

# ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ежемесячный  
научно-теоретический  
журнал, основан в 1925 г.,  
входит в:  
– базу данных Scopus;  
– индекс Российского  
научного цитирования  
(РИНЦ);  
– базу данных  
англоязычных  
периодических изданий  
EBSCO

Главный редактор  
Людмила ЛУБЫШЕВА

Редакционная коллегия:

Ашкинази С.М. (д.п.н.,  
профессор)  
Булгакова Н.Ж. (член-корр. РАО,  
д.п.н., профессор)  
Врублевский Е.П. (д.п.н.,  
профессор)  
Горелов А.А. (д.п.н., профессор)  
Губа В.П. (д.п.н., профессор)  
Загrevская А.И. (д.п.н.,  
профессор)  
Загrevский В.И. (д.п.н.,  
профессор)  
Захарьева Н.Н. (д.м.н.,  
профессор)  
Лхагвасурэн А. (д.п.н.)  
Лхагвасурэн Л. (д.б.н.,  
профессор)  
Лубышева Л.И. (д.п.н.,  
профессор)  
Манжелей И.В. (д.п.н.,  
профессор)  
Манолаки В.Г. (доктор  
педагогической, профессор)  
Неверкович С.Д. (академик  
РАО, д.п.н., профессор)  
Пешкова Н.В. (д.п.н., доцент)  
Попов Г.И. (д.п.н., профессор)  
Румба О.Г. (д.п.н., профессор)  
Сивохин И.П. (д.п.н., профессор)  
Тамбовцева Р.В. (д.б.н.,  
профессор)

Ответственный секретарь  
Ольга ОЗЕРОВА

Компьютерная вёрстка  
Ольга ТЕРЁШИНА

На обложке: профессора  
Дворкин Леонид Самойлович  
и Дворкина Наталья Ивановна  
– ведущие ученые Кубанского  
государственного университета  
физической культуры, спорта и  
туризма



Теория и практика  
физической культуры и спорта

## Содержание

# 5'2025

№(1043)

