

A person in a wingsuit is shown in mid-flight, wings spread wide, against a backdrop of a vast, snow-covered mountain range. The person's suit is dark with a prominent Red Bull logo on the chest. The scene is captured from a low angle, emphasizing the scale of the mountains and the height of the jump. The sky is clear and blue.

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 аутоэкологии 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 Канибиевич, доктор психологических наук, профессор, Психологический институт РАО. Заместитель директора, заведующей 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 МГПУ, руководитель отдела спортивной психологии ГКУ «ЦСТУСК» 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»

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)*

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. Рудков

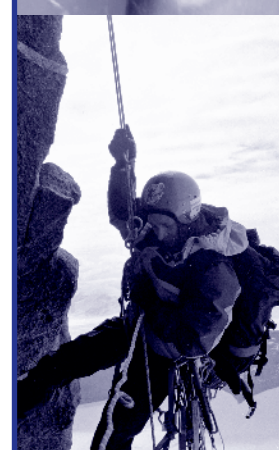
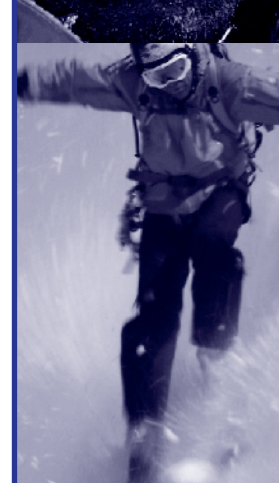
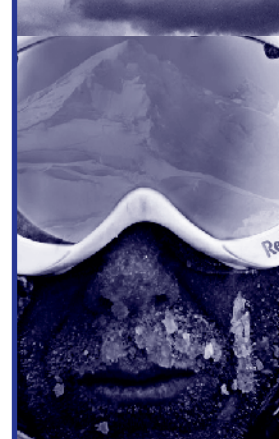
Адрес редакции: 105122, Москва, Сиреневый бульвар, д. 4, РГУФКСМиТ, офис 207
Тел./факс: (499) 166-56-95, 166-54-81
E-mail: alpfest@mail.ru

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

БИОМЕХАНИКА ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Шалманов А.А. Кинематические и динамические показатели движения штанги в толчке у тяжелоатлетов высокой квалификации разных весовых категорий 3
ФИЗИОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Мирошников А.Б., Павлов Е.А., Выборнов В.Д., Блинова С.А., Форменов А.Д., Баландин М.Ю., Антонов А.Г. Разработка рациона питания с учетом доступной энергии участников походов на низких высотах 8
ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Баранюк В.И., Мякенький Г.С., Кушнарченко И.А. Анализ сбивающих факторов и ограниченных пространств возможных при ведении рукопашного боя военнослужащими в условиях боевых действий 15
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	Селезнева Ю.А., Косс В.В. Особенности общей и специальной физической подготовки спортсменов-пилотов и спортсменов-техников в воздухоплавательном спорте 19
	Шалагинов В.Д., Германов Г.Н., Корольков А.Н. Модельные характеристики скоростно-силовой подготовленности спортсменов различной квалификации в пожарно-спасательном спорте 24
	Мо Жоцинь, Тан Хуань, Зерэг Фатех Комплексное развитие физических качеств и специальная подготовка туристической и краеведческой деятельности детей в системе дополнительного образования в провинции Цзилинь (КНР) 30
	Полиевский С.А., Зюрин Э.А., Швыгина Н.В., Арбузова Н.А. Оценка инвестиций физической культуры и спорта (ФКС) в потенциал здоровья 34
ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Шумова Н.С., Байковский Ю.В., Захрямина Л.Н. Психологическая подготовленность яхтсменов высокой квалификации к соревновательной деятельности 42
ТРАВМАТИЗМ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Жуков Ю.Ю. Травмы и экстремальные случаи при занятиях вольной борьбой 49
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Зерэг Фатех, Жийяр М.В., Хаджаре Х.М. Анализ способов повышения эффективности тренировки координационных способностей юных футболистов 11–14 лет 54
	Кочанов Д. Л., Сираковская Я.В., Баранюк В.И., Стрелков А.А. Критерии результативности технико-тактического выполнения индивидуального блокирования в волейболе 59
ПРИКЛАДНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	Ермаков А.В. Применение методов визуализации при анализе данных на примере результатов спортивной деятельности в смешанных единоборствах ММА 64