

УДК 796.011.3

**Национальные спортивные игры на занятиях физической культурой
как метод адаптации иностранных студентов**

Бортникова Лизавета Васильевна¹

Софронова Елена Михайловна²

Питеркина Марина Валентиновна²

¹*Казанский государственный энергетический университет, Казань*

²*Казанский химико-технологический университет, Казань*

Аннотация. В статье раскрыты важные аспекты адаптации иностранных студентов путем включения их в физическую культуру и спорт. Акцентировано внимание на долгосрочных преимуществах такого подхода, включая повышение физической активности, развитие коммуникативных навыков и формирование позитивного отношения к физической активности. Организация национальных спортивных мероприятий играет важную роль в этом процессе, помогая студентам интегрироваться в новую среду, познакомиться с местной культурой, налаживать социальные связи и преодолевать языковые и культурные барьеры. Авторам проведен анализ потребности в данных мероприятиях и программах адаптации для иностранных студентов в вузах. Отмечена польза внедрения национальных спортивных игр, способствующих успешной адаптации иностранцев в социуме.

Ключевые слова: иностранные студенты, методы социальной адаптации, национальные спортивные игры.

**National sports games in physical education classes as a method
of adaptation of foreign students**

Bortnikova Lizaveta Vasilyevna¹

Sofronova Elena Mikhailovna²

Peterkina Marina Valentinovna²

¹*Kazan State Energy University, Kazan*

²*Kazan University of Chemical Technology, Kazan*

Abstract. This material reveals important aspects of adaptation of foreign students by including them in physical education and sports. He emphasizes the long-term benefits of this approach, including increasing physical activity, developing communication skills and developing a positive attitude towards physical activity. The organization of national sports events plays an important role in this process, helping students integrate into a new environment, get to know the local culture, build social connections and overcome language and cultural barriers. The purpose of the work is to research and analyze the needs of these events and adaptation programs for foreign students at universities. This paper examines the relevance of the topic, and also determines the benefits of introducing national sports games that contribute to the successful adaptation of foreigners in society.

Keywords: international students, methods of social adaptation, national sports games.

ВВЕДЕНИЕ. Студентам из-за рубежа, приехавшим на обучение в Россию, необходимо адаптироваться к новой культуре и образу жизни. Этот период адаптации может быть сложным из-за различий между страной происхождения и страной пребывания. Важно проводить исследования, чтобы понять, с какими проблемами и трудностями сталкиваются иностранные студенты в процессе адаптации, а также какие ресурсы и поддержка им могут быть предоставлены.

Цель исследования – проанализировать потребность национальных спортивных игр на занятиях физической культурой.

Задачи исследования:

1. Выяснить значение интеграции в новую среду.
2. Изучить потребность традиции и культур.
3. Определить пользу внедрения национальных спортивных игр.

Количество иностранных студентов, приезжающих для обучения в российских вузах, растет с каждым годом. В последние несколько лет их число увеличилось на 220 тыс. человек, достигнув общего количества в 425 тыс. студентов. Особенно большое количество студентов приезжает из Латинской Америки, Китая, Таджикистана, Казахстана, Туркмени, Узбекистана и Индии. Исследование в области адаптации иностранных студентов в России имеет большое значение для разработки программ и мероприятий, направленных на поддержку студентов в этот период. Понимание проблем и потребностей студентов поможет создать условия для их успешной адаптации и обучения в российских вузах.

Целью физического воспитания является улучшение способностей, гибкости, силы, выносливости и других физических качеств учащихся через развитие двигательных навыков. Физическое воспитание также обучает и укрепляет различные спортивные приемы и фокусируется на улучшении физического состояния учащихся, а также на обучении их духовным и нравственным ценностям. Следовательно, физическое воспитание обеспечивает успешную социализацию человека по мере его взросления. Необходимо сочетать общеобразовательные стратегии, такие как вербальное и визуальное обучение, со стратегиями, специфичными для физического воспитания [1, с. 38]. Внедрение национальных спортивных игр в занятия физической культурой представляет собой мощный метод адаптации иностранных студентов. Это позволяет им лучше интегрироваться в новую среду, находить общий язык с местными студентами и преподавателями, а также сохранять свои традиции и культурное наследие.

Рассмотрим, почему это полезно и какие выгоды это приносит.

Культурный обмен и уважение к разнообразию. Использование национальных спортивных игр позволяет иностранным студентам делиться своими традициями и культурным наследием с местными студентами. В свою очередь, это способствует улучшению взаимопонимания, укреплению дружественных отношений и созданию атмосферы уважения и равенства [2, с. 47].

Адаптация и включение. Участие в национальных спортивных играх позволяет иностранным студентам чувствовать себя более комфортно в новой среде. Это способствует их адаптации и включению в университетское сообщество, так как они могут ощутить, что их культура и традиции уважаемы и приветствуются.

Физическое и эмоциональное благополучие. Участие в национальных спортивных играх также способствует физическому и эмоциональному благополучию. Это предоставляет студентам возможность расслабиться, получить удовольствие от физической активности и переживать положительные эмоции во время занятий.

Внедрение принципа равенства и уважения. Включение национальных спортивных игр в занятия физической культурой демонстрирует, что разнообразие приветствуется и ценится. Это способствует формированию у всех студентов уважения к культурным различиям, содействует принятию и пониманию других культур.

Представим несколько идей для спортивных мероприятий:

1. Международные спортивные турниры. Оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия необходимо проводить с учётом религиозной и культурной

ментальности иностранных студентов, национальных праздников, уровня развития и массовости различных видов спорта в родной стране студента. К примеру, студенты из Марокко, Туниса и Ганы хорошо играют в футбол, а студенты из Китая любят играть в бадминтон и настольный теннис [3, с. 32].

2. Культурные спортивные фестивали. Проведение фестивалей, на которых могут демонстрироваться спортивные традиции различных стран, иностранные студенты могут представлять свои национальные виды спорта, танцы или другие традиционные спортивные мероприятия.

3. Экскурсии и активные походы. Организация активных походов или экскурсий на природу, где студенты могут заняться туризмом, альпинизмом, велоспортом и другими видами активного отдыха.

4. Уличные спортивные мероприятия. Проведение спортивных игр на открытых площадках, таких как эстафеты, марафоны, игры в большой теннис, пляжный волейбол и другие виды, которые способствуют физической активности и созданию дружественной атмосферы.

5. Спортивные тренировки и мастер-классы. Проведение спортивных тренировок и мастер-классов по интересующим видам спорта, где студенты могут узнать больше о различных видах физической активности, улучшить свои навыки и встретиться с единомышленниками.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Материалом для исследования послужили данные опроса иностранных студентов (анкетирование), обучающихся в Казанском государственном энергетическом университете и в Казанском государственном химико-технологическом университете на 1 и 2 курсе. 125 студентов разных направлений и специальностей прошли опрос, на основе ответов были выявлены проблемы с коммуникативной составляющей и вопросы успешности их ожиданий от студенческой жизни. Иностранные студенты нередко сталкиваются с такими адаптационными проблемами как: 1. Смена культурных условий. 2. Смена бытовых условий. 3. Смена окружения и потеря его физической поддержки. 4. Проживание в общежитии и приспособление к поведению соотечественников, что также нередко приводит к конфликтам между первокурсниками и старшекурсниками, между иностранными студентами и студентами соотечественниками [4, с. 82].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Спортивно-массовые мероприятия уникальны тем, что они не требуют ни знания языка, ни подстраивания под поведение других участников. Например, на эстафете группы не нужно говорить на одном языке, а на других мероприятиях формируются смешанные языковые группы. В такой атмосфере, где молодым людям приходится сталкиваться с шумным окружением, они легко адаптируются, перенимая энтузиазм и настрой мероприятия на себя. Преподаватели, находящиеся на спортивных событиях, всегда готовы поддержать и помочь, а страх перед учёбой сходит на нет, ведь всю энергию студенты направляют на спортивное мероприятие. Вариантов таких мероприятий множество, начиная от спортивных соревнований по футболу, волейболу, баскетболу и т. д. и заканчивая вечеринками, пикниками, прогулками и т. п. Иностранному студенту доступно активное участие в таких мероприятиях и общение с рос-

сийскими сверстниками. Это помогает им лучше понять российскую культуру и язык, а также сократить разрыв между различными культурами. Кроме того, участие в спортивных мероприятиях улучшает физическую форму и состояние здоровья иностранных студентов, помогает им завести новых друзей и повысить качество жизни. Таким образом, спортивно-массовые мероприятия играют важную роль в адаптации иностранных студентов в России. Они способствуют интеграции иностранных студентов в российскую культуру, делают новую среду более дружелюбной и комфортной для них, улучшают физическое и психическое здоровье иностранных студентов и создают условия для образования новых знакомств и дружеских отношений. В таких случаях адаптация к новой деятельности становится второстепенной задачей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. В целом, использование национальных спортивных игр на занятиях по физической культуре является эффективным способом адаптации иностранных студентов, способствует созданию гармоничной и располагающей к взаимодействию атмосферы, улучшает физическое и эмоциональное благополучие всех участников и способствует увеличению культурного взаимопонимания в университетском сообществе. Спортивные мероприятия для иностранных студентов могут играть ключевую роль в помощи их интеграции в местное университетское сообщество, а также способствовать улучшению общего физического и психологического благополучия. Эти инициативы, помимо того, что они способствуют укреплению здоровья и развлечению, также создают платформу для обмена культурными ценностями и укрепляют дружеские связи между студентами разных стран.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Груцьяк Н. Б., Груцьяк В. И. Физическая культура как мощный фактор, способствующий адаптации иностранных студентов в вузе // Физическое воспитание студентов. 2010. № 2. С. 37–39.
2. Осипов П. Н., Осипова Л. Н. Ценностные ориентации студентов // Право и образование. 2017. № 6. С. 45–52.
3. Фазлеева Е. В., Власенко Н. В., Шалавина А. С. Занятия физической культурой в вузе как средство адаптации иностранных студентов к обучению // Наука и спорт: Современные тенденции. 2016. Т. 11, № 2. С. 32–33.
4. Зиятдинова Ю. Н., Осипов П. Н. Интернационализация образования: региональный подход // Управление устойчивым развитием. 2016. № 6. С. 80–85.

REFERENCES

1. Grutsyay N. B. (2010), "Physical culture as a powerful factor contributing to the adaptation of foreign students in the university", *Physical education of students*, No. 2, pp. 37–39.
2. Osipov P. N., Osipova L. N. (2017), "Value orientations of students", *Law and education*, No. 6, pp. 45–52.
3. Fazleeva E. V., Vlasenko N. V., Shalavina A. S. (2016), "Physical training in the university as a means of adaptation of foreign students to learning", *Science and sport: Modern trends*, Vol. 11, No. 2, pp. 32–33.
4. Ziyatdinova Yu. N., Osipov P. N. (2016) "Internationalization of education: a regional approach", *Management of sustainable development*, No. 6, pp. 80–85.

Информация об авторах:

Бортникова Л. В., старший преподаватель кафедры Физического Воспитания, lizaveta-dolgova@mail.ru;

Софронова Е. М., доцент кафедры Физического воспитания и спорта, sofroнова_elena64@mail.ru;

Питеркина М.В., доцент кафедры Физического воспитания и спорта, piterka71@mail.ru

Поступила в редакцию 10.02.2024.

Принята к публикации 11.03.2024.