В. Воронков, В. В. Соколов, А. А. Горофонов</b> МЕТОДИКА СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНОШЕЙ 12–14 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БОКСОМ .....	38
<b>В. М. Газанова, А. А. Романко</b> КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АМОРТИЗАТОРОВ ДЛЯ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ БАДМИНТОНИСТОВ 16–17 ЛЕТ .....	40
<b>К. А. Грачев</b> ВОДНЫЙ ТРЕНИНГ КАК СРЕДСТВО АКТИВИЗАЦИИ УМСТВЕННОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ .....	43
<b>А. И. Ерёмкин, Ю. П. Салова</b> АНАЛИЗ КОМПОНЕНТОВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ .....	46
<b>Е. С. Жукова, Е. А. Митяева</b> ВЛИЯНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА РЕЗУЛЬТАТ ПРОПЛЫВАНИЯ ДИСТАНЦИИ 100 М БАТТЕРФЛЯЕМ У ЖЕНЩИН-ПРИЗЕРОВ ЧЕМПИОНАТОВ МИРА ПО ПЛАВАНИЮ .....	51
<b>Е. С. Жукова, Е. В. Тимофеева</b> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПЛОВЦОВ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ ПОДВОДНОГО РЕГБИ.....	54
<b>К. В. Завьялов, В. Н. Коновалов</b> ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК НА ЭТАПЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ К СОРЕВНОВАНИЯМ В ГОРНОМ БЕГЕ.....	57
<b>А. Н. Задорожний, О. Е. Шайкина</b> ПРИМЕНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ С ОТЯГОЩЕНИЕМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БАСКЕТБОЛИСТОК 14–15 ЛЕТ .....	59
<b>И. А. Зарипов</b> ПЛАНИРОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ КОРЭШ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА .....	62
<b>Т. П. Захарова, И. В. Руденко</b> ДИНАМИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФАЗЫ «МЕРТВОЙ ТОЧКИ» В УПРАЖНЕНИИ «ПРИСЕДАНИЕ СО ШТАНГОЙ НА ПЛЕЧАХ» В ПАУЭРЛИФТИНГЕ И ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКЕ .....	65
<b>А. В. Иванов</b> СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЛЕГКОАТЛЕТОВ.....	67
<b>А. Г. Камчатников, С. С. Мирошникова, Т. П. Дорохова, Н. Н. Говорова</b> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭРГОГЕНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ТРЕНИРОВКЕ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ.....	70
<b>Ю. Г. Коноваленко, К. М. Ваисов</b> ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА САМБИСТОВ ПОСРЕДСТВОМ ФОРМИРОВАНИЯ ЗРИТЕЛЬНОГО ОБРАЗА ПРИЕМОВ БОРЬБЫ .....	72
<b>М. М. Коростелева, И. В. Кобелькова, М. С. Кобелькова</b> ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТРАНСГЕНДЕРНЫХ СПОРТСМЕНОВ .....	75
<b>Д. А. Корюкин, О. Н. Косолапов, О. В. Дранишникова</b> ДИНАМИКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ ВОЛЕЙБОЛИСТОК СБОРНОЙ КОМАНДЫ КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ....	77
<b>И. Г. Кривец, О. В. Панасюк</b> ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СПОРТСМЕНОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ.....	80

<b>О. В. Лангуева, Е. А. Лысов, В. Н. Суконников</b> МИНИ-ГОЛЬФ: ИГРА В ОБРАТНОЙ СТОЙКЕ КАК ЧАСТЬ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА .....	83
<b>И. А. Ляшко</b> ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ КОМАНДНЫМ ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ БАСКЕТБОЛИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	86
<b>Т. Ж. Махамбетов</b> АНАЛИЗ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ И ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ В ГОДИЧНОМ МАКРОЦИКЛЕ.....	88
<b>С. И. Мирошниченко</b> ФАКТОРЫ ПРОДЛЕНИЯ СПОРТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ В ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ МНОГОБОРЬЯХ ДЛЯ ЗРЕЛЫХ СПОРТСМЕНОВ.....	92
<b>Н. Ю. Мищенко</b> РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЮНОШЕЙ 16–18 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТХЭКВОНДО С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДА ИНТЕРВАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ «ТАБАТА» .....	93
<b>И. А. Нечипоренко</b> ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РЕЗУЛЬТАТ В ДИСЦИПЛИНЕ ПОДВОДНОГО СПОРТА «АПНОЭ-ДИНАМИЧЕСКОЕ» .....	97
<b>Т. В. Полторацкая</b> АНАЛИЗ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА В ГОДИЧНОМ МАКРОЦИКЛЕ.....	101
<b>О. Е. Понимасов</b> ИНТЕГРИРОВАННЫЙ РЕСУРС СОПРЯЖЕННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ СРЕДСТВ ПИЛАТЕСА И ГИДРОАЭРОБИКИ.....	104
<b>А. В. Речкалов, О. Л. Речкалова, В. И. Бочкарев</b> ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОДЪЕМОВ ЮНЫМИ БИАТЛОНИСТАМИ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ .....	107
<b>Я. С. Романова, Т. В. Полторацкая</b> ДИНАМИКА ИНДЕКСА НАПРЯЖЕННОСТИ НАГРУЗКИ В ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БИАТЛОНИСТОК В ФАЗАХ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА.....	110
<b>Е. В. Рындовская, Я. Ю. Хомичев</b> ОСОБЕННОСТИ ВЫСТУПЛЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКИХ ЖЕНСКИХ БАСКЕТБОЛЬНЫХ КОМАНД В АССОЦИАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОГО БАСКЕТБОЛА СИБИРСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА .....	113
<b>Т. М. Скрипкина, В. Д. Бубликова</b> КОМПЛЕКС СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ УПРАЖНЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫЙ НА КАЧЕСТВО ОТТАЛКИВАНИЯ ЛЫЖЕЙ В ТЕХНИЧЕСКОМ ДЕЙСТВИИ ПОПЕРЕМЕННОГО ДВУХШАЖНОГО ХОДА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ.....	118
<b>Б. П. Сокур, А. Т. Давлетова, А. А. Павлий</b> ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ (БЫСТРОТЫ РЕАКЦИИ НА ДВИЖУЩИЙСЯ ОБЪЕКТ) У ТЕННИСИСТОВ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ .....	121

<b>А. В. Степочкин, Ю. В. Демченко, Л. П. Черепкина</b> ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА БОКСЕРОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ С УЧЕТОМ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ .....	124
<b>Е. А. Ткачева</b> КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГРЕБЦОВ-АКАДЕМИСТОВ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ .....	130
<b>Е. В. Федотова, П. А. Сиделев</b> СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К КЛАССИФИКАЦИИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА .....	133
<b>И. П. Чернов, Я. Ю. Хомичев</b> АНАЛИЗ ТЕНДЕНЦИЙ РАННЕГО НАБОРА ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНЫХ ШКОЛАХ.....	136
<b>А. А. Шаяхтатов, А. И. Шукина</b> ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДСТАРТОВОГО ЭТАПА У СПОРТСМЕНОВ .....	139
<b>И. П. Шлее, А. Н. Чернова</b> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ НА ОРГАНИЗМ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА .....	141
<b>Е. В. Шапов</b> МОДЕЛИ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ.....	144
<b>Д. В. Щёкин</b> ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ .....	147
<b>Ю. Н. Эртман, Д. В. Ходус, Н. В. Килунина</b> ПРИМЕНЕНИЕ ДАТЧИКОВ VERT В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ .....	150
<b>Е. В. Звягина</b> ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА С УЧЕТОМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ .....	153