



ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ / №3 (53) / 2019

ISSN 2311-343X

**ВХОДИТ В СПИСОК ЖУРНАЛОВ РЕЦЕНЗИРУЕМЫХ ВАК
ЗАРЕГИСТРИРОВАН В РИНЦ**

УЧРЕДИТЕЛЬ ЖУРНАЛА

ООО Издательский центр «АГСПА»

При поддержке 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, 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 аукуологии 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 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 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

Технический редактор и корректор:

А.Ф. Зоткина

Верстка: М.Ю. Рульков

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

АДАПТАЦИЯ К НЕБЛАГОПРИЯТНЫМ ФАКТОРАМ	Голубева Г. Н., Сморгачев В.Ю. Сбивающие факторы, влияющие на результативность соревновательной деятельности в спортивном туризме 3
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	Бузина Е.О., Седенков С.Е., Богатенков В.В., Шинков С.О. Разработка методики совершенствования атакующих действий в каратэ до у юных каратистов в учебно-тренировочных группах 8
	Заруцкий Д.Л., Рябов А.Ю., Абольянина Н.Е. Методика применения экспериментальных упражнений, направленных на развитие физических качеств, и формирование военно-прикладных навыков у студентов медицинского профиля с учетом их вида деятельности 11
	Гливяс М.Ю., Кушнир М.А. Организационно-методические особенности использования круговой тренировки в общеобразовательных учреждениях Министерства обороны Российской Федерации 14
	Зиамбетов В.Ю. Увеличение силы удара рукой средством упражнений из гиревого спорта на занятиях по самообороне у студентов юридической специальности 18
	Клещев В.Н., Горбачев С.С. Корреляционные отношения между показателями особенностей соревновательной деятельности у боксеров высокого класса 22
	Рубцов А.В., Рубцова Н.О. Особенности морфофункционального состояния киберспортсменов, специализирующихся в жанре «шутеры» 25
ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
ПРИКЛАДНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	Данг Ван Зунг, Динь Куанг Нгок Современное положение политики развития физической силы национальных меньшинств в Северо-западном и Северном регионах Вьетнама 30
ФИЗИОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Полиевский С.А., Мохамед Абдалла Абдельмонем Ибрагим, Маркарян В.С., Никитушкин А.В. Обоснование использования технологий локального охлаждения в спортивной тренировке 34
	Мирошников А., Форменов А., Смоленский А. Экстремальная силовая нагрузка повышает артериальное давление и изменяет геометрию левого желудочка у спортсменов силовых видов спорта 41
ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Литвиненко С.Н., Байковский Ю.В. Методика оценки уровня экстремальности альпинистских восхождений 46
ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Сыроежина Е.В., Фомиченко Т.Г. Педагогические особенности повышения стрессоустойчивости у спортсменов- скалолазов 50
	Рахимова Д.К. Связь эмоционального интеллекта и поведения в конфликте работников социальной сферы 54
ГЕНЕТИКА, БИОХИМИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Ким Т.К., Гилев Г.А., Иванков Ч.Т., Зубко Е.А. Силовая выносливость – основа повышения результативности в гиревом спорте 58
РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Шепель С.П., Круглова Ю.В., Маврина С.Б., Фомиченко Т.Г. Профилактические воздействия физических упражнений при функциональных нарушениях в коленных суставах студентов в условиях учебных занятий по физическому воспитанию 62
ТЕОРИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Ермаков А.В. Возможности применения опыта Федеративной Республики Германия в организации, учёте и контроле физкультурно-спортивной активности населения при выполнении «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации» 66
ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Данилин В.И., Пилькевич А.В. Психолого-педагогические аспекты обучения и повышения квалификации инструкторов-методистов по горнолыжному спорту в рамках многоуровневой системы подготовки 71
	Гилев Г.А., Железнякова М.В., Борисова И.В. Координационные способности как основа повышения мастерства юных горнолыжников 75
ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Цыганков Э. С., Бареников Е.М., Шулик Г. И. Парадоксальные приёмы экстремального управления автомобилем 79