

2.7. СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ СТРАН МИРА, ОБУЧАЮЩИХСЯ В НовГУ ИМЕНИ ЯРОСЛАВА МУДРОГО

Д.В. Яковенко

Великий Новгород, НовГУ имени Ярослава Мудрого

Реферат. Количество иностранных студентов, обучающихся в российских вузах, неуклонно растет. Не все студенты успешно преодолевают затруднения при адаптации к российскому образованию. Уровень физической и технической подготовленности иностранных студентов значительно ниже среднего уровня физической подготовленности российских студентов, что вызывает значительные затруднения у педагогов НовГУ при организации и проведении занятий по физической культуре с данным контингентом. Такие различия вполне вероятно обусловлены отсутствием методики в организации и проведении занятий физической культурой в общеобразовательных школах стран Марокко, Египта, Сирии, Индии, Габона и других стран Африки. Снижение уровня физической нагрузки по сравнению с российскими студентами, изменение содержания рабочей программы, увеличение числа применения подвижных игр на занятиях позволило несколько повысить уровень технической и физической подготовленности у иностранных студентов.

Ключевые слова: иностранные студенты, уровень физической подготовленности, уровень технической подготовленности, физическое воспитание в вузе, физической развитие.

Введение. Международное сотрудничество НовГУ имеет форму партнерских соглашений с 69 образовательными организациями из 22 стран мира. Несмотря на значительные затруднения в адаптации к российскому образованию, культуре, климату, внешнеполитическим факторам, за последнее десятилетие количество студентов из стран ближнего и дальнего зарубежья неуклонно растет. Основу иностранных студентов, общее количество 796 человек, составляют граждане из стран постсоветского пространства – Узбекистана, Таджикистана, Кыргызстана, а также студенты дальнего зарубежья, в основном ими являются представители Марокко, Египта, Сирии, Индии и Габона [1].

Значительные различия в национально-культурных традициях, языковой барьер, огромная разница в условиях методики преподавания физической культуры в школах, где проходили обучения иностранные студенты, в сравнении со стандартами преподавания в Российской Федерации, вызывают немалые трудности при интеграции иностранных студентов в современные условия и традиции российского образования [2]. Анализируя полученные данные по уровню физической подготовленности по следующим физическим качествам – гибкость, сила, быстрота, выносливость и координационные способности за последние три учебных года, начиная с 2020 по 2023 год, можно констатировать, что студенты стран Марокко, Египта, Сирии, Индии и Габона значительно уступают по уровню физической подготовленности студентам не только российским, но и студентам из постсоветского пространства. Отсутствие должной технической и физической подготовки по различным игровым видам спорта, легкой атлетике, а также очень низкий уровень элементарного набора знания по терминологии физической культуры у данных студентов вызывают трудности у профессорско-преподавательского состава кафедры физической культуры НовГУ при проведении и организации занятий. Кроме этого, у большинства иностранных студентов отсутствуют мотивация и потребность в регулярных занятиях физической культурой.

Аналогичные трудности также испытывают коллеги из других российских вузов, что подтверждается анализом литературных данных [3].

Менее проблемно выглядит ситуация со студентами из стран постсоветского пространства. Можно предположить, что более высокая физическая подготовленность, знание основ терминологии физической культуры и техническая подготовка по видам спорта связана с тем, что в недалеком прошлом эти страны жили по единым стандартам, заложенным еще П.Ф. Лесгафтом. Строгое соблюдение основ преподавания физической культуры позволило добиться более высоких результатов.

Буквально не более 5 лет назад иностранные студенты были вовлечены в учебный процесс совместно с российскими студентами и процесс адаптации шел более-менее сглажено, но постоянный рост числа иностранных студентов привел к тому, что данных студентов стали формировать в отдельные группы.

Таким образом, остро возник вопрос о необходимости адаптации рабочей программы по учебному модулю «Физическая культура» к новым реалиям учебного процесса. Кроме этого, для полноценной физической подготовки необходима разработка новых учебно-методических рекомендаций, исходя из уровня физической и технической подготовленности.

Цель исследования – анализ уровня физической подготовленности иностранных и студентов Российской Федерации, обучающихся в Новгородском государственном университете имени Ярослава Мудрого с целью коррекции учебно-методических рекомендаций по проведению занятий по физической культуре.

Материал и методы. Исследование проводилось с 2020/2021 по 2022/2023 учебные годы в Новгородском государственном университете имени Ярослава Мудрого. Вид эксперимента был констатирующий. В педагогическом исследовании приняли участие иностранные студенты и студенты Российской Федерации первого, второго и третьего курсов обучения по различным направлениям подготовки Новгородского государственного университета имени Ярослава Мудрого.

Иностранные студенты были разделены на две большие группы: первая группа состояла из представителей стран постсоветского пространства – Узбекистана, Таджикистана, Кыргызстана, вторая – из студентов дальнего зарубежья – Марокко, Египта, Сирии, Индии и Габона. Третья группа студентов состояла из представителей России.

