



# Физическая культура: воспитание, образование, тренировка

Научно-методический журнал  
Российской Академии Образования  
Российского государственного  
университета физической культуры,  
спорта, молодежи и туризма  
(ГЦОЛИФК)

Вестник Проблемного совета  
по физической культуре  
Российской Академии Образования

Основан в 1996 году

## Главный редактор

ЛУБЫШЕВА Л.И. (профессор)

## Редакционный совет:

АШКИНАЗИ С.М. (профессор)  
БЛЕЕР А.Н. (профессор)  
БУЛГАКОВА Н.Ж. (член-корр. РАО)  
ГОРЕЛОВ А.А. (профессор)  
ЗАГВЯЗИНСКИЙ В.И. (академик РАО)  
МАНЖЕЛЕЙ И.В. (профессор)  
МАТЫШИН О.В. (профессор)  
НЕВЕРКОВИЧ С.Д. (академик РАО)  
РУМБА О.Г. (профессор)  
ПОПОВ Г.И. (профессор)  
ВИЗИТЕЙ Н.Н. (профессор)  
(Молдова)  
КОХАНОВИЧ Казимир (профессор)  
(Польша)

## Редакторы

ОЗЕРОВА О.А.  
СЕВЕРИНА С.А.

## Переводчик

НОВОСАД И.В.

## Верстка

ТЕРЁШИНА О.В.

Издание предназначено  
для читателей старше 14 лет



Теория и практика  
физической культуры и спорта

## МЕТОДОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Л.И. Лубышева, Л.А. Семенов – Система базовых условий для подготовки школьников к выполнению нормативных требований комплекса ГТО .....	2
Р.М. Гимазов – Построение движений: от теории к практике .....	8
О.В. Стрижакова – Цифровой взгляд на физическую культуру человека .....	11
В.К. Спирин, Н.А. Кузьмина, А.А. Степанов, О.А. Чупехина – Спортсизация предмета «Физическая культура» как условие устойчивого развития школьного образования .....	15

## ИННОВАЦИОННЫЕ ПРОЕКТЫ

А.В. Долматов, И.В. Осадченко – Новый методический подход к преподаванию нетрадиционных оздоровительных практик в физкультурном образовании .....	18
А.С. Горбачев, В.В. Пономарев – Летний триатлон в физическом воспитании студентов .....	21
А.В. Шаравьева, Т.Н. Шутова, Е.О. Рыбакова, М.А. Возисова – Построение оздоровительных программ аквафитнеса на основе синергетического и диверсификационного подходов .....	23

## ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

А.К. Беляков, М.М. Полишкис – Влияние нагрузок разной направленности на эффективность соревновательной деятельности в период подготовки сборной России по футболу к чемпионату Европы 2016 г. ....	26
Р.В. Тамбовцева, И.А. Никулина – Влияние специфической нагрузки на концентрацию натрия и калия в сыворотке крови спортсменов-легкоатлетов и штангистов различной квалификации .....	30

## «ДЕТСКИЙ ТРЕНЕР» – журнал в журнале

А.В. Астахов, К.В. Шишов – Оценка «внутренней меры настоящего» как фактора эффективности физкультурно-спортивной деятельности .....	34
Г.Р. Айзатуллова – Компоненты соревновательных упражнений спортивной аэробики и их взаимосвязь, как фактор лидерования на мировой арене .....	36
В.Н. Алексеев, Е.Г. Винокуров – Преемственность как отражение этнических традиций в развитии национальных видов спорта .....	40
И.С. Семибратова – Повышение помехоустойчивости спортсменов групповых упражнений с учетом типов их темперамента .....	43
Д.А. Ульянов, Т.В. Гладкова, Т.Г. Коваленко – Эффективность управления тренировочным процессом студенческой команды по бадминтону в условиях вуза .....	46

М.Н. Бархатов, А.Н. Корженевский, Х.А. Тоноян – Влияние предсоревновательной подготовки и соревновательной деятельности на организм высококвалифицированных единоборцев .....	49
Н.П. Герасимов – Повышение эффективности спортивной подготовки лыжников в непрофильных вузах с учетом инноваций в спортивном инвентаре .....	52
А.А. Федорина-Шпаер, Ю.В. Сысоев – Динамика изменения взрывной силы мышц у женщин-спринтеров различной спортивной квалификации .....	55

## ПОДГОТОВКА БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ

Е.М. Федоскина, А.В. Федоскин – Социальный портрет студента спортивного вуза в условиях образовательного пространства .....	57
М.А. Возисова, Т.Н. Шутова, Е.О. Рыбакова, А.В. Шаравьева – Активные и интерактивные методы обучения в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры в области туристской деятельности .....	59

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Т.В. Колтошова, О.Е. Баркова, М.И. Катрина, М.А. Миленина – Стратегия здоровьесбережения опорно-двигательного аппарата в физкультурном образовании студентов .....	63
А.Н. Малинин – Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи с использованием средств бокса .....	66
Т.А. Херувимова, Т.В. Кугушева, Д.А. Зубков – Методика формирования культуры здорового образа жизни у студентов .....	68

## АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Э.Э. Фролов, Т.В. Тимохина – Формирование толерантности к слабобидящим детям на уроках физической культуры .....	71
Л.Б. Сабитова, Т.А. Пономарева, В.М. Крылов – Инклюзивное образование в сфере физической культуры .....	74
Т.А. Гарёва, Т.Б. Филичева, Т.В. Туманова – Коррекция моторно-двигательных и речевых возможностей у детей со стёртой дизартрией .....	77

## УЧЕНЫЕ – ПРАКТИКАМ

Н.Н. Гергега, Н.И. Синяевский, А.В. Фурсов – Разработка веб-портала для повышения эффективности программно-методического обеспечения подготовки студентов к выполнению норм ГТО .....	10
С.С. Горбунов, Л.Н. Смолякова – Методика совершенствования координационных способностей лыжников-гонщиков на основе принципа сопряженного воздействия .....	14
И.Ю. Лохмоткин, В.А. Киселев – Структура и содержание соревновательной деятельности боксеров легкого веса с учетом изменений регламента поединка .....	20
Л.Г. Рыжкова, И.М. Дзоблаева – Различия в содержании схваток соревновательных боев у сильнейших в мире фехтовальщиц на рапирах .....	29
Л.Г. Пашенко – Отношение детей к средствам соревновательной направленности в программе лагеря летнего отдыха .....	39
Д.А. Зубков, Т.В. Фендель, С.М. Погудин – Критерии эффективности научно-исследовательской работы в вузах физической культуры .....	54
А.Н. Коноплева, Е.В. Карданова, Т.Ю. Черкесов, М.Х. Гилясова – Повышение спортивного мастерства волейболистов на основе коррекции технических приемов средствами срочной информации .....	62
Д.С. Якушев – Методологические аспекты анализа здорового стиля жизни населения Российской Федерации .....	70
<b>НОВЫЕ КНИГИ</b> .....	22
<b>ВНИМАНИЕ! КОНКУРС «ЛУЧШАЯ НАУЧНАЯ СТАТЬЯ-2018»</b> .....	45
<b>ВЕСТИ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА</b> .....	48, 51, 67