ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Культура физическая и здоровье. 2026. № 2 (98). С. 593-597.
Physical Culture and Health. 2026, 2 (98), 593-597.

Научная статья
УДК 612.82:796.01
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_593

# УЧЕНИЕ О ДОМИНАНТЕ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕОРИЙ АДАПТАЦИИ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ СИНТЕЗ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ






Василий Кузьмич Волков[1,3], Александр Владимирович Карасёв[2]
Александр Васильевич Волков[3], Евгений Андреевич Стеблецов[4]

*Воронежская государственная академия спорта[1,4]*
*Воронеж, Россия*
*Военный университет Министерства обороны РФ[2]*
*Москва, Россия*
*Воронежский государственный педагогический университет[3,4]*
*Воронеж, Россия*
*Воронежский государственный технический университет[1]*
*Воронеж, Россия*

*[1] Кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры медико-биологических, естественно-научных и математических дисциплин; [3] доцент кафедры физического воспитания и спорта*
*тел.: +7(952)540-98-94, e-mail: volkov.v.k@gmail.com*
*ORCID 0000-0002-4957-238X*
*[2] Доктор педагогических наук, профессор, доцент кафедры физической подготовки[2]*
*тел.: +7(903)742-48-42, e-mail: karasyev@yandex.ru*
*[3] Магистрант кафедры теории и методики физической культуры[3], тел.: +7(920)417-42-65, e-mail: dadddadd41@gmail.com,*
*ORCID 0009-0004-8699-1710*
*[4] Кандидат педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер России, мастер спорта СССР по спортивной гимнастике, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры[1], профессор кафедры теории и методики физической культуры[3], тел.: +7(920)218-05-69, e-mail: e.stebletsov@gmail.com,*
*ORCID 0000-0003-0932-8689.*

**Аннотация**. *Актуальность.* В 2025 году исполнилось 150 лет со дня рождения А.А. Ухтомского. Его учение о доминанте до сих пор не получило должного применения в практике физической культуры и медицины, оставаясь изолированным от современных мировых тенденций в изучении адаптации. *Цель исследования* — осуществить методологический синтез классического учения о доминанте с современными зарубежными теориями адаптации (энергетическая теория Г. Селье, нейродарвинизм Дж. Эдельмана, корреляционная адаптометрия А.Н. Горбаня) для обоснования системы жизненно важных доминант человека. *Результаты.* В статье показано, что «адаптационная энергия» Г. Селье может рассматриваться как ресурсное обеспечение доминанты, а принцип нейродарвинизма объясняет отбор полезных доминант из избыточного множества нейронных ансамблей. Феномен роста корреляций физиологических параметров при стрессе (открытый школой Горбаня) интерпретируется как маркер формирования патологической доминанты. На основе синтеза подходов уточнена классификация доминант: выделены гомеостатические (чувствительная, двигательная, энергосберегающая, пищевая, теплопродуцирующая) и ценностные (свободы, здоровья, счастья). Сформулирован принцип саногенетического лечения, вытекающий из учения о доми-

© Волков В.К., Карасёв А.В.,
Волков А.В., Стеблецов Е.А., 2026

нанте. *Заключение.* Интеграция учения А.А. Ухтомского с современными исследованиями открывает новые возможности для конструктивной физической культуры как механизма управления адаптацией и функциональной эволюцией человека.

**Ключевые слова:** доминанта, Ухтомский, адаптация, конструктивная теория адаптации, гомеостаз, нейродарвинизм, адаптационная энергия, корреляционная адаптометрия, саногенез.

**Для цитирования:** Учение о доминанте в контексте современных теорий адаптации: методологический синтез для физической культуры / *В. К. Волков, А. В. Карасёв, А. В. Волков [и др.]* // Культура физическая и здоровье. 2026. № 2. С. 593-597. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_593.

## Введение

Прошло 150 лет с рождения Алексея Алексеевича Ухтомского (1875–1942), создателя учения о доминанте как главном принципе работы нервных центров и организации поведения человека. Несмотря на признанную фундаментальность этого открытия, в практике физической культуры и восстановительной медицины оно до сих пор не имеет должного прикладного применения. Причина сложившейся ситуации, по-видимому, кроется в методологической изоляции учения — оно редко рассматривается в контексте современных теорий стресса и адаптации.

Как отмечал сам Ухтомский, «наука подвержена влиянию доминирующих тенденций» [8]. В мировой науке XX–XXI веков такими тенденциями стали: теория общего адаптационного синдрома и концепция «адаптационной энергии» Ганса Селье (1936–1976), принцип нейродарвинизма Дж. Эдельмана (1987), а в последние десятилетия — количественная теория адаптации и корреляционная адаптометрия А.Н. Горбаня с соавторами [11, 12].

Цель данной работы — осуществить методологический синтез учения А.А. Ухтомского с указанными научными подходами. Это позволит не только уточнить перечень жизненно важных (вредных или полезных) доминант человека, но и встроить учение о доминанте в современную научную парадигму, что создаст основу для его широкого применения – конструктивном подходе в физической культуре и медицине.

## Материалы и методы исследования

Теоретический анализ и методологический синтез основаны на изучении:

1. Первоисточников: трудов А.А. Ухтомского [8] и его научной школы.
2. Отечественных разработок: конструктивной теории адаптации В.К. Волкова с соавт. [2, 5], работ Д.В. Колесова [7] по гедоническим механизмам, исследований П.В. Симонова [14] по нейродарвинизму.
3. Иностранных источников: классических работ Г. Селье (H. Selye) по адаптационной энергии [13], современных обзоров А.Н. Горбаня и его коллег (Великобритания) по динамическим и термодинамическим моделям адаптации [11, 12], а также публикаций по сетевой биологии и критическим переходам.

## Результаты исследования и их обсуждение

### Доминанта и адаптация — мост между Ухтомским и Селье

А.А. Ухтомский определял доминанту как временно господствующий очаг возбуждения, который трансформирует работу прочих рефлекторных дуг и направляет поведение [8]. Важнейшим свойством доминанты является ее инерция — способность удерживаться и усиливаться после удаления вызвавшего ее стимула.

В это же время (1936 г.) канадский физиолог Ганс Селье (Hans Selye) сформулировал концепцию общего адаптационного синдрома, введя понятие «адаптационная энергия» [13]. Селье полагал, что адаптация организма к любому фактору происходит за счет расходования некоего общего ресурса. Позже А.Н. Горбань с соавторами предложили рассматривать «адаптационную энергию» не как физическую величину, а как внутреннюю координату на «доминантном пути» в математических моделях адаптации [11]. На наш взгляд, концепция «адаптационной энергии» Селье органично дополняет учение Ухтомского, отвечая на вопрос, за счет чего существует и поддерживается доминанта. Доминанта — это функциональный центр управления, а адаптационная энергия — ресурс, обеспечивающий ее работу.

### Нейродарвинизм - как происходит отбор полезных доминант

Важный шаг в понимании механизмов формирования доминант был сделан лауреатом Нобелевской премии Дж. Эдельманом (G. Edelman), предложившим теорию нейродарвинизма [15]. Согласно этой теории, главным условием успешной адаптации к неизвестному будущему является предсуществующее разнообразие нейронных ансамблей, из которых путем отбора формируются новые адаптивные акты.

Академик П.В. Симонов в своем обзоре, посвященном связи доминанты и нейродарвинизма, подчеркивал: именно механизм доминанты обеспечивает то самое разнообразие нейронного и поведенческого материала, из которого впоследствии отбираются новые приспособительные формы поведения [14]. Таким образом, принцип Эдельмана (избыточное разнообразие + селекция) и принцип Ухтомского (господствующий очаг + конвергенция возбуждений) описывают единый процесс эволюции поведения на нейронном уровне.