Численность студентов первой группы была равна 130 человек: первый курс – 50 студентов, второй курс – 45 студентов, третий курс – 35 человек. Вторая группа состояла из 115 человек: первый курс – 43 студента, численность второго курса – 40 человек и третий курс состоял из 32 студентов. Численный состав третьей группы был равен 255 человек. По курсам данная группа разделилась следующим образом: первый курс – 105 человек, второй курс – 67 студентов, общая численность третьего курса равнялась 83 студентам.

Для проведения констатирующего вида эксперимента и получения данных по уровню развития следующих физических качеств – гибкость, сила и силовая выносливость, нами были выбраны следующие виды контрольных испытаний:

1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.
2. Подтягивание: юноши из виса на высокой перекладине (раз); девушки: сгибание и разгибание рук в упоре лежа.
3. Прыжок в длину с места.
4. Подъем туловища из исходного положения лежа на спине в положение сед.

Такое физическое качество, как выносливость нами не было выбрано сознательно. Ввиду того, что даже при проведении подготовительной части занятия во время бега, подавляющее число иностранных студентов первой группы испытывали значительные затруднения. По субъективным показателям (со слов студента – становится плохо, пропадает желание заниматься, ухудшается настроение), субъективные данные подтверждались такими объективными показателями, как ЧСС и дыхание. Частота сердечных сокращений увеличивалась до 160 уд./мин., появлявшаяся отдышка во время бега свидетельствовала о накоплении углекислого газа в организме и большой интенсивности нагрузки для данного контингента занимающихся и низким уровнем развития общей выносливости.

Среднеарифметический показатель по каждому виду тестирования рассчитывался отдельно для юношей и девушек. Полученные данные подвергались математико-статистической обработке данных программе MS Excel.

Результаты и их обсуждение. Сравнивая результаты первого испытания, трех групп в 2020/2021 учебном году, необходимо отметить, что все студенты являлись первокурсниками. Анализируя первый вид испытания – наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, можно констатировать, что средний результат у студентов в первой группе у девушек равен +5,3 см. Для юношей данный показатель несколько выше и составил +7,1 см. Студенты второй группы в данном виде испытания показали следующие результаты: у девушек средний результат равнялся +8,2 см, у юношей данный показатель был равен +8,6 см. Результаты третьей группы оказались в среднем значении выше двух первых групп: у девушек +11 см, у юношей +10,7 см.

В результате последующих двух испытаний в данном виде, в 2021 и 2022 году в трех группах были получены соответствующие результаты. В первой группе у девушек результаты в среднем значении составили по годам соответственно +6 см и +6,7 см. Для юношей данной группы результат также незначительно вырос на +1,2 см в первый год и +0,4 см за последующий год, в абсолютном значении были получены следующие показатели по годам +8,3 см и +8,7 см соответственно.

Сравнивая результаты следующих двух групп, второй и третьей, в первом виде испытания можно сделать заключение, что в данном виде испытания лучшие показатели были у студентов из Российской Федерации. Динамика за 2021 и 2022 год была следующая: за первый год обучения в НовГУ им. Ярослава Мудрого результат увеличился для девушек на +1,3 см, за второй год прирост составил +0,9 сантиметров в среднем значении. Для юношей данной группы среднее значение было следующим: на втором курсе прирост составил +0,9 сантиметра, на третьем курсе +1 сантиметр и в итоговом своем значении +11,6 см и +12,6 см соответственно. Во второй группе иностранных студентов результаты также претерпели незначительные изменения в сторону увеличения своего результата. Для девушек среднее значения по виду наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье составило +8,6 см на втором курсе обучения и +9,2 см на третьем. Для юношей были полученные следующие показатели: на втором курсе результат составил +8,9 см и на третьем курсе +9,3 см.

Низкий уровень развития гибкости у иностранных студентов разных стран мира, включая страны бывшего Советского Союза, вполне вероятно может говорить об отсутствии методики и организации проведения занятий физической культурой в общеобразовательных школах. Наши данные также подтверждаются подобными исследованиями в других вузах Российской Федерации [4].

Во втором виде нашего тестирования для юношей подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), для девушек сгибание и разгибание рук

в упоре лежа (количество раз) динамика среднеарифметического результата за три учебных года по группам выглядит следующим образом.

В первой группе в первый год были получен следующий результат: у юношей 4 раза, у девушек 3 раза. При повторном срезе через год результаты несколько изменились в сторону увеличения для юношей среднеарифметический результат в подтягивании из виса на высокой перекладине равнялся 5 раз, у девушек показатель увеличился и стал равняться 4. В третий год обучения в НовГУ результат у юношей вырос и стал 7 раз, для девушек в среднем результат был равен 4 раза отжимания в упоре лежа.

Сравнивая результаты второй и третьей группы между собой в течение трех лет, можно сделать следующее заключение. Наибольшая динамика наблюдалась у студентов третьей группы, причем как для юношей, так и для девушек. При первом тестировании в данном виде упражнения юноши третьей группы имели следующие результаты: 9 раз, что в два раза больше, чем у юношей иностранных студентов и на 3 раза больше по сравнению с юношами второй группы, у которых средний результат в подтягивании был равен 6 раз. В последующие два года прирост результатов в группах так же был неоднородным. Юноши Российской Федерации показали наибольшие изменения в сторону увеличения в данном показателе: на втором курсе средний результат был равен 10 раз, что больше результата второй группы иностранных студентов. На третьем курсе результат второй группы студентов из постсоветских республик был также несколько ниже результата, полученного у третьей группы (студентов России): 9 и 11 раза соответственно.

Таблица 1 – Динамика показателей гибкости и силовых показателей у юношей

	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Гибкость (см)	Подтягивание (раз)	Гибкость (см)	Подтягивание (раз)	Гибкость (см)	Подтягивание (раз)
Первая группа	7	4	8,3	5	8,7	7
Вторая группа	9	6	8,9	8	9,3	9
Третья группа	11	9	11,6	10	12,6	11

Для девушек во втором упражнении, сравнивая полученные результаты, можно сделать следующие выводы: наибольшей прирост результатов наблюдался у студенток третьей группы. Но если говорить об абсолютном значении данного показателя в таком виде, как сгибание и разгибание рук в упоре лежа, то полученные результаты очень низкие. Прирост за три года у девушек из России составил 6 раз, с 5 раз в первый год, 7 раз на втором курсе обучения и 11 раз в конце третьего курса. У студенток второй группы прирост был несколько ниже по сравнению с третьей группой девушек, но значительно больше по сравнению с первой группой. Динамика результатов представлена в таблице 2.

При проведении тестирования силовых качеств у девушек и юношей иностранных студентов выяснили, что студентки дальнего зарубежья не умеют выполнять такой вид, как отжимание (сгибание и разгибание рук в упоре лежа), а более чем 90 процентов юношей не знакомы с видом упражнения как подтягивание в висе на высокой перекладине и не владеют техникой выполнения данного вида упражнения. Результаты данных видов представлены в первой и второй таблицах.

Таблица 2 – Динамика показателей гибкости и силовых показателей у девушек

	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Отжима- ние (раз)	Гибкость (см)	Отжима- ние (раз)	Гибкость (см)	Отжима- ние (раз)	Гибкость (см)
Первая группа	3	5,3	4	6	4	6,7
Вторая группа	5	8,2	6	8,6	9	9,2
Третья группа	6	11	7	12,3	11	13,2

Анализируя результаты последнего нашего испытания – прыжок в длину с места, можно констатировать, что лучший показатель по данному виду у студентов из России: для девушек средний показатель составил 164 см, для юношей 221 см. За время обучения в вузе данный показатель изменился в сторону увеличения и у девушек составил 174 см, юношей 229 см. Изменение данного показателя для иностранных студентов дальнего зарубежья были также обнаружены: за три года результаты выросли с 171 до 175 см у юношей, с 134 до 137 см у девушек. Увеличение среднего показателя у студентов второй группы за три года обучения были следующие: у девушек результат вырос с 152 до 156 см, у юношей с 189 до 197 см.

Закключение. Для выполнения данных видов необходимы не только силовые показатели, но и техническая подготовка, которая практически у всех иностранных студенток и студентов отсутствовала. В связи с этим можно сделать вывод, что при организации и проведении занятий по физической культуре в школах, не уделяется должного внимания воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники в различных видах спорта.

В результате проведенного анализа уровня физической подготовленности у иностранных студентов выявили, что необходимо внести изменения в содержание рабочей программы. Что и было сделано. Была разработана рабочая программа по учебному модулю, работа по которой позволила несколько повысить уровень физической подготовленности за период прохождения обучения по дисциплине «Физическая культура». Также проведенный анализ помог определить основные направления не только по развитию физических качеств, но и по обучению и совершенствованию техники выполнения основных элементов из различных видов спорта.

Литература

1. Певзнер, М.Н. Международная деятельность Новгородского государственного университета / М.Н. Певзнер, Н.А. Шайдорова. – Текст: электронный // Аккредитация в образовании. – 2016. – № 88 https://akvobr.ru/mezhdunarodnaya_deyatelnost_novgorodskogo_gosudarstvennogo_universiteta.html.
2. Кудрявцева, В.В. Сравнительный анализ уровня физической подготовленности иностранных и российских студентов вуза / В.В. Кудрявцева // Вектор науки ТГУ. Сер.: Педагогика, психология. – 2022. – № 2. – С. 14–18.
3. Громова, Е.С. Использование физического воспитания для ускорения адаптации иностранных студентов (на примере Дальневосточного федерального университета) / Е.С. Громова // Учен. записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 3. – С. 82–87.
4. Колокольцев, М.М. Эффективность двигательных режимов в физическом воспитании / М.М. Колокольцев, Р.А. Амбарцумян // Вектор науки ТГУ. Сер.: Педагогика, психология. – 2022. – № 2(17).