



Научно-исследовательский журнал «Modern Humanities Success / Успехи гуманитарных наук»
<https://mhs-journal.ru>
2025, № 3 / 2025, Iss. 3 <https://mhs-journal.ru/archives/category/publications>
Научная статья / Original article
Шифр научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)
УДК 796.011.1

Сравнение уровня физической подготовленности индийских студентов и российских курсантов

¹ Звягинцев М.В., ² Баканов М.В., ² Арышева Ю.В.,
¹ Университет Федеральной службы исполнения наказаний России,
² Кемеровский государственный университет

Аннотация: рост авторитета российского образования несмотря на все его проблемы неуклонно год за годом возрастает. В Россию едут учиться не только граждане ближнего зарубежья, но и из других стран, где уровень образования достаточно высок. Данные студенты направляются для обучения на различные программы и по различным специальностям в различные города нашей страны. Много иностранных студентов можно встретить не только в Москве и Санкт-Петербурге, но и в таких городах как: Томск, Красноярск, Новосибирск, Кемерово, Казань, Владивосток и др. Для успешной адаптации иностранных студентов к обучению в Российской Федерации предлагается ряд мероприятий, это и курсы русского языка, и различные культурно-творческие мероприятия, а также мероприятия физкультурно-спортивной направленности. В статье сопоставляется уровень физической подготовленности индийских студентов и российских курсантов. Полученные результаты анализируются и предлагаются варианты повышения уровня физической подготовленности студентов из Индии. В статье проанализирована система физического воспитания Индии, выявлены её сильные и слабые стороны.

Ключевые слова: иностранные студенты, курсанты, индийские студенты, физическая подготовленность, физическое воспитание в Индии

Для цитирования: Звягинцев М.В., Баканов М.В., Арышева Ю.В. Сравнение уровня физической подготовленности индийских студентов и российских курсантов // Modern Humanities Success. 2025. № 3. С. 193 – 200.

Поступила в редакцию: 11 декабря 2024 г.; Одобрена после рецензирования: 12 февраля 2025 г.; Принята к публикации: 28 марта 2025 г.

Comparison of the level of physical fitness of Indian students and Russian cadets

¹ Zvyagintsev M.V., ² Bakanov M.V., ² Arysheva Yu.V.,
¹ University of the Federal Penitentiary Service of Russia,
² Kemerovo State University

Abstract: the growing authority of Russian education, despite all its problems, is steadily increasing year after year. Not only citizens of neighboring countries go to Russia to study, but also from other countries where the level of education is quite high. These students are sent to study in various programs and in various specialties in various cities of our country. Many international students can be found not only in Moscow and St. Petersburg, but also in cities such as Tomsk, Krasnoyarsk, Novosibirsk, Kemerovo, Kazan, Vladivostok, etc. For the successful adaptation of foreign students to study in the Russian Federation, a number of activities are offered, including Russian language courses, various cultural and creative events, as well as physical culture and sports activities. The article compares the level of physical fitness of Indian students and Russian cadets. The results obtained are analyzed and options for improving the physical fitness of students from India are proposed. The article analyzes the system of physical education in India, identifies its strengths and weaknesses.

Keywords: international students, cadets, Indian students, physical fitness, physical education in India

For citation: Zvyagintsev M.V., Bakanov M.V., Arysheva Yu.V. Comparison of the level of physical fitness of Indian students and Russian cadets. Modern Humanities Success. 2025. 3. P. 193 – 200.

The article was submitted: December 11, 2024; Approved after reviewing: February 12, 2025; Accepted for publication: March 28, 2025.

Введение

Иностранные студенты, поступая в Российские образовательные учреждения испытывают ряд трудностей. Это трудности культурной адаптации, адаптации к особенностям осуществления образовательного процесса, физической адаптации и климато-географической адаптации.

М.О. Одинцова изучая проблему адаптации иностранных студентов к обучению в медицинском университете, она указывает на то, что занятия физической культурой и спортом повышают уровень энергии, способствует развитию социальных навыков. В своём исследовании она указывает на то, что совместная физкультурно-спортивная деятельность способствует лучшему пониманию российской культуры, адаптации в коллективе, приобретению новых знакомств и друзей, она также указывает на то, что занятия физической культурой и спортом способствуют снятию стресса и напряжения и как следствие повышают работоспособность. Однако, при тестировании физической подготовленности она указывает на то, что уровень таковой у иностранных студентов оставляет желать лучшего. Исходя из этого она делает вывод, о необходимости вовлечения иностранных студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность, что повысит уровень здоровья студентов, принятию российской культуры, совершенствования социальных навыков и это приведёт к повышению адаптационных возможностей данной категории студентов [5].

Исследователи Е.Ф. Фазлеева, Н.В. Васенков, А.С. Шалавина также изучали проблему адаптации иностранных студентов к обучению в университете. Они указывали, что при начале обучения иностранные студенты сталкиваются с тремя видами адаптационных проблем: адаптация к социокультурной среде, академическая и индивидуальная адаптация. Исходя из этих проблем, они выделяют «комплексный стресс-фактор», для снижения его негативного влияния предлагается вовлекать иностранных студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность. Проводя результаты исследования, проведённого в Казанском федеральном университете они указывают на то, что совместные занятия иностранных и российских студентов улучшают здоровье, физическую подготовленность, помогают преодолевать языковой и ментальный барьеры, помогают взаимопроникно-

вению культур. Авторы, проводя исследования уровня физической подготовленности российских и иностранных студентов выяснили, что по всем показателям студенты первого курса из России превосходят своих зарубежных сокурсников. Исходя из этих результатов, авторы разработали систему физической подготовки, которая способствует повышению уровня данной подготовки до уровня российских студентов [9].

Л.А. Бартновская, В.М. Кравченко и Н.А. Попованова отмечая недостаточный уровень физической подготовленности иностранных студентов предлагают использовать физкультурно-спортивные занятия для его повышения, что, по их мнению, благоприятно сказывается на повышении адаптации, как физической, так и социальной. В Красноярском государственном педагогическом университете им. В.П. Астафьева была разработана программа «Путь к успеху». Данная программа рассчитана на 136 академических часов и направлена на повышение уровня физической подготовленности студентов, улучшении их самочувствия и здоровья, формированию мотивации к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью и совершенствованию русского языка. Курс построен на интегрированной основе где объединены занятия физической подготовкой и русским языком. Проведённое авторское исследование доказало состоятельность такого подхода [1].

Вьетнамский исследователь Т.Л. Ха и его российский коллега В.Н. Егоров изучали физическую подготовленность студентов из Вьетнама. Они выявили, что физическая подготовленность данных студентов по сравнению с российскими студентами оставляет желать лучшего. Анализируя полученные результаты, они пришли к выводу, что есть различия в методике преподавания физической культуры в России и Вьетнаме. Для повышения уровня физической подготовленности вьетнамских студентов предлагается разработка индивидуальных курсов и активного вовлечения иностранных студентов в физкультурно-спортивную деятельность. Это приведёт к успешной адаптации иностранных студентов к условиям обучения в Российских ВУЗах [10, 11].

В.В. Кудрявцева и С.Н. Фёдорова из Марийского государственного университета изучая физическую подготовленность студентов иностранцев, также отмечают их низкий уровень по сравнению

с российскими студентами, они уступают им по всем тестам физической подготовленности. Авторы отмечают, что у них обучаются студенты из ближнего зарубежья и считают, что занятия физической подготовкой необходимы для успешной социально-культурной адаптации данных студентов к обучению в России [3].

Исследователи П.О. Илюшина, О.В. Илюшин, А.А. Гуляков, М.Х. Салахов исследовали уровень физической подготовленности иностранных студентов. Они выявили, что 17% иностранных студентов имеют низкий уровень физической подготовленности, а ещё 74% имеют трудности в адаптации. Авторы для решения проблемы предлагают использовать потенциал физкультурно-спортивной деятельности [6].

Исследователи из Волгоградского медицинского университета, И.А. Ушакова и В.Б. Мандриков изучая физическую подготовленность иностранных студентов отмечают их низкий уровень. Они полагают, что занятия физической подготовкой иностранных студентов необходимы, как одно из средств их адаптации к образовательной системе и социальному окружению. Они также изучали и национальные особенности студентов это позволило выявить, что студенты из Индии имеют наиболее низкие показатели физической подготовленности среди студентов иностранцев. Китайские и Малазийские студенты по их утверждению наиболее дисциплинированы и имеют более высокие показатели физической подготовленности [8].

Е.В. Каерова с коллегами изучая физическую подготовленность студентов из Индии, обучающихся в Тихоокеанском государственном медицинском университете. Они отмечают низкий уровень физической подготовленности данных студентов по сравнению со студентами из России и других стран. Особенно низкие показатели были выявлены в уровне развития скоростно-силовых способностей и гибкости. Авторы разработали специальный курс для таких студентов, справедливо полагая, что физическая подготовка является мощным средством социально-культурной адаптации [7].

А.А. Малыева и С.Ю. Иванова проводили сравнительное исследование физической подготовленности

студентов из Индии и Таджикистана обучающихся в Кемеровском государственном университете. Они обращают внимание на низкий уровень физической подготовленности студентов обеих групп, вместе с тем они указывают, что высокий уровень физической подготовленности способствует успешной адаптации к условиям обучения в ВУЗе и культурной среде России [4].

Цель исследования: сравнить уровень физической подготовленности студентов из Индии обучающихся в Кемеровском Государственном Университете и курсантов Университета ФСИН России, поступивших на I курс в 2024 году.

Материалы и методы исследований

В исследовании уровня физической подготовленности были использованы следующие тесты:

1. Челночный бег 3×10 метров (юноши/девушки);
2. Прыжок в длину с места (юноши/девушки);
3. Подтягивание на высокой перекладине (юноши) и низкой перекладине (девушки);
4. Отжимание от пола на специальном устройстве (юноши/девушки);
5. Подъём туловища из положения лёжа за 1 минуту (юноши/девушки);
6. Наклон вперёд из положения стоя на специальной платформе (юноши/девушки);
7. Прыжки на скакалке (юноши/девушки).

Результаты и обсуждения

Студенты из Индии поступили на обучение в Кемеровский Государственный Университет на различные факультеты, связанные с пищевой промышленностью, гуманитарными науками, юриспруденцией и экономикой. Курсанты Университета ФСИН России поступили на обучение в г. Санкт-Петербург на воспитательно-правовую специальность, пожарную безопасность, оперативно-розыскную деятельность и уголовно-исполнительную инспекцию. Группа студентов из Индии составляла 160 человек (101 юноша и 59 девушек), группа курсантов из России составляла 149 человек (94 юноши и 50 девушек). Эксперимент проводился с августа по октябрь 2024 года.

В ходе проведения эксперимента были получены следующие результаты юноши (табл. 1):

Таблица 1

Сравнение показателей физической подготовленности индийских студентов и российских курсантов (юноши).

Table 1

Comparison of physical fitness indicators of Indian students and Russian cadets (young men).

Показатель	Значения		Достоверность различий по t-критерию Стьюдента
	Индийские студенты	Российские курсанты	
Челночный бег 3×10 метров (сек.)	8,48±0,9	6,8±0,6	p < 0,05
Прыжок в длину с места (см.)	197,9±34,5	234,6±12,1	p < 0,05
Подтягивание на перекладине (раз)	4,8±1,6	10,4±2,2	p < 0,05
Отжимания (раз)	18,1±15,3	26,2±9,5	p > 0,05
Подъём туловища из положения лёжа за 1 минуту (раз)	31,7±11,9	46,7±9,4	p < 0,05
Наклон вперёд из положения стоя на специальной платформе (см.)	9,5±6,2	9,4±3,2	p > 0,05
Прыжки на скакалке (раз)	74,3±40,6	88,2±7,6	p > 0,05

Полученные данные говорят, что результаты в челночном беге у курсантов из России достоверно выше, чем у студентов из Индии. Лучший результат у юношей из Индии 7,01, худший 10,7, у курсантов из России лучший результат 6,26, худший 8,82. Различие достоверно. Это свидетельствует о том, что в лучших результатах разрыв меньше чем в худших, низкие результаты у Индийских студентов преобладают.

Результаты в прыжке в длину с места у курсантов из России достоверно выше чем у студентов из Индии. Лучший результат индусов 255 см., худший 120 см. У курсантов из России лучший результат составил 263 см., худший 178 см. Это говорит о том, что лучшие результаты примерно одинаковые, а худшие результаты значительно ниже у студентов из Индии.

Результаты в подтягиваниях на высокой перекладине говорят о том, что показатели курсантов из России достоверно выше, чем у студентов из Индии. Лучший результат у студентов составил 16 раз, худший 0 раз. У курсантов лучший результат составил 23 раза, худший 0 раз.

Отжимания в упоре лёжа у курсантов из России выше, чем у студентов из Индии, однако эти данные не достоверны. Лучший результат индусов составил 54 раза, худший 0 раз. У курсантов из

России лучший результат составил 49 раз, худший 12. Полученные данные свидетельствуют, что несмотря на лучший показатель в данном тесте у индусов, их худший показатель гораздо ниже чем у курсантов.

Количество подъёмов туловища из положения лёжа за 1 минуту достоверно выше у курсантов из России чем у студентов из Индии. Лучший результат у индусов составил 52 раза, худший 12. Лучший результат у курсантов составил 53 раза, худший 39.

Наклон вперёд из положения стоя на платформе показал, что среднegrupповой результат выше у студентов из Индии, чем у курсантов, но данные различия статистически не достоверны. Лучший результат у студентов 20 см., худший 0, лучший результат у курсантов 16 см., худший 3 см. Показанные результаты примерно одинаковы в обеих группах.

Показатели в прыжке через скакалку так же не выявили статистически значимых различий между группами. Хотя среднegrupповые показатели выше у курсантов. Лучший результат у студентов составил 180 раз, худший 3 раза, у курсантов лучший результат 210 раз, худший 34.

В ходе проведения эксперимента были получены следующие результаты девушки (табл. 2):

Таблица 2

Сравнение показателей физической подготовленности индийских студентов и российских курсантов (девушки).

Table 2

Comparison of physical fitness indicators of Indian students and Russian cadets (girls).

Показатель	Значения		Достоверность различий по t-критерию Стьюдента
	Индийские студенты	Российские курсанты	
Челночный бег 3×10 метров (сек.)	10,36±1,5	8,43±0,6	p < 0,05
Прыжок в длину с места (см.)	128,7±24,85	180,4±22,4	p < 0,05
Подтягивание на низкой перекладине (раз)	11,2±1,4	18,6±2,5	p < 0,05
Отжимания (раз)	6,3±1,4	17,2±3,4	p < 0,05
Подъём туловища из положения лёжа за 1 минуту (раз)	24,8±8,6	36,2±6,6	p < 0,05
Наклон вперёд из положения стоя на специальной платформе (см.)	7,6±3,8	12,2±2,8	p < 0,05
Прыжки на скакалке (раз)	81,8±32,3	114,2±9,4	p < 0,05

Результаты в челночном беге у курсантов женского пола из России достоверно выше, чем у студенток из Индии. Лучший результат у студенток из Индии 8,33, худший 12,7, у курсантов женского пола из России лучший результат 7,87, худший 9,49. Данные различия достоверны.

Результаты в прыжке в длину с места у курсантов женского пола из России достоверно выше чем у студенток из Индии. Лучший результат индианок 182 см., худший 96 см. У курсантов женского пола из России лучший результат составил 212 см., худший 147 см.

Результаты в подтягиваниях на низкой перекладине говорят о том, что показатели курсантов женского пола из России достоверно выше, чем у студенток из Индии. Лучший результат у студенток составил 30 раз, худший 0 раз. У курсантов женского пола лучший результат составил 34 раза, худший 6 раз.

Отжