

и могут изменяться под влиянием целенаправленной тренировки, формируя реальные индивидуальные резервы организма.

Механизм регуляции различных функций организма имеет важное значение в понимании хода восстановительных процессов вовремя и после напряженной мышечной работы.

В связи с разной степенью обучаемости и физиологическими показателями вносятся коррективы в индивидуальную работу студента на протяжении всего процесса обучения. Причем в оценке деятельности студентов используется дифференцированный подход с учетом прироста результатов.

Определение уровня физического развития студентов необходимо не только в диагностических целях, но в большей мере для расширения подходов по физическому совершенствованию студентов.

### **Выводы**

Результаты тестирования позволили определить функциональные и физические возможности организма студенток, их работоспособность, что дает возможность эффективнее разрабатывать и вноситься коррективы в индивидуальные планы учебно-тренировочного процесса. Полученные данные так же позволяют следить за правильностью распределения нагрузки, их объемом и интенсивностью, и в дальнейшем целенаправленно выстраивать процесс физической подготовки и его совершенствование.

Необходимость индивидуализации в спорте предопределена высоким уровнем требований к функциональным и адаптационным возможностям спортсменов.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Биоимпедансный анализ состава тела человека / Д. В. Николаев [и др.]. — М.: Наука, 2009. — 392 с.
2. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — М.: Олимпия Пресс, 2005. — 528 с.
3. Martirosov, E. G. Technologies and methods of human body composition assessment / E. G. Martirosov, D. V. Nikolaev, S. G. Rudnev. — М.: Nauka, 2006. — 248 p.
4. Physical activity pie; a graphical presentation integrating recommendations for fitness and health / M. Fogelholm [et al.] // Journal of Physical Activity and Health. — 2005. — № 2. — P. 391–396.

**УДК 796:61-057.875-027.63**

## **ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В ВЫСШИХ МЕДИЦИНСКИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

***Игнатушкин Р. Г., Малявко А. А.***

**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный медицинский университет»**

**г. Гомель, Республика Беларусь**

### ***Введение***

В настоящее время, одним из показателей успешности вуза является количество иностранных студентов. В Республике Беларусь количество иностранных студентов растет год от года. Физическое воспитание данных студентов является неотъемлемой составной частью учебно-воспитательного процесса и профессиональной подготовки специалистов.

### ***Цель***

Изучить особенности физического воспитания иностранных студентов в высших медицинских учебных заведениях.

### ***Материал и методы исследования***

Анализ научно-методической литературы, программ обучения, опыта ведущих специалистов в данной области.

### ***Результаты исследования и их обсуждение***

Физическое воспитание способствует оптимизации процессов психологической адаптации иностранных студентов к обучению и проживанию в иной среде, однако, решение задач физического воспитания иностранных студентов сталкивается с рядом

трудностей. К ним относятся: различный образовательный и физкультурно-спортивный уровень иностранных студентов, что связано с социально-экономическими, политическими, религиозными и других особенностях стран, откуда прибыли на учебу иностранные студенты [1].

Поэтому, при организации занятий по физической культуре с иностранными студентами важно учитывать следующие факторы:

- состояние здоровья и физической подготовленности;
- наличие определенного языкового барьера, связанного с разным исходным уровнем владения русским языком;
- особенности национальной культуры и традиций в вопросах физического воспитания [2].

При подготовке к занятию с иностранными студентами по физическому воспитанию преподавателю следует учитывать такие факторы, как: непривычность климата, вероятность психологического стресса и умственного перенапряжения. Поэтому, чем медленнее происходит нарастание физических нагрузок, тем легче организму приспособиться к ним.

Следует отметить, что перед преподавателями физической культуры стоит важная педагогическая задача — обеспечить оптимальные условия выполнения студентами своих учебных обязанностей. Для выполнения вышеуказанной задачи преподаватель должен определить средства и методы использования разнообразных физических упражнений и систему мероприятий оздоровительного характера.

Важнейшей особенностью физического воспитания иностранного студента является то, что в процессе физкультурной деятельности студент вступает в большое количество социальных контактов, в результате которых он адаптируется к новым условиям, что существенно помогает ему в изучении иных дисциплин. Как следствие активизируется процесс социально-психологической адаптации, путем включения студентов в коллективную деятельность (игровые технологии, используемые на занятиях по физической культуре; секционные занятия, участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях, спортивные праздники в рамках недели факультетов), а также способствуют развитию личностного адаптационного потенциала (адаптивные и коммуникативные качества, нервно-психическая устойчивость), повышают уровень активности и работоспособности в учебной деятельности [3].

При игровых видах спорта развивается ловкость, координация, командные взаимоотношения.

Необходимо также привлекать иностранных студентов к участию в спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях в различных ролевых качествах (зритель, болельщик, участник группы поддержки, участник соревнований). Как показывает практика, такой подход к организации двигательной активности, физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности иностранных студентов способствует ускорению адаптации к инокультурной среде, а также увеличивает работоспособность в иной студенческой деятельности.

### **Вывод**

При изучении особенностей физического воспитания иностранных студентов в высших медицинских учебных заведениях нами было выявлено, что физическое воспитание способствует оптимизации процессов психологической адаптации иностранных студентов к обучению и проживанию в инокультурной среде, содействует их быстрой адаптации и повышению уровня стрессоустойчивости. Исходя из этого, преподавателю физической культуры следует уделить особое внимание комплексу средств и методов, адекватных физическому состоянию студента, а также дифференцировать выбор спор-

тивной деятельности и применять различные методы проведения занятий в годичном цикле профессионального обучения.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богашенко. — Люберцы: Юрайт, 2016. — 424 с.
2. Решетников, Н. В. Физическая культура: учебник / Н. В. Решетников [и др.]. — М.: ИЦ Академия, 2013. — 176 с.
3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Академия, 2012. — 480 с.

УДК 811.161.3'37:[61:378]

## ПРЫНЦЫПЫ ПАДБОРУ МАТЭРЫЯЛУ ПРЫ СКЛАДАННІ ТЭСТАЎ ПА БЕЛАРУСКАЙ МОВЕ ДЛЯ СТУДЭНТАЎ ВЫШЭЙШЫХ МЕДЫЦЫНСКІХ НАВУЧАЛЬНЫХ УСТАНОЎ

*Карніеўская Т. А.*

Установа адукацыі  
Гомельскі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт  
г. Гомель, Рэспубліка Беларусь

### *Уводзіны*

У сучасным адукацыйным працэсе тэсты як від праверкі і карэкцыі ведаў адыгрываюць значную ролю. Прычым тычыцца гэта ўсіх узроўняў навучання, пачынаючы ад школы і заканчваючы вышэйшымі навучальнымі ўстановамі і ўстановамі перападрыхтоўкі кадраў. Такое становішча склалася дзякуючы ў першую чаргу аптымальным часавым суадносінам як пры выкананні заданняў (тэсты дазваляюць за кароткі час праверыць веды даволі вялікай колькасці навучэнцаў), так і пры падвядзенні і атрыманні вынікаў: ад некалькіх хвілін (камп'ютарныя тэсты) да некалькіх дзён (цэнтралізаванае і рэпетыцыйнае тэсціраванне). Да таго ж тэставыя заданні даволі лёгка вар'іруюцца і карэкціруюцца ў залежнасці ад патрабаванняў навучальнага працэсу.

### *Мэта*

Вызначэнне асноўных прынцыпаў складання тэставых заданняў для тэматычнага і вынікавага кантролю ведаў па курсе “Беларуская мова: прафесійная лексіка”, прызначаным для студэнтаў першага курса медыцынскіх ВНУ (у прыватнасці, для студэнтаў УА “ГомДМУ”).

*Метады:* апісальны, параўнальны.

Адным з асноўных прынцыпаў падбору дыдактычнага матэрыялам з'яўляецца неад'емная сувязь тэставых заданняў з прафесійнымі ведамі, г.зн. з медыцынскай тэрміналогіяй. Найбольш ярка гэта прынцып праяўляецца пры праходжанні такіх тэм курса, як “Лексіка. Сістэмныя сувязі ў медыцынскай тэрміналогіі”, “Лексіка. Многазначнасць у медыцынскай лексіцы”, а таксама пры выкананні студэнтамі вынікавага камп'ютарнага тэста перад заліковымі заняткамі. Сярод заданняў, у якім рэалізуецца разглядаемы прынцып, можам адначыць наступныя: **1. Вызначце, як называюцца сістэмныя лексічныя сувязі тыпу “скрыты” — “латэнтны”:** паронімы, амонімы, антонімы, сінонімы\*, **многазначныя**. **2. Знайдзіце сінонім да слова “лазарэт”:** шпіталь\*, здраўніца, санаторый, курорт, паліклініка. Заданні такога тыпу замацоўваюць матэрыял вучэбна-метыдычнага дапаможніка, якія выкарыстоўваецца ў якасці асноўнага падручніка на занятках па беларускай мове ў ГомДМУ [3].

Трэба таксама адзначыць, што ў сучасным грамадстве сярод патрабаванняў да маладога спецыяліста адзначаецца наяўнасць даволі высокага ўзроўню валодання