

ДИНАМИКА ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В ПЕРВОМ СЕМЕСТРЕ ОБУЧЕНИЯ

Цзоу Женьсюань, Чжу Цин, Жуков С.Е.

Научный руководитель – Сируц А.Л., канд. пед. наук, доцент

Белорусский государственный университет физической культуры,

Минск, Республика Беларусь

***Аннотация.** В статье представлены результаты еженедельного контроля уровня общей физической и плавательной подготовленности иностранных студентов в первом семестре обучения в вузе по данным выполнения четырех двигательных тестов и контрольных упражнений в бассейне. Анализировалась динамика результатов выполнения тестов и контрольных упражнений с учетом влияния количества практических занятий в неделю по учебным дисциплинам и показателями посещаемости.*

***Ключевые слова:** иностранные студенты; педагогический контроль; общая физическая подготовленности; плавательная подготовленность; динамика результатов тестов; учебные дисциплины; посещаемость практических занятий.*

Актуальность. Ежегодное увеличение количества обучающихся в сфере высшего образования иностранных студентов формирует необходимость изучения процессов интеграции их в незнакомой для них системе [1].

Занятия физической культурой и спортом являются важным средством улучшения процессов интеграции иностранных студентов к новым условиям [1]. Для управления данным процессом по учебным дисциплинам физического воспитания и спорта необходимо контролировать динамику физической и плавательной подготовленности иностранных студентов [2]. Общая физическая подготовленность представляет собой совокупность двигательных способностей и морфофункциональных свойств организма, которые являются результатом физической подготовки человека [3]. Для оценки уровня общей физической и плавательной подготовленности студенческой молодежи наиболее часто используются специальные тесты и контрольные упражнения [4]. Тесты и контрольные упражнения для оценки физической подготовленности человека должны определять уровень значимых двигательных способностей: силу, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и умение плавать [5].

Цель исследования. Выявить динамику общей физической и плавательной подготовленности иностранных студентов в первом семестре обучения.

Методы и организация исследования. Анализ научно-методической литературы. Сбор ретроспективной информации. Педагогическое тестирование. Методы математической статистики. Регрессионный анализ результатов тестирования для получения коэффициентов уравнения регрессии с применением линейной функции [6]. Рассчитывались средние процентные значения регистрируемых показателей относительно индивидуальных максимумов в выполняемых тестах.

Исследования проводились с ноября по декабрь 2023 г. с еженедельным контролем за уровнем развития общей физической и плавательной подготовленности сорока иностранных студентов Китайской Народной Республики первого курса. Еженедельные

тестирования проводились на практических занятиях по учебным дисциплинам «Легкая атлетика и методика преподавания» и «Плавание и методика преподавания». Уровень общей физической подготовленности контролировался по результатам выполнения 4 двигательных тестов: «Прыжок в длину с места», «Бег 30 или 60 м», «Поднимание туловища за 1 минуту», «Наклон вперед». Уровень плавательной подготовленности студентов определялся с применением дифференцированной оценки с промежуточными десятичными значениями для каждого из десяти уровней плавательной подготовленности [7]. Исходный уровень общей физической подготовленности рассчитывался по результатам выполнения иностранными студентами вступительных испытаний в июле месяце, а уровень плавательной подготовленности по выполнению контрольных упражнений на первых практических занятиях в бассейне в сентябре месяце.

Результаты исследований и их обсуждение. Ежедневный контроль уровня общей физической подготовленности по результатам выполнения 4 двигательных тестов выявил динамику регистрируемых показателей на последних 5–6 неделях обучения в первом семестре относительно исходного уровня. На рисунке 1 представлена динамика среднегрупповых процентных значений результатов выполнения двигательных тестов иностранными студентами.

