

# ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ / №2 (48) / 2018

ISSN 2311-343X

ВХОДИТ В СПИСОК ЖУРНАЛОВ РЕЦЕНЗИРУЕМЫХ ВАК  
ЗАРЕГИСТРИРОВАН В РИНЦ

## УЧРЕДИТЕЛЬ ЖУРНАЛА

ООО «АГСПА»

При поддержке Кафедры теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»

## СОСТАВ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ ЖУРНАЛА:

### Главный редактор

**БАЙКОВСКИЙ Юрий Викторович**, доктор педагогических наук, кандидат психологических наук, профессор, мсмк, змс 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 и психофизиологии деятельности операторов 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

**ЗАЛПХАНОВ 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 Канишбиевич**, доктор психологических наук, профессор, Психологический институт РАО. Заместитель директора, заведующий 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 МГППУ, руководитель отдела спортивной психологии ГКУ «ЦСТиСК» 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»

**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 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)

**ЦЫГАНКОВ Эрнст 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

Технический редактор и корректор: А.Ф. Зоткина  
Верстка: М.Ю. Рудьков

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

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 2017 год – 24186

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ФИЗИОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Захарьева Н.Н., Тарабанова А.А.</b> Значение индивидуальных физиологических характеристик для определения стиля ведения поединка у женщин-боксёров высокой квалификации ..... 3
	<b>Бондарева Э.А., Задорожная Л.В., Березина Т.А., Махалин А.В., Попова Е.В., Лхагвасурэн Г., Хомякова И.А.</b> Некоторые результаты антропогенетического обследования молодежи в трех моноэтнических выборках ..... 11
	<b>Мещеряков А.В., Спиридонов Е.А., Жевнеров В.А.</b> Разработка эффективных методик экспресс восстановления энергорезервов спортсменов с использованием неинвазивных воздействий ..... 14
<b>ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>Чепис С.Н., Морщанина Д.В., Кузьмин Д.В.</b> Средства развития профессионально важных физических качеств военнослужащих и обоснование их применения ..... 19
<b>ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>Дубровский В.Ю., Васильченко Е.И., Кадуцкий П.А., Ермоленко С.А., Воротник А.Н.</b> Навыки самоконтроля при стрельбе из боевого оружия в экстремальных ситуациях ... 22
	<b>Пьянников В.С., Шалманов А.А., Вагин А.Ю.</b> Концепции отбора начинающих спортсменов и выбора основных направлений их тренировки в экстремальных видах спорта ..... 26
	<b>Махов А.С., Богородецкий Д.А.</b> Подход к экстремальной спортивно-образовательной практике, ориентированный на социально-педагогические системы ..... 30
<b>ПРОБЛЕМЫ БЕЗОПАСНОСТИ</b>	<b>Северин Н.Н., Дурнев Н.В., Савенков Г.И., Михеев И.А., Тарасенко А.А.</b> Основные элементы подготовки сотрудников полиции к действиям в экстремальных ситуациях ..... 33
<b>ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Полиевский С.А., Григорьева О.В., Карьёнов С.Р., Сыроежина Е.В.</b> Экогигиенические стресс-факторы при многочасовых перелётах спортсменов и туристов ..... 37
<b>ИННОВАЦИИ</b>	<b>Свищёв И.Д.</b> Инновационная инфраструктура исследований в дзюдо ..... 43
<b>ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>Исмаилов А.И., Дышаков И.С.</b> Тактическое мышление велосипедистов в экстремальных ситуациях ..... 48
	<b>Лебедев А.А.</b> Методология планирования спортивных горных туристских маршрутов ..... 52
	<b>Медведев В.Г., Дышаков А.С.</b> Показатели эффективной техники преодоления препятствий в велоспорте – ВМХ. .... 58
	<b>Герасимов Н.П., Ихсанов И.С.</b> Воспитание скоростных качеств у лыжников-гонщиков 15–17 лет ..... 64
	<b>Мордвинцев Д.Н., Клещев В.Н.</b> Классификация манер ведения боя в ММА ..... 71
	<b>Илюхина К.А.</b> Формирование прикладных навыков по управлению микроавтомобилем карт у студентов РГУФКСМиТ в вариативной части образовательной программы ..... 74
<b>ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Хаерварина А.Ф., Линтварев А.Л., Огуречников Д.Г.</b> Особенности реактивности психофизиологических характеристик боксёров 13–14 лет ..... 77
<b>ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>Конюхов В.Г.</b> Обеспечение безопасности проектирования баз данных, значение и роль в современном мире ..... 80
<b>ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>Белый К.В., Эпов О.Г.</b> Влияние маневрирования на эффективность технико-тактических действий в киокусинкай ..... 83