|   |  |
|---|--|
| <b>НАВСТРЕЧУ 100-ЛЕТНЕМУ ЮБИЛЕЮ ТИПФК</b><br>Л.И. Лубышева – Цифровая трансформация в спорте – современные тренды и тенденции.....  | 3  |
| <b>ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА</b><br>В.В. Зибзеев, А.Н. Курашов, М.С. Носов, С.А. Лазаренко, И.А. Илюхин – Сравнительный анализ распределения тренировочных нагрузок могулистов высокой квалификации в годичном цикле подготовки.....                   | 7  |
| И.С. Марьин, Т.В. Голушко, Е.Ю. Колганова, Е.В. Грднева – Вариативность влияния предстартовой разминки на активацию соревновательной работоспособности пловца.....  | 10   |
| О.С. Мавропуло, Л.М. Демьянова, А.А. Тащян, Д.А. Жихарев – Сравнительный анализ тренировочных методик в командных и индивидуальных видах спорта.....  | 13   |
| А.Г. Левицкий, А.Н. Крутой, Д.А. Матвеев, А.Ж. Берекенов – Оценка ротора силового поля у спортсменов-единоборцев высокой квалификации при передвижении способом «Челнок».....   | 15   |
| И.А. Илюхин, В.В. Зибзеев, А.Ю. Миронов – Современные тенденции научных исследований спортивной подготовки во фристайле.....  | 18   |
| Р.Р. Валиуллина, А.Ю. Костарев, К.В. Иксанова – Структура и содержание микроциклов подготовительного периода в русской лапте.....   | 21   |
| <b>ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ</b><br>А.О. Миронов, Е.А. Спиридонов, С.А. Хутин, О.Е. Понимасов – Поддержание функциональной симметрии мышечной системы юных хоккеистов средствами компенсаторных упражнений.....  | 24   |
| В.Ю. Яковлев, Ю.В. Яковлев – Обучение технике ведения мяча в подготовке юных баскетболистов.....  | 27   |
| И.А. Черкашин, Кэмань Лой, Е.П. Кудрин, Е.В. Черкашина – Тесты для построения модельных характеристик физической подготовленности спортсменов 16-17 лет в мас-рестлинге.....  | 30   |
| <b>ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА</b><br>С.С. Гвоздецкий, Е.С. Трапезникова – Базисные убеждения и психологическое благополучие людей, занимающихся парашютным спортом.....  | 33   |
| Сюсюнь Ха, Н.С. Шумова, Ю.В. Байковский – Повышение стрессоустойчивости китайских студентов в условиях пандемии на основе физкультурно-оздоровительной методики.....  | 36   |
| <b>ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ В СПОРТЕ</b><br>Цзэн Цзэкунь, Е.В. Осипенко – Синергетическая модель баланса виртуальной и физической активности подростков в цифровую эпоху.....   | 39   |
| П.Г. Бордовский, Л.А. Заварухина, Л.А. Кирьянова, В.И. Жукова – Политическая идентичность и особенности ее воспитания в образовательном процессе с применением дистанционных образовательных технологий в сфере физической культуры и спорта.....     | 41   |
| <b>ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ</b><br>Т.В. Брюховских, Д.А. Шубин, Д.К. Орлова – Оценка эффективности применения индивидуальной образовательной траектории у студентов-спортсменов по дисциплине «Лыжный спорт».....                                 | 43   |
| О.И. Дранюк, Н.Н. Крафт, Т.Е. Баева – Формирование профессионально-этической компетентности будущих специалистов по физической культуре и спорту.....   | 45   |
| Л.Н. Швецова, Н.А. Ушакова – Дистанционные образовательные технологии в спортивных вузах в аспекте социологического анализа.....  | 48   |
| <b>ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ</b><br>Г.Б. Глазкова, О.В. Мамонова, А.А. Дубров, Е.А. Лубышев – Трансформация установок студентов к физической активности: полярность личностных приоритетов.....   | 51   |
| К.К. Скоросов, И.Н. Медведев, Н.В. Ермолина, Е.А. Зубко – Физические возможности студентов, имеющих разный стаж занятий волейболом.....   | 54   |
| Ю.В. Тихонов, В.Ю. Карпов, А.Л. Юрченко, Н.Д. Тагирова – Влияние занятий боксом на физическую подготовленность студентов-первокурсников.....  | 57   |
| Ю.С. Жариков, Т.А. Лахтина, Ю.М. Саранчук, М.С. Азаров – Развитие этнокультурных особенностей и традиций народов Российской Федерации в сфере преподавания физической культуры.....   | 59   |
| <b>ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</b><br>А.С. Михайлов, К.В. Чедов – Формирование профессионально значимых личностных качеств курсантов вузов ФСИН России посредством прикладной физической подготовки.....                           | 62   |
| Н.Е. Калинин, А.М. Карагодина, О.В. Клычкова, Т.Г. Пиманкова – Оптимизация эргономики рабочего положения будущих архитекторов средствами укрепления позных мышц на занятиях по физической культуре в вузе.....  | 65   |
| <b>АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</b><br>С.И. Хромина, Е.А. Клоушикова, М.Г. Шаргина, А.Н. Созонова – Доминанта «личного счастья» у студентов, занимающихся в группах по адаптивной физической культуре.....  | 68   |
| А.С. Болдов, Е.С. Ткачева, С.Н. Зуев, Э.Ш. Петина – Физическое развитие подростков с интеллектуальными нарушениями, занимающихся футболом.....  | 71   |
| <b>ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ</b><br>Т.К. Ким, Г.А. Кузьменко, М.А. Комлев, Ю.И. Ерина – Педагогические условия духовно-нравственного воспитания личности подростков и молодежи в процессе спортивной деятельности.....                        | 74   |
| Н.А. Истомина, Е.Б. Дворякина – Персональные бюджетные инструменты стимулирования интереса граждан Российской Федерации к занятиям физической культурой и спортом.....  | 77   |
| А.Р. Мамаев, Е.А. Якимова, Е.Е. Елаева, Д.И. Королева – Малоподвижный образ жизни у лиц среднего возраста: современные вызовы и последствия.....  | 80   |
| <b>ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b><br>А.М. Тхазеплов, Г.Н. Тхазеплова – Вклад ведущих московских ученых в развитие спортивной науки в Кабардино-Балкарском государственном университете.....  | 83   |
| <b>КОНСУЛЬТАЦИИ</b><br>А.Л. Юрченко, С.В. Скрыгин, И.В. Никишин, А.О. Лобанова – Нормативно-правовое регулирование индустрии спорта: сравнительная аналитика законодательства России и зарубежных стран.....  | 86   |
| <b>«ТРЕНЕР» – журнал в журнале</b><br>А.В. Доронцов, С.Ю. Завалишина, А.М. Шульгин, К.О. Борисова – Оценка функции поддержания равновесия у рукопашников разной квалификации.....   | 90   |
| А.Б. Саблин, И.И. Корнишин, С.Н. Корнишина, В.Б. Пластинина – Оценка эффективности спортивной техники в современном баскетболе.....   | 93   |
| М.А. Удалова, Л.В. Морозова, Л.А. Кирьянова – Применение комплекса упражнений акробатической направленности в тренировочном процессе гимнасток.....   | 96   |
| А.А. Супрун, Р.Н. Терехина, А.С. Ожиганова, И.А. Лунина – Условия формирования навыков владения булавами в художественной гимнастике в соответствии с координационным профилем упражнений.....  | 99   |
| А.В. Привалов, М. Ю. Никифоров, Р.Р. Мухамедзянов, И.В. Дмитриев – Системный моделирующий подход к предсоревновательной подготовке голкиперов в пляжном футболе.....  | 102  |
| <b>ПЕРСПЕКТИВА</b><br>Л.И. Лубышева – Актуализация метода фокус-группы в социологических исследованиях проблем физической культуры и спорта.....  | 105  |
| <b>В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА</b><br>А.А. Передельский, А.А. Мамедов, В.В. Кортун, А.А. Зайцев – Социология физической культуры и спорта в деятельности социологических ассоциаций, обществ и изданий: реальность, проблемы, перспективы.....           | 106  |
| С.М. Миронова, М.С. Ситников – Перспективы развития спортивного права в условиях метаселенной в контексте участия в отдельных спортивных мероприятиях.....  | 109  |
| А.Б. Оришев, А.А. Мамедов, С.А. Миронюк – Физическая культура в системе аграрного образования в СССР и Российской Федерации: сравнительный анализ.....  | 112  |
| <b>ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ</b><br>Куан Исинь – Факторы определяющего воздействия на развитие студенческого спорта в КНР.....   | 12   |
| И.А. Кабанова, И.Н. Медведев, Н.В. Мишанина – Физические характеристики юных волейболистов в процессе тренировок.....   | 17   |
| П.В. Макеев – Педагогический контроль двигательной активности в процессе тренировок юных футболистов.....   | 26   |
| Н.И. Шагин – Совершенствование технико-тактического мастерства квалифицированных молодых футболистов с помощью системы интегральных упражнений «Квадрат».....   | 35   |
| Ф.В. Салугин, А.Н. Ткачук – Развитие силовых качеств и гибкости юных спортсменов, занимающихся кикбоксингом на начальном этапе подготовки.....  | 50   |
| Н.С. Бахарева, А.Ю. Турова, А.И. Чернышев – Гендерные различия морфометрических параметров, должного числа сердечных сокращений, уровня испытываемого стресса у лиц раннего подросткового периода, проживающих на территории Краснодарского края..... | 56   |
| А.В. Турмандзе – Восстановление функционального состояния спортсменов, занимающихся силовыми видами спорта с помощью массажера «TreneRoll».....   | 85   |
| А.В. Филимонов, В.А. Григорьев – Наглядно-информационные образы ориентировочной деятельности игроков либеро.....  | 92   |
| Е.А. Милашечкина, И.Н. Гернет – Психомоторные способности иностранных студентов, занимающихся физической культурой в специальном медицинском отделении.....   | 101  |
| Т.Е. Копейкина – Показатели физических кондиций студентов разных возрастных групп.....  | 104  |
| Т.В. Скобликова, В.Ю. Андреева, Е.В. Скриплева – Мониторинг кадрового обеспечения физкультурно-спортивной отрасли в Российской Федерации: состояние и прогнозирование.....  | 111  |
| М.С. Леонтьева, И.М. Слободчиков, А.Б. Косолапов – Педагогические условия современного спортивного вуза, способствующие социальной адаптации и профессиональной ориентации спортсменов в период завершения спортивной карьеры.....                    | 114  |
| <b>НОВЫЕ КНИГИ</b> .....  | 6, 20, 23, 29, 32, 47, 61, 64, 67, 70, 73, 76, 82, 88, 98, 108 |
| <b>НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ</b> .....  | 41, 56, 76   |

# Teoriya i praktika fizicheskoy kultury

Monthly Scientific-theoretical  
Journal, founded in 1925,  
covered by the Citation  
Indices:

- Scopus database;
- the Russian Scientific  
Citation Index (RSCI);
- database of periodicals  
in English EBSCO.

Формат 60x90 1/8

Объем 12 п.л.

Тираж 1800 экз.

Подписано в печать

27.04.2025

Отпечатано  
в типографии  
ФГУП «ЦНИИХМ»  
115487, Москва,  
ул. Нагатинская, д. 16 а  
www.cniihm.ru

© Научно-  
издательский центр  
«Теория и практика  
физической культуры  
и спорта»  
105122 Москва,  
Сиреневый бульвар, д. 4  
e-mail: fizkult@teoriya.ru

Индекс в каталоге  
«Пресса России» 70966

ISSN 0040-3601

Научный портал  
www.teoriya.ru

Мнение редакции может не совпа-  
дать с точкой зрения авторов.  
Все права защищены.  
Ни одна часть этого издания  
не может быть занесена  
в память компьютера либо  
воспроизведена любым способом  
без предварительного письменного  
разрешения издателя.

Издание предназначено  
для читателей старше 14 лет  
Цена договорная

## Contents

# 5'2025

№(1043)

### TOWARDS THE 100TH ANNIVERSARY OF TIPFK

L.I. Lubyshcheva – Digital transformation in sports – current trends and tendencies .....3

### THEORY AND METHODOLOGY OF SPORT

V.V. Zebzeev, A.N. Kurashov, M.S. Nosov, S.A. Lazarenko, I.A. Ilyukhin – Comparative analysis of the distribution of training loads of highly qualified  
moguls in the annual training cycle .....7

I.S. Marin, T.V. Golushko, E.Yu. Kolganova, E.V. Gridneva – Variability of the influence of pre-start warm-up on the activation of a swimmers competitive  
performance .....10

O.S. Mavropulo, L.M. Demyanova, A.A. Tashchiyan, D.A. Zhikharev – Comparative analysis of training methods in team and individual sports .....13

A.G. Levitskiy, A.N. Krutov, D.A. Matveev, A.Zh. Berekenov – Evaluation of the force field rotor in highly qualified martial arts men during the «Shuttle»  
movement .....15

I.A. Ilyukhin, V.V. Zebzeev, A.Y. Mironov – Modern trends in scientific research in sports training in freestyle .....18

R.R. Valiullina, A.Yu. Kostarev, K.V. Iksanova – The structure and content of the microcycles of the preparatory period in Russian lapa .....21

### CHILDREN AND YOUTH SPORT

A.O. Mironov, E.A. Spiridonov, S.A. Khutin, O.E. Ponomasov – Maintaining functional symmetry of the muscle system of young hockey players by means  
of compensatory exercises .....24

V.Yu. Yakovych, Yu.V. Yakovych – Teaching ball handling techniques in training young basketball players .....27

I.A. Cherkashin, Keman Lyu, E.P. Kudrin, E.V. Cherkashina – Tests for constructing model characteristics of physical fitness of 16-17 year old athletes  
in mas-wrestling .....30

### SPORT PSYCHOLOGY

S.S. Gvozdeckaya, E.S. Trapeznikova – Basic beliefs and psychological well-being of people involved in skydiving .....33

Xueyun He, N.S. Shumov, Yu.V. Baykovskiy – Increasing the stress resistance of Chinese students in the conditions of the pandemic based on physical  
education and health improvement methodology .....36

### DIGITAL TRANSFORMATION IN SPORT

Zeng Zekun, E.A. Osipenko – A synergetic model of the balance of virtual and physical activity of adolescents in the digital age .....39

P.G. Bordovskiy, L.A. Zavarukhina, L.A. Kiryanova, V.I. Zhukova – Political identity and its features of education in the educational process using  
distance learning technologies in the field of physical education and sports .....41

### VOCATIONAL TRAINING

T.V. Bryukhovskikh, D.A. Shubin, D.K. Orlova – Evaluation of the effectiveness of the application of an individual educational trajectory for student-athletes  
in the discipline «skiing» .....43

O.I. Dranyuk, N.N. Kraft, T.E. Baeva – Formation of professional and ethical competence of future specialists in physical education and sports .....45

L.N. Shvetsova, N.A. Ushakova – Distance learning technologies in sports universities in the aspect of sociological analysis .....48

### UNIVERSITY PHYSICAL EDUCATION

G.B. Glazkova, O.V. Mamonova, A.A. Dubrov, E.A. Lubyshchev – Transformation of students attitudes towards physical activity: polarity of personal priorities .....51

K.K. Skorosov, I.N. Medvedev, N.V. Ermolina, E.A. Zubko – Physical condition of student volleyball players taking into account their sports experience .....54

Yu.V. Tikhonov, V.Yu. Karpov, A.L. Yurchenko, N.D. Tagirova – The impact of boxing on physical fitness of first-year students .....56

Yu.S. Zharikov, T.A. Lakhina, Yu.M. Saranchuk, M.S. Azarov – Development of ethnocultural characteristics and traditions of the peoples of the Russian  
Federation in the field of teaching physical education .....59

### PROFESSIONAL-APPLIED PHYSICAL CULTURE

A.S. Mikhailov, K.V. Chedov – Formation of professionally significant personal qualities of cadets of universities of the federal penitentiary service of Russia  
through applied physical training .....62

N.E. Kalinina, A.M. Karagodin, O.V. Klychkova, T.G. Pimankova – Optimization of ergonomics of future architects working position by means  
of strengthening postural muscles in physical education classes at the university .....65

### ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE

S.I. Khromina, E.A. Klyushnikova, M.G. Shargina, A.N. Sozonova – The dominant of «personal happiness» in students studying in groups on adaptive  
physical education .....68

A.S. Boldov, E.S. Tkacheva, S.N. Zuev, E.Sh. Petina – Physical development of adolescents with intellectual disabilities playing football .....71

### MOTOR ACTIVITY OF THE POPULATION

T.K. Kim, G.A. Kuzmenko, M.A. Komlev, Yu.I. Erina – Pedagogical conditions of spiritual and moral education of the personality of adolescents and youth  
in the process of sports activities .....74

N.A. Istomina, E.B. Dvoryadkina – Personal budget instruments to stimulate the interest of citizens of the Russian Federation in physical education and sports .....77

A.R. Mamaev, E.A. Yakimova, E.E. Yelava, D.I. Korolev – Sedentary lifestyle in middle-aged people: current challenges and consequences .....80

### HISTORY OF PHYSICAL CULTURE

A.M. Tkhapeplov, G.N. Tkhapepova – Contribution of leading Moscow scientists to the development of sports science at Kabardino-Balkaria state university .....83

### CONSULTATIONS

A.L. Yurchenko, S.V. Skrygin, I.V. Nikishin, A.O. Lobanova – Legal regulation of the sports industry: comparative analysis of the legislation of Russia  
and foreign countries .....86

### «TRAINER» – journal in journal

A.V. Dorontsev, S.Yu. Zavalishina, A.M. Shulgin, K.O. Borisova – Evaluation of the balance maintenance function in hand-to-hand fighters of different  
qualifications .....90

A.B. Sablin, I.I. Kornishin, S.N. Kornishina, V.B. Plastinina – Assessment of the efficiency of sports technology in modern basketball .....93

M.A. Udalova, L.V. Morozova, L.A. Kiryanova – Application of a set of acrobatic exercises in the training process of gymnasts .....96

A.A. Suprun, R.N. Terekhina, A.S. Ozhiganova, I.A. Lunina – Conditions for developing skills in handling clubs in rhythmic gymnastics in accordance  
with the coordination profile of exercises .....99

A.V. Privalov, M. Yu. Nifontov, R.R. Mukhamedzyanov, I.V. Dmitriyev – Systemic simulation approach to pre-competition training of goalkeepers in beach  
soccer .....102

### PERSPECTIVE

L.I. Lubyshcheva – Actualization of the focus group method in sociological research of problems of physical culture and sports .....105

### IN SEARCH OF A NEW BREAKTHROUGH

A.A. Peredelskiy, A.A. Mamedov, V.V. Kortunov, A.A. Zaitsev – Sociology of physical culture and sports in the activities of sociological associations,  
societies and publications: reality, problems, prospects .....106

S.M. Mironova, M.S. Sitnikov – Prospects for the development of sports law in the context of the metaverse in the context of participation in individual sports  
events .....109

A.B. Orishev, A.A. Mamedov, S.A. Mironiuk – Physical culture in the system of agricultural education in the USSR and the Russian Federation:  
a comparative analysis .....112

### FROM EDITOR'S PAPERCASE

Kuan Yixin – Factors determining the influence on the development of student sports in China .....12

I.A. Kabanova, I.N. Medvedev, N.V. Mishanina – Physical characteristics of young volleyball players in the process of training .....17

P.V. Makeev – Pedagogical control of motor activity in the process of training young football players .....26

N.I. Shagin – Improving the technical and tactical skills of qualified young football players with the help of the system of integral exercises «Square» .....35

F.V. Salugin, A.N. Tkachuk – Development of strength and flexibility of young athletes engaged in kickboxing at the initial stage of training .....50

N.S. Bakhareva, A.Yu. Turovaya, A.I. Chernyshev – Gender differences in morphometric parameters, proper heart rate, and experienced stress level  
in early adolescents living in Krasnodar region .....56

A.V. Turmanidze – Restoration of the functional state of athletes engaged in strength sports using the TreneRoll massager .....85

A.V. Filimonov, V.A. Grigoryev – Visual and informational images of orientation activities of libero players .....92

E.A. Milashechikina, I.N. Gernet – Psychomotor abilities of foreign students engaged in physical education in a special medical department .....101

T.E. Kopeikina – Indicators of physical fitness of students of different age groups .....104

T.V. Skoblikova, V.Yu. Andreeva, E.V. Skripileva – Monitoring the staffing of the physical education and sports industry in the Russian Federation: state  
and forecasting .....111

M.S. Leontyeva, I.M. Slobodchikov, A.B. Kosolapov – Pedagogical conditions of a modern sports university contributing to social adaptation  
and professional orientation of athletes during the termination of their sports career .....114

NEW BOOKS .....6, 20, 23, 29, 32, 50, 64, 67, 70, 73, 76, 82, 88, 98, 108

SCIENTIFIC LIFE .....41, 56, 76