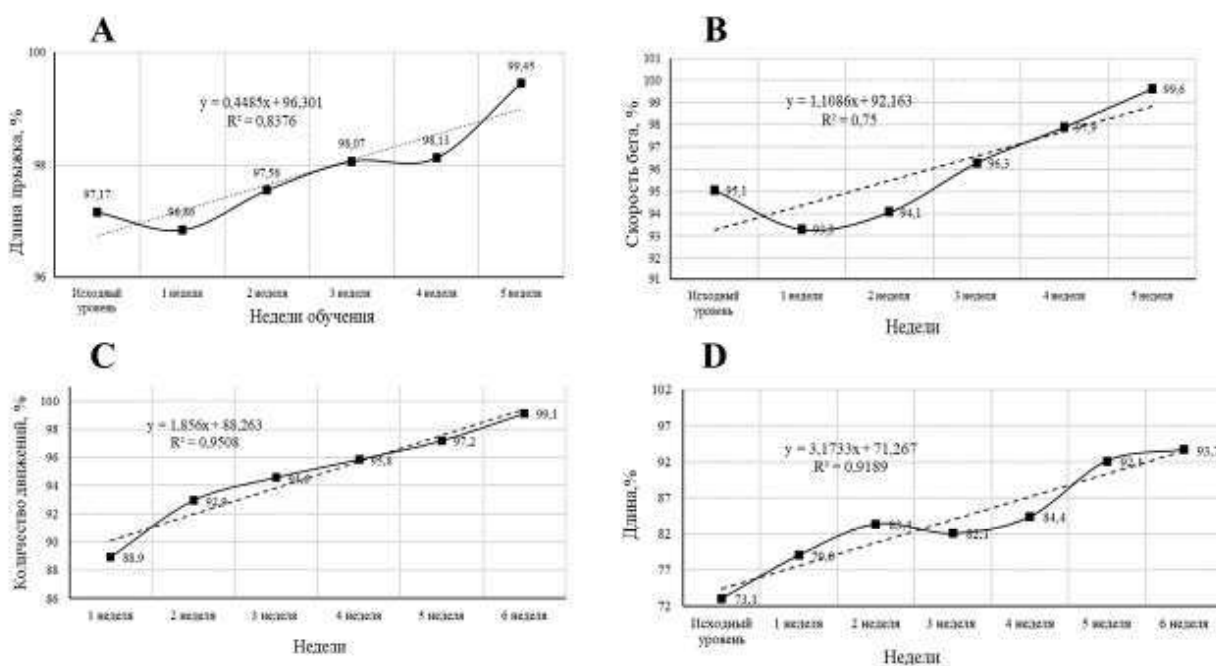


Рисунок 1. – Динамика среднегрупповых процентных значений результатов выполнения двигательных тестов: А – «Прыжок в длину с места», В – «Бег 30 или 60 м», С – «Поднимание туловища за 1 минуту», D – «Наклон вперед» у иностранных студентов в 1 семестре обучения (n = 41)

Анализ среднегрупповых процентных значений результатов выполнения тестов обозначил выраженную волнообразность динамики регистрируемых показателей относительно тренда линейной функции с высокими коэффициентами детерминации ($R^2 = 0,95–0,75$). Наименьшие значения коэффициентов детерминации отмечаются в тестах «Бег 30 или 60 м» ($R^2 = 0,75$) и «Прыжок в длину с места» ($R^2 = 0,83$), что взаимосвязано с более высокими исходными показателями, полученными во время вступительных экзаменов.

Результаты однофакторного дисперсионного анализа выполнения 4 двигательных тестов в первом семестре позволили определить, что в этих двух тестах «Бег 30 или 60 м» ($P > 0,01$) и «Прыжок в длину с места» ($P > 0,05$) достигнут статистически достоверный прирост результатов за первый семестр обучения в вузе иностранных студентов (таблица 1).

Таблица 1. – Результаты однофакторного дисперсионного анализа среднегрупповых значений выполнения четырех двигательных тестов иностранными студентами в 1 семестре обучения

Двигательные тесты	MS	F	P-Значение	F критическое
Прыжок в длину с места	2892,30	3,8610	0,0529	3,9604
Бег 30 или 60 м	4,714	5,690	0,0194	3,960
Поднимание туловища за 1 мин	487,804	22,603	8,65E-06	3,960
Наклон вперед	487,804	22,603	8,65E-06	3,960

Достигнутый прирост результатов в тестах с преимущественным проявление скоростных и скоростно-силовых способностей во многом связан с изучением в этом семестре учебной дисциплины «Легкая атлетика и методика преподавания» с двумя практическими занятиями в неделю. Результаты двух других тестов, предъявляющих требования к проявлению силовой выносливости и гибкости не выявили статистически достоверного прироста регистрируемых показателей. Это может быть обусловлено меньшим количеством практических занятий по учебной дисциплине «Гимнастика и методика преподавания» в первом семестре. Выявленная волнообразность выявленных динамик имеет среднюю корреляционную зависимость ($r = 0,49$) с количеством пропущенных иностранными студентами практических занятий по учебной дисциплине «Легкая атлетика и методика преподавания».

Изучение результатов контроля уровня плавательной подготовленности иностранных студентов в первом семестре на практических занятиях по учебной дисциплине «Плавание и методика преподавания» позволило сравнить полученные результаты с данными по общей физической подготовленности. Динамика оценочных значений уровня плавательной подготовленности иностранных студентов имеет выраженную волнообразность при высоких значения коэффициента детерминации ($R^2 = 0,91$). Волнообразность взаимосвязана с количеством пропущенных практических занятий в бассейне по учебной дисциплине ($r = 0,56$) иностранными студентами (рисунок 2).



Рисунок 2. – Динамика среднегрупповых оценочных значений уровня плавательной подготовленности иностранных студентов в 1 семестре обучения ($n = 41$)

Результаты однофакторного дисперсионного анализа подтвердили отсутствие статистически достоверного прироста оценочных значений уровня плавательной подготовленности у иностранных студентов за первый семестр обучения. Оценочный прирост уровня плавательной подготовленности за первый семестр при одном практическом занятии в неделю составил $1,24 \pm 0,83$ балла ($P < 0,05$).