### Корреляционная адаптометрия А.Н. Горбаня: маркеры вредных доминант

В 1980-х годах А.Н. Горбань с коллегами открыли универсальный эффект — в группе организмов, испытывающих стресс (нагрузку), задолго до появления явных симптомов кризиса наблюдается одновременный рост корреляций между физиологическими параметрами и рост их дисперсии [11, 12]. Этот эффект был подтвержден на людях, животных, растениях и даже на финансовых временных рядах [5].

С позиций учения о доминанте данный эффект можно интерпретировать как количественное выражение формирования *патологической (вредной) доминанты*. Когда система «зацикливается» на ограниченном наборе состояний, все ее параметры начинают жестко зависеть друг от друга (корреляции растут), но при этом траектории отдельных организмов расходятся (дисперсия растет). А.Н. Горбань и коллеги также описали явления «осциллирующей смерти» и «осциллирующей ремиссии» вблизи пределов адаптации [1, 4]. Это предупреждение о том, что несвоевременное или неправильное вмешательство может закрепить патологическую доминанту.

### Конструктивная теория адаптации и классификация доминант

На основе синтеза перечисленных подходов В.К. Волков с соавторами разработали конструктивную теорию адаптации (КТА) [2, 5]. «Конструктивная теория

адаптации — совокупность теоретических знаний и практических рекомендаций повышения жизнеспособности в различных сферах человеческой деятельности» [5]. КТА применима для уточнения особенностей функций доминант: а) «Способность организма выполнять свойственные ему функции с необходимой интенсивностью — работоспособность является основой жизнедеятельности; б) Совокупность функций, свойственных организму, — реактивность определяет его возможности; в) жизнеспособность (способность жить) имеет две составляющие — работоспособность и реактивность; г) адаптационными являются такие реакции морфофункционального преобразования организма, которые восстанавливают его работоспособность при соответствующей угрозе или нарушении» [2]. КТА разграничивает:

- Текущую адаптацию (реактивность не меняется);
- Патологическую адаптацию (реактивность падает, формируются вредные доминанты);
- Физиологическую адаптацию (реактивность растет, формируются полезные доминанты).

Д.В. Колесов раскрыл гедонический механизм этого процесса: «неприятное» стимулирует поиск удовлетворения потребности, а «приятное» закрепляет успешный результат [7]. Ошибка современного общества — в стремлении любой ценой устранить «неприятное» (страдание), не удовлетворив потребность. Это ведет к формированию *вредных доминант* — порочных вегетативных стереотипов, лежащих в основе зависимостей и психосоматических заболеваний.

Напротив, принятие конструктивности страдания и отказ от погони за удовольствиями — условие формирования *гомеостатических (физиологических) доминант*, к которым относятся:

1. Чувствительная.
2. Двигательная (универсальная роль).
3. Энергосберегающая.
4. Пищевая.
5. Теплопродуцирующая.

Эти доминанты являются инструментом *общей гомеостатической тренировки* [10].

**Ценностные доминанты как цель конструктивной физической культуры**

Воспитание гомеостатических доминант создает фундамент для формирования ценностных доминант высшего порядка:

- Доминанта свободы (способность и возможность прогрессивно развиваться);
- Доминанта здоровья (процесс развития);
- Доминанта счастья (ощущение полноты и осмысленности жизни).

Воспитание в человеке свободы, обеспечение здоровья способствует его прогрессивному развитию и делает его счастливым. Таким образом, ценностными можно считать доминанты: свободы, здоровья и счастья.

Ощущение свободы должно быть постоянным спутником жизни человека — необходима доминанта свободы. Для её воспитания он, как минимум, должен: принять на себя ответственность за свои поступки и состояние, направиться на развитие и совершенствование, не спешить с результатом, отказаться от стремлений к удовольствиям, принять (пользу) конструктивность неприятного (страданий), улучшить чувствительность, научиться мыслить. В.К. Волков и др. показали: «Существует доминанта здоровья, формирование и тренировка которой существенно оздоровит человека и современную цивилизацию. Для повсеместного формирования и тренировки доминанты здоровья следует показать людям необходимость: личной ответственности за свои поступки и состояние, направленности на развитие и совершенствование, тренировки пассивной воли, отказа от стремлений к удовольствиям, принятия конструктивности страданий, формировать и тренировать физиологические (гомеостатические) доминанты в первую очередь чувствительную, двигательную, энергосберегающую и теплопродуцирующую» [6].

Доминанта счастья формируется на доминантах свободы и здоровья и должна включать полезный для развития результат. Таким образом, для формирования доминанты счастья человек обязан: принять на себя ответственность за свои поступки и состояние, настроиться на развитие и совершенствование, не спешить с результатом, отказаться от стремлений к удовольствиям, принять конструктивность страданий, улучшить чувствительность, научиться мыслить, тренировать гомеостатические доминанты. Повседневная жизнь должна быть направлена на приобретение полезного. В этом случае неизбежно возникнет ощущение полноты и осмысленности жизни. Следует подчеркнуть, что гомеостатические доминанты являются основой ценностных.

В предыдущих публикациях нами показано [5], что эти доминанты определяют *мутационно-эволюционный цикл человека*. Организация этого цикла и является целью конструктивной физической культуры [3, 10].

Основными методологическими принципами совершенствования человека являются: воспитание в человеке сущности, не подверженной искажениям и конструктивного эмоционального поведения (сущностно-эмоциональное воспитание), формирование и тренировка основных физиологических доминант (общая гомеостатическая тренировка), которые предупреждают и устраняют причины и условия большинства заболеваний.

Сущностно-эмоциональное воспитание состоит из: личной ответственности за свои поступки и состояние, направленности на развитие и совершенствование, тренировки пассивной воли, отказа от стремлений к удовольствиям, принятия конструктивности страданий, улучшения чувствительности, активизации памяти, научения мышлению, опыта действий в усложнённых ситуациях.

Основными физиологическими доминантами являются: чувствительная, двигательная, энергосберегающая, пищевая, теплопродуцирующая. А.Б. Коган и др. отмечали [9]: «Одним из важных моментов в приспособительном поведении живых организмов является гомеостаз. *Явление гомеостаза заключается в том, что живые организмы при изменении факторов внешней и внутренней среды стремятся обеспечить оптимальные условия своего существования.* Оптимальные условия существования предполагают сохранение жизненно важных констант организма (температуры, давления крови и т.д.) в определенных пределах, вытекающих из внутренней организации биологической системы». Культивирование приведенных выше физиологических доминант совершенствует гомеостаз, поэтому сам процесс этого культивирования действительно является *общей гомеостатической тренировкой, а сами доминанты — гомеостатическими* [10]. Средствами организации эволюционного цикла человека являются: целенаправленное физкультурно-оздоровительное обучение, рациональная двигательная активность, релаксационные приёмы, произвольное уменьшение вентиляции легких, сбалансированное питание и дозированное голодание, холодовое закаливание [10].

**Выводы**

1. Конструктивная теория адаптации (КТА) является закономерным развитием и прикладным воплощением учения А.А. Ухтомского о доминанте. Методологический синтез классической физиологии с современными теориями адаптации (Селье, Эдельман, Горбань) позволил перевести качественные принципы Ухтомского на язык практического управления адаптационными процессами в физической культуре и медицине.

2. Феномен роста корреляций физиологических параметров (корреляционная адаптометрия) является количественным маркером формирования патологической (вредной) доминанты и может служить инструментом ранней диагностики стресса и кризиса.

3. Полезными для человека являются *гомеостатические доминанты* (чувствительная, двигательная, энергосберегающая, пищевая, теплопродуцирующая) и формируемые на их основе *ценностные доминанты* (свободы, здоровья, счастья). Особую роль играет двигательная доминанта.

4. Ключевым условием формирования полезных доминант является отказ от стремления к немедленному устранению страдания (принятие его конструктивности) и отказ от погони за удовольствиями как самоцелью.

5. Принцип саногенетического лечения, вытекающий из учения о доминанте, заключается во внешнем обеспечении функций организма и целенаправленном формировании гомеостатических доминант, что открывает новые возможности для восстановительной медицины и реабилитации в спорте, а также для теоретической и клинической медицин.

**Библиографический список**

1. Волков, В. К. Интенсивная терапия нарушений адаптации при тяжелой черепно-мозговой травме: специальность 14.00.37: диссертация на соискание ученой степени кандидата медицинских наук / Волков Валерий Константинович; НИИ нейрохирургии им. Н. Н. Бурденко АМН СССР. — Москва, 1983. — 194 с.

2. Волков, В. К. Основы конструктивной теории адаптации / В.К. Волков, В. И. Козлов, Ю. В. Струк // Культура физическая и здоровье. — 2017. — № 2. — С. 111–116.

3. Волков, В. К. О роли конструктивной физической культуры в устойчивом развитии человечества / В. К. Волков, В. И. Козлов, А. И. Карасёв [и др.] // Культура физическая и здоровье. — 2022. — № 2. — С. 12–15. — DOI 10.47438/1999-3455_2022_2_12.

4. Волков, В. К. Понятийные средства конструктивной теории адаптации / В. К. Волков, В. И. Козлов, А. И. Карасёв [и др.] // Культура физическая и здоровье. — 2022. — № 3. — С. 150–154. — DOI 10.47438/1999-3455_2022_3_150.

5. Волков, В. К. Конструктивная физическая культура / В. К. Волков, А. В. Карасёв, А. В. Волков [и др.] // Культура физическая и здоровье. — 2025. — № 1. — С. 45–51. — DOI 10.47438/1999-3455_2025_1_45.

6. Волков, В. К. О конструктивном уточнении понятия здоровье / В. К. Волков, Е. А. Стеблецов, А. В. Волков [и др.] // Культура физическая и здоровье. — 2025. — № 3. — С. 45–51. — DOI 10.47438/1999-3455_2025_3_45.

7. Колесов, Д. В. Эволюция психики и природа наркотизма / Д.В. Колесов. — 3-е издание, исправленное. — Москва: Московский психолого-социальный институт, 2006. — 397 с. — ISBN 5-9770-0023-5.

8. Ухтомский, А. А. Доминанта / А. А. Ухтомский. — Санкт-Петербург: Питер, 2002. — 448 с. — ISBN 5-318-00067-1.

9. Биологическая кибернетика: учебное пособие для вузов / под редакцией А. Б. Когана. — 2-е издание, переработанное и дополненное. — Москва: Высшая школа, 1977. — 408 с.

10. Физическая культура: история, теория, методика в определениях, понятиях и схемах: учебное пособие / А. В. Карасев, С. И. Крамской, И.А. Амельченко [и др.] ; под редакцией А. В. Карасева. — Москва; Белгород: Издательство БГТУ, 2025. — 359 с. — ISBN 978-5-361-01234-5.

11. Gorban, A. N. Evolution of adaptation mechanisms: adaptation energy, stress, and oscillating death / A. N. Gorban, T. A. Tyukina, E. V. Smirnova, L. I. Pokidysheva // Journal of Theoretical Biology. — 2016. — Vol. 405. — P. 127–139. — DOI 10.1016/j.jtbi.2015.12.017.

12. Gorban, A. N. Dynamic and thermodynamic models of adaptation / A. N. Gorban, T. A. Tyukina, L. I. Pokidysheva, E. V. Smirnova // Physics of Life Reviews. — 2021. — Vol. 37. — P. 1–26. — DOI 10.1016/j.plrev.2021.03.001.

13. Selye, H. Experimental evidence supporting the conception of adaptation energy / H. Selye // American Journal of Physiology. — 1938. — Vol. 123. — P. 758–765.

14. Simonov, P. V. The dominant and neurodarwinism / P. V. Simonov // Zhurnal Vysshei Nervnoi Deyatelnosti imeni I. P. Pavlova. — 1993. — Vol. 43, No. 4. — P. 765–769. — PMID: 8212878.

15. Edelman, G. M. Neural Darwinism: The Theory of Neuronal Group Selection / G. M. Edelman. — New York : Basic Books, 1987. — 371 p. — ISBN 978-0-465-04934-9.

**References**

1. Volkov, V.K. (1983) *Intensive therapy of adaptation disorders in severe traumatic brain injury*. PhD dissertation. Moscow: N.N. Burdenko Research Institute of Neurosurgery, USSR Academy of Medical Sciences.

2. Volkov, V.K., Kozlov, V.I. and Struk, Yu.V. (2017) 'Foundations of the constructive theory of adaptation', *Kultura fizicheskaya i zdorov'e*, (2), pp. 111–116.

3. Volkov, V.K., Kozlov, V.I., Karasev, A.I. and Kramskoy, S.I. (2022) 'On the role of constructive physical culture in the sustainable development of humanity', *Kultura fizicheskaya i zdorov'e*, (2), pp. 12–15. doi: 10.47438/1999-3455_2022_2_12.

4. Volkov, V.K., Kozlov, V.I., Karasev, A.I. and Struk, Yu.V. (2022) 'Conceptual means of the constructive theory of adaptation', *Kultura fizicheskaya i zdorov'e*, (3), pp. 150–154. doi: 10.47438/1999-3455_2022_3_150.

5. Volkov, V.K., Karasev, A.V., Volkov, A.V. and Kramskoy, S.I. (2025) 'Constructive physical culture', *Kultura fizicheskaya i zdorov'e*, (1), pp. 45–51. doi: 10.47438/1999-3455_2025_1_45.

6. Volkov, V.K., Stebletsov, E.A., Volkov, A.V. and Karasev, A.V. (2025) 'On the constructive clarification of the concept of health', *Kultura fizicheskaya i zdorov'e*, (3), pp. 45–51. doi: 10.47438/1999-3455_2025_3_45.

7. Kolesov, D.V. (2006) *Evolution of the psyche and the nature of drug addiction*. 3rd edn. Moscow: Moscow Psychological and Social Institute.

8. Ukhtomsky, A.A. (2002) *The Dominant*. St. Petersburg: Piter.

9. Kogan, A.B. (ed.) (1977) *Biological Cybernetics*. 2nd edn. Moscow: Vysshaya Shkola.

10. Karasev, A.V., Kramskoy, S.I., Amelchenko, I.A. et al. (2025) *Physical culture: history, theory, methodology in definitions, concepts and schemes*. Moscow; Belgorod: BSTU Publishing House.
11. Gorban, A.N., Tyukina, T.A., Smirnova, E.V. and Pokidysheva, L.I. (2016) 'Evolution of adaptation mechanisms: adaptation energy, stress, and oscillating death', *Journal of Theoretical Biology*, 405, pp. 127–139. doi: 10.1016/j.jtbi.2015.12.017.
12. Gorban, A.N., Tyukina, T.A., Pokidysheva, L.I. and Smirnova, E.V. (2021) 'Dynamic and thermodynamic models of adaptation', *Physics of Life Reviews*, 37, pp. 1–26. doi: 10.1016/j.plrev.2021.03.001.
13. Selye, H. (1938) 'Experimental evidence supporting the conception of adaptation energy', *American Journal of Physiology*, 123, pp. 758–765.
14. Simonov, P.V. (1993) 'The dominant and neurodarwinism', *Zhurnal Vysshei Nervnoi Deyatelnosti imeni I.P. Pavlova*, 43(4), pp. 765–769. PMID: 8212878.
15. Edelman, G.M. (1987) *Neural Darwinism: The Theory of Neuronal Group Selection*. New York: Basic Books.

Поступила в редакцию 14.04.2026
Подписана в печать 30.06.2026

Original article
UDC 612.82:796.01
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_593

## THE DOCTRINE OF THE DOMINANT IN THE CONTEXT OF MODERN THEORIES OF ADAPTATION: A METHODOLOGICAL SYNTHESIS FOR PHYSICAL CULTURE

Vasily Kuzmich Volkov [1, 3], Alexander Vladimirovich Karasev [2],
Alexander Vasilyevich Volkov [3], Evgeny Andreevich Stebletsov [4]

*Voronezh State Academy of Sports [1, 4]*
*Voronezh, Russia*
*Military University of the Ministry of Defense of the Russian Federation [2]*
*Moscow, Russia*
*Voronezh State Pedagogical University named after [3, 4]*
*Voronezh, Russia*
*Voronezh State Technical University [1]*
*Voronezh, Russia*

*[1] Candidate of Medical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Biomedical, Natural Science and Mathematical Disciplines. 3 associate professors of the Department of Physical Education and Sports.*
*ph.: +7(952)540-98-94, e-mail: volkov.v.k@gmail.com*
*ORCID 0000-0002-4957-238X*

*[2] Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Associate Professor of the Department of Physical Training. 2*
*ph.: +7(903)742-48-42, e-mail: karasyev@yandex.ru*

*[3] Undergraduate student of the Department of Theory and Methodology of Physical Culture. 3,*
*phone: +7(920)417-42-65, e-mail: dadddadd41@gmail.com,*
*ORCID 0009-0004-8699-1710*

*[4] Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Honored Coach of Russia, Master of Sports of the USSR in Gymnastics, Head of the Department of Theory and Methodology of Physical Culture. 1*
*Professor of the Department of Theory and Methodology of Physical Culture. 3,*
*ph.: +7(920)218-05-69, e-mail: e.stebletsov@gmail.com,*
*ORCID 0000-0003-0932-8689*

**Abstract.** *Relevance.* The year 2025 marks the 150th anniversary of the birth of A.A. Ukhtomsky. His theory of the dominant has not yet been properly applied in the practice of physical culture and medicine, remaining isolated from current global trends in the study of adaptation. *The purpose of the study* is to carry out a methodological synthesis of the classical theory of the dominant with modern foreign theories of adaptation (the energy theory of H. Selye, J. Edelman's neurodarwinism, and A.N. Gorban's correlation adaptometry) to substantiate a system of vital human dominants. *Results.* The article shows that H. Selye's "adaptation energy" can be considered as the resource provision of the dominant, and the principle of neurodarwinism explains the selection of useful dominants from a redundant set of neuronal ensembles. The phenomenon of increased correlations of physiological parameters under stress (discovered by the Gorban school) is interpreted as a marker of the formation of a pathological dominant. Based on the synthesis of approaches, the classification of dominants is refined: homeostatic (sensory, motor, energy-saving, nutritional, heat-producing) and value-based (freedom, health, happiness) dominants are identified. The principle of sanogenetic treatment, arising from the theory of the dominant, is formulated. *Conclusion.* The integration of A.A. Ukhtomsky's theory with modern research opens new opportunities for constructive physical culture as a mechanism for managing human adaptation and evolution.

**Keywords:** dominant, Ukhtomsky, adaptation, constructive theory of adaptation, homeostasis, neurodarwinism, adaptation energy, correlation adaptometry, sanogenesis.

**Cite as:** *Volkov V.K., Karasev A.V., Volkov A.V., Stebletsov E.A.* The Doctrine of Dominance in the Context of Modern Adaptation Theories: A Methodological Synthesis for Physical Education // Physical Culture and Health. 2026. No. 2. P. 593-597. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_593.

Received 14.04.2026
Accepted 30.06.2026