

УДК 796.011.3

**ОЦЕНКА АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА
ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА (НА
ПРИМЕРЕ ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА)**

Светлана Юрьевна Максимова, доктор педагогических наук, доцент, Вадим Александрович Заулошнов, преподаватель, Светлана Юрьевна Валова, преподаватель, Артем Александрович Сатин, преподаватель, Волгоградский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации

Аннотация

Для студентов иностранцев, обучающихся в российских вузах, большой проблемой является адаптация к новым условиям жизни и обучения. Целью исследования явилось определение адаптационных возможностей организма иностранных студентов, обучающихся на первом курсе Волгоградского государственного медицинского университета. Исследование проводилось при помощи медико-педагогических тестов, оценивающих функциональность кардиореспираторной системы. Результаты исследования позволили получить знания, указывающие на средний уровень адаптационных возможностей организма иностранных студентов в течение первого года обучения.

Ключевые слова: адаптационные возможности организма, иностранные студенты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p215-218

**ASSESSMENT OF THE ADAPTIVE CAPABILITIES OF THE ORGANISM OF
FOREIGN FIRST-YEAR MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS (ON THE EXAMPLE
OF VOLGOGRAD STATE MEDICAL UNIVERSITY)**

Svetlana Yuryevna Maksimova, doctor of pedagogical sciences, docent, Vadim Alexandrovich Zauloshnov, teacher, Svetlana Yurievna Valova, teacher, Artem Alexandrovich Satin, teacher, Volgograd State Medical University

Abstract

For foreign students studying at Russian universities, adaptation to new living and learning conditions is a big problem. The aim of the study was to determine the adaptive capabilities of the body of foreign students studying in the first year of Volgograd State Medical University. The study was conducted using medical and pedagogical tests evaluating the functionality of the cardiorespiratory system. The results of the study allowed us to gain knowledge indicating the average level of adaptive capabilities of the body of foreign students during the first year of study.

Keywords: adaptive capabilities of the body, foreign students.

ВВЕДЕНИЕ

Как отдельная проблема педагогической практики современных вузов, выделяется необходимость рациональной организации процесса физической подготовки иностранных студентов. Она заключается в необходимости обеспечения для них корректной адаптации к условиям жизнедеятельности в другой стране, к новым условиям обучения. С этой целью в большинстве вузов разработана специальная система мероприятий, направленная на их максимально возможное привлечение к здоровому образу жизни, регулярным занятиям спортом через использование разнообразных средств физкультурно-спортивной подготовки, проведение большого количества рекреационных, соревновательных и оздоровительных мероприятий. Исследования, проведенные в данном направлении, указывают на достаточно хорошую результативность такой работы [1, 3]. Вместе с тем проблема обеспечения наиболее корректной психофизической адаптации иностранных студентов к жизни и обучению в России остается по-прежнему актуальной.

Адаптация человека к окружающим условиям обеспечивает его нормальную жизнедеятельность. Это обширное понятие, по-разному трактуемое в различных предметных областях и понимаемое как приспособление на психологическом, психофизиологическом, физиологическом, личностном уровне. К практике физического воспитания наиболее близка физиологическая трактовка адаптации [2, 4], оценивающая этот процесс с позиции функциональных систем организма. Общий адаптационный потенциал организма человека напрямую зависит от состояния и подготовленности его функциональных систем – сердечно-сосудистой и дыхательной. Их взаимосвязанная работа обеспечивает питание, дыхание организма и как следствие, его более высокую работоспособность, что и определяет в конечном уровне общий уровень здоровья и адаптацию.

Целью нашего исследования явилось определение адаптационных возможностей организма иностранных студентов, обучающихся на первом курсе Волгоградского государственного медицинского университета.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

На базе ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации обучаются студенты из различных стран, в том числе и из Индии. Этап адаптации этих студентов зависит от привыкания к диаметрально противоположным климатическим условиям, измененному часовому поясу, непривычному рациону питания. Сложность адаптационной перестройки заключается в специфике климатических условий Волгоградского региона – холодных зим, жаркое лето, закономерных частых перепадах температуры воздуха. Анализ этого процесса с позиции оценки функциональности сердечно-сосудистой и дыхательной систем позволяет сделать заключения о его результативности.

В ходе научной работы, проводимой на базе кафедры физической культуры и здоровья, изучалось состояние функциональных систем организма обучающихся. В мониторинге было задействовано 25 студентов первого курса из Индии (юношей и девушек) и такое же количество первокурсников из России. Сравнение результатов, полученных от проб Мартинэ, Штанге, Генча, ортостатической пробы, ЧСС и АД в покое с аналогичными данными студентов из России, позволило оценить состояние функциональных систем, общую адаптацию организма иностранных студентов. Полученные исследовательские данные анализировались отдельно для девушек и отдельно для юношей (таблицы 1, 2).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.

Анализ представленных табличных данных позволяет увидеть, что состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма юношей иностранцев находится на среднем уровне. Так параметры сердечно-сосудистой системы у них лучше, чем у российских обучающихся. В двух из пяти изучаемых параметров они даже демонстрируют статистически достоверное превосходство – в нагрузочной пробе Мартинэ и в ЧСС покоя ($<0,05$). Вместе с тем результаты дыхательных проб у них хуже. В показателях устойчивости организма к гипоксии у студентов иностранцев наблюдается статистически достоверное отставание от показателей первокурсников нашей страны ($<0,05$). Статистически достоверное отставание наблюдается и в показателях ЖЕЛ, где юноши иностранцы также отстают от россиян.

При анализе функциональности сердечно-сосудистой и дыхательной систем зарубежных студенток была получена несколько иная картина. Из всех изучаемых параметров они продемонстрировали статистически достоверно более низкий результат лишь в одном тесте – в пробе Генча на устойчивость организма к гипоксии. Во всех остальных тестах их результаты не имеют статистически достоверных различий, а в пробе Мартинэ и АД покоя (систолическое) они даже превосходят россиянок ($<0,05$).

Таблица 1 – Показатели функциональности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма студентов-юношей первого курса в конце учебного года

Морфофункциональные тесты	Э группа, X±m	К группа, X±m	P
ЧСС покоя (уд. мин)	74,6±2,3	87,1±5,1	<0,05
АД покоя с (мм. рт. ст.)	126,3±3,1	126,6±3,6	>0,05
АД покоя д (мм. рт. ст.)	81,9±5,26	81,8±4,7	>0,05
Ортостатическая проба (с)	21,4±2,4	23,8±3,1	>0,05
Проба Мартинэ (баллы)	4,22±0,3	3,19±0,3	<0,05
Проба Генча (с)	39,01±3,07	79,72±4,02	<0,05
Проба Штанге (с)	48,9±2,03	88,08±4,01	<0,05
ЖЕЛ (мл)	4500±185,1	2714,2±357,9	<0,05

Примечание: Э группа – студенты из Индии, К группа – студенты из России; P – достоверность различий между группами в конце учебного года.

Таблица 2 – Показатели функциональности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма студентов-девушек первого курса в конце учебного года

Морфофункциональные тесты	Э группа, X±m	К группа, X±m	P
ЧСС покоя (уд. мин)	81,3±3,1	89,1±4,3	>0,05
АД покоя с (мм. рт. ст.)	102,3±4,9	126,6±3,6	<0,05
АД покоя д (мм. рт. ст.)	73,4±2,31	82,3±3,9	>0,05
Ортостатическая проба (с)	21,4±2,4	23,8±3,1	>0,05
Проба Мартинэ (баллы)	4,64±0,4	3,21±0,5	<0,05
Проба Генча (с)	39,01±3,07	54,72±4,02	<0,05
Проба Штанге (с)	54,6±2,05	52,02±3,01	>0,05
ЖЕЛ (мл)	2973,1±323	2750,2±250,1	>0,05

Примечание: Э группа – студентки из Индии, К группа – студентки из России; P – достоверность различий между группами в конце учебного года.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенная исследовательская работа позволяет сделать заключение о том, что в целом адаптационные процессы организма студентов иностранцев из Индии в течение первого учебного года проходят в должных рамках. И юноши, и девушки демонстрируют средний уровень функциональности кардиореспираторной системы. Вместе с тем функциональность дыхательной системы идет более замедленными темпами, что актуализирует необходимость использования в рамках физкультурной подготовки большего количества дыхательных упражнений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Использование физического воспитания для ускорения адаптации иностранных студентов (на примере дальневосточного федерального университета) / Е.С. Громова, О.В. Шакирова, Е.О. Бородина, Н.В. Козьявина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 3 (205). – С.82–87.
2. Павлов И.П. Физиология больших полушарий головного мозга / И.П. Павлов. – Москва : Либроком, 2014. – 80 с.
3. Пчегатлук Б.А. Использование физического воспитания для ускорения адаптации иностранных студентов (на примере Кубанского вуза) / Б.А. Пчегатлук // Физическая культура и спорт как одно из основных направлений молодежной политики в Российской Федерации : материалы I Всероссийской конференции. – Москва, 2022. – С. 661–665.
4. Сеченов И.М. Физиология. Избранные произведения. [В 4 ч.]. Ч. 1 / И.М. Сеченов. – Москва : Юрайт, 2017. – 271 с.

REFERENCES

1. Gromova, E.S., Shakirova, O.V., Borodina, E.O. and Kozyavina, N.V. (2022), “The use of physical education to accelerate the adaptation of foreign students (on the example of the Far Eastern Federal University)”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (205), pp. 82–87.
2. Pavlov, I.P. (2014), *Physiology of the cerebral hemispheres*, Librocom, Moscow.
3. Pchegatluk, B.A. (2022), “The use of physical education to accelerate the adaptation of foreign students” (on the example of the Kuban University), *Physical culture and sport as one of the main directions*

of youth policy in the Russian Federation, materials of the 1st All-Russian Conference, Moscow, pp. 661–665.

4. Sechenov, I.M. (2017), *Physiology. Selected works*, Part 1, Urayt, Moscow.

Контактная информация: mal-msy@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 31.05.2023

УДК 796.062

МЕНЕДЖМЕНТ ИНКЛЮЗИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФРИДАЙВИНГУ

Владимир Александрович Малинин, старший преподаватель, Московский финансово-промышленный университет «Синергия»

Аннотация

Введение. Инклюзия в нашей стране явление относительно молодое. В спорте, и особенно в спорте высших достижений, инклюзия только начинает развиваться. В общественной организации Ассоциации фридайверов «Федерация фридайвинга» идеи инклюзии нашли свое отражение в создании Комитета по развитию парафридайвинга и организации участия параспортсменов в её соревнованиях любого уровня. Однако система проведения инклюзивных спортивных мероприятий не может обойтись без модернизации. В данной статье затронута проблема менеджмента инклюзивных соревнований по фридайвингу: их планирование, организация, разработка правил соревнований для возможности участия параатлетов в состязаниях.

Цель исследования – разработать предложения в «Правила и положения соревнований» Федерации фридайвинга по организации состязаний как инклюзивных.

Методика и организация исследования. Ход исследования можно разделить на два этапа. На первом этапе было организовано пробное участие параспортсменов в соревнованиях фридайверов. Его завершением стало проведение первого Инклюзивного Чемпионата по фридайвингу. На втором этапе было создано структурное подразделение Федерации фридайвинга для управления процессом развития парафридайвинга и инклюзии в данном виде спорта и внедрение инклюзии в нормативную базу Федерации фридайвинга. В ходе исследования использовались методы системного подхода, анализа документов, опроса, анализа и синтеза, аналогии, наблюдения.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате исследования разработан ряд изменений и дополнений в правила соревнований Федерации фридайвинга, позволяющих сделать эти соревнования инклюзивными. Разработана новая соревновательная дисциплина, позволяющая участвовать спортсменам с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на равных условиях со всеми участниками соревнований.

Выводы. Результаты исследования могут быть экстраполированы на другие виды спортивной деятельности и применяться для создания системы инклюзивных спортивных мероприятий в различных видах спорта.

Ключевые слова: спортивный менеджмент, спортивное мероприятие, правила соревнований, инклюзия, фридайвинг, парафридайвинг.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p218-221

MANAGEMENT OF INCLUSIVE COMPETITIONS IN FREEDIVING

Vladimir Aleksandrovich Malinin, senior teacher, Moscow University for Industry and Finance “Synergy”

Abstract

Introduction. Inclusion in our country is a relatively young concept. In sports, and especially in sport of higher achievements, inclusion is just beginning to develop. In the public organization "Freedivers Association "Freediving Federation" " the ideas of inclusion have been resulted in the creation of the Committee for the Development of Parafreediving and the organization of the participation of paraathletes in its competitions of any level. However, the system of sports events execution within concept of inclusion cannot do without modernization. This article touches upon the problem of management of inclusive freediving