Таблица 2. – Результаты однофакторного дисперсионного анализа среднегрупповых оценочных значений уровня плавательной подготовленности иностранных студентов в 1 семестре обучения ($n = 40$)

Источник вариации	SS	df	MS	F	P-Значение	F критическое
Между группами	44,28	7,0	6,326	2,209	0,033	2,039
Внутри групп	893,43	312,0	2,864			
Итого	937,71	319,0				

Выводы. Результаты проведенных исследований выявили динамику общей физической и плавательной подготовленности иностранных студентов в первом семестре обучения в вузе.

Для всех еженедельно регистрируемых показателей результатов выполнения четырех двигательных тестов и оценочного норматива по плавательной подготовленности характерна выраженная волнообразность их динамики при высоких значениях коэффициента детерминации ($R^2 = 0,95-0,75$). Выраженная волнообразность динамики взаимосвязана с показателями посещаемости практических занятий иностранными студентами со средними значениями коэффициентов корреляции ($r = 0,49-0,56$).

Статистически достоверный прирост результатов за первый семестр был выявлен только в двух двигательных тестах: «Бег 30 или 60 м» ($P > 0,01$), «Прыжок в длину с места» ($P > 0,05$).

Полученные в ходе проведенных исследований результаты могут быть использованы для совершенствования учебного процесса иностранных студентов в первом семестре обучения в вузе.

1. Ушакова, И. А. Физическая культура в социокультурной и профессиональной адаптации студентов медицинского вуза / ред. проф. В. Б. Мандрикова. – Волгоград: Изд-во ВолгГМУ, 2017. – 260 с.

2. Физическая подготовленность иностранных студентов как основа повышения качества процесса по физическому воспитанию [Электронный ресурс] / А. Д. Дугблей [и др.] // Ученые записки университета Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-podgotovlennost-inostrannyh-studentov-kak-osnova-povysheniya-kachestva-protsessa-po-fizicheskomu-vospitaniyu>. – Дата доступа: 28.01.2024.

3. Хижевский, О. В. Физическое воспитание студентов: монография / О. В. Хижевский, Р. И. Купчинов. – Минск, 2019. – 404 с.

4. Сулейманова, М. И. Контроль и самоконтроль физической и функциональной подготовленности студентов: метод. рекомендации / М. И. Сулейманова. – Брест: БрГУ, 2018. – 32 с.

5. Общая физическая подготовка: вариативная часть физической культуры: метод. рекомендации для студентов и преподавателей / сост.: И. А. Анохина, В. И. Козлов, Н. И. Зиземская. – Воронеж, 2016. – 38 с.

6. Трифонова, Н. Н. Спортивная метрология: учеб. пособие / Н. Н. Трифонова, И. В. Ермакмайшвили; науч. ред. Г. И. Семенова. – Екатеринбург: Издво Урал. ун-та, 2016. – 112 с.

7. Мещеряков, С. П. Мониторинг физической подготовленности студентов: учеб.-метод. пособие / С. П. Мещеряков, А. О. Егорычев. – М.: Издательский центр РГУ нефти и газа (НИУ) имени И. М. Губкина, 2018. – 51 с.

О РАЗРАБОТКЕ УЧЕБНЫХ ПРОГРАММ ПО БОЕВЫМ ИСКУССТВАМ ДЛЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ ПРОВИНЦИИ ГУЙЧЖОУ КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

Чэнь Жуй

Научный руководитель – Коледа В.А., д-р пед. наук, профессор
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

***Аннотация.** Статья отражает направленность программного сопровождения физического воспитания обучающихся в учреждениях образования Китайской Народной Республики с учетом специфических особенностей преподавания боевых искусств. Раскрыты наиболее существенные взаимосвязи единоборств с физической культурой и повышением уровня физического здоровья молодежи.*

Введение. Популярность спортивных единоборств среди китайской молодежи обусловлена объективными предпосылками культивирования физической культуры и повышения физической подготовленности населения. Одной из главных являются национальные традиции и достижения в развитии физической культуры, в том числе в единоборствах; пропаганда китайского курса физической культуры; интерес школьников и студентов к различным видам единоборств и боевых искусств и др.

В созданной системе государственной поддержки и политики развития физического воспитания и спорта Китая законодательно аргументированы такие значимые для страны системные компоненты как:

- национальная пригодность в стратегической реализации и интеграции физической подготовки, здоровья, фитнеса;
- совершенствование и поощрение занятий спортом обучающихся;
- спортивные мероприятия и соревновательные виды спорта;
- спортивная индустрия и расширение ее масштабов, повышение жизнеспособности, удовлетворение спортивных потребностей населения;
- надзор, управление и юридическая ответственность организаторов и организаций спортивных мероприятий по обеспечению безопасности, соответствию спортивных сооружений национальным стандартам, соблюдению этических норм и правил проведения мероприятий и т. д. [1].