

# ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ / №3 (36) / 2015

ISSN 2311-343X

ВКЛЮЧЕН В ПЕРЕЧЕНЬ ВАК И РИНЦ

## УЧРЕДИТЕЛИ ЖУРНАЛА

НП «СПОРТУНИВЕРГРУПП»

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования

«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА, МОЛОДЕЖИ И ТУРИЗМА» (ГЦОЛИФК)

При содействии кафедры теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

## СОСТАВ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ ЖУРНАЛА:

### Шеф-редактор

**БЛЕЕР Александр Николаевич**, доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО, академик РАЕН, заслуженный тренер России, ректор РГУФКСМиТ

### 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 командующего ВВ МВД РФ по боевой подготовке

**БУБЕЕВ Юрий Аркадьевич**, доктор медицинских наук, профессор, заведующий отделом психологии и психофизиологии деятельности операторов Института медико-биологических проблем РАН

**ВУКОЛОВ Владимир Николаевич**, доктор педагогических наук, профессор, Член-корреспондент Академии Педагогических Наук Казахстана, директор НИИ туризма университета «Туран»

**ГОДИНА Елена Зиновьевна**, доктор биологических наук, профессор, заслуженный научный сотрудник МГУ, заведующая лабораторией аутологии человека

**ЗАЛИХАНОВ Михаил Чоккаевич**, доктор географических наук, профессор, действительный член РАН, депутат Государственной Думы РФ, председатель Высшего экологического совета Федерального Собрания РФ

**ЗАКИРЬЯНОВ Кайрат Кайрулинович**, доктор педагогических наук, профессор, Президент 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

**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, декан факультета «Ивановской государственной медицинской академии» Минздрава Российской Федерации (ГБОУ ВПО ИвГМА Минздрава России), заведующий кафедрой экстремальной, военной медицины и безопасности жизнедеятельности ИвГМА

**ЛЕВУШКИН Сергей Петрович**, доктор биологических наук, профессор, ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», профессор кафедры физиологии

**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 Суванович**, доктор психологических наук, профессор ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», профессор кафедры психологии

**ПОНОМАРЕНКО Владимир Александрович**, доктор медицинских наук, профессор, генерал-полковник, академик РАО. Главный научный сотрудник Научно-исследовательского центра авиационно-космической медицины

**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 сервиса и туризма

**РОДИОНОВ Альберт Владимирович**, доктор психологических наук, профессор ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», заведующий кафедрой психологии

**РОДИОНОВ Вадим Альбертович**, доктор педагогических наук; член-корреспондент Международной академии наук педагогического образования ГБОУ ВПО МГПУ, Педагогический институт 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

**ШИЯН Виктор Владимирович**, доктор педагогических наук, профессор ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», директор НИИ спорта РГУФКСМиТ

### Ответственный редактор

**ДУБИНИН А.С.**, старший преподаватель кафедры филологии и спортивной журналистики ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

Перевод: А.Ф. Ельков

Технический редактор и корректор: А.Ф. Зоткина

Верстка: М.Ю. Рулков

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

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС 77 54454 от 21 июня 2013 года. Отпечатано в ООО «Анта Пресс». Тел./факс (495) 662-69-30. Тираж 1 000 экз. Распространяется в розницу и по подписке. Подписной индекс в «Каталоге российской прессы «ПОЧТА РОССИИ» на 2015 год – 24186

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>БИОМЕХАНИКА ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Шалманов А.А., Скотников В.Ф., Баюрин А.П.</b> Различия в кинематике и динамике движения штанги в рывке и толчке при подъеме максимальных весов ..... 3
	<b>Попов Г.И., Загrevский В.И., Сергоян А.С.</b> Сравнение распределения кинетической энергии в трехзвенной модели тела человека при расчетах по классической биомеханической модели и с помощью формализма теории игр ..... 8
<b>ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Власенко П.С.</b> Особенности построения цикла скалолазной подготовки в альпинизме ..... 12
	<b>Игуменов В.М., Свищёв И.Д.</b> Совершенствование качества учебной программы «Теория и методика избранного вида спорта» для студентов-единоборцев в физкультурных вузах. .... 17
	<b>Блеер А.Н., Малков О.Б., Рахматов А.И., Рахматов А.А.</b> Индивидуализация манер ведения боя единоборцев в процессе универсализации и интенсификации соревновательной деятельности ..... 22
	<b>Абрамчук А.Б., Михайлова Т.В.</b> Летний спортивный лагерь как средство формирования устойчивого и глубокого интереса юных яхтсменов к учебно-тренировочной работе. .... 26
<b>ФИЗИОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Понимасов О.Е.</b> Исследование гидродинамических показателей военно-прикладного плавания в зависимости от способов подгонки оружия ..... 30
	<b>Стрелков А.А.</b> Аксиологические и валеологические аспекты физической подготовленности выпускников военных вузов к профессиональной деятельности ..... 33
	<b>Неголюк О.В., Шевченко Л.А., Бондарева Э.А., Година Е.З.</b> I/D – полиморфизм гена ACE ассоциирован с функциональным состоянием сотрудников Центра специального назначения вневедомственной охраны МВД России ..... 38
<b>ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Морозов Н.А., Морозова Т.А., Блеер А.Н., Комова Е.В.</b> Ранжирование тренировочных и соревновательных упражнений по интенсивности нагрузки в стендовой стрельбе ..... 42
	<b>Стрельцов А.А., Максимова В.М.</b> Первые победы российских спортсменов в мировом паратриатлоне ..... 50
	<b>Рыжкова Л.Г.</b> Эффективность применения действий в поединках у фехтовальщиц, различающихся по способу управления шпагой ..... 56
<b>ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Анохова А.А., Сопов В.Ф.</b> Применение комплексной программы обучения психической саморегуляции в скалолазании ..... 60
	<b>Цакаев С.Ш.</b> Анализ значимости факторов, влияющих на агрессивное поведение студентов 2 курса РГУФКСМиТ спортивных специализаций (волейбол, гандбол, настольный теннис). .... 66
<b>ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Лысенко В.В., Байдыченко Т.В., Бородин А.Ю.</b> Технологии совершенствования индивидуальной наладки спортивного лука – способ изготовления бурятской плетеной тетивы «Шараповка». .... 70
<b>ПРИКЛАДНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>	<b>Сандин С.М.</b> Профессиографическая характеристика служебной деятельности офицера тыла ..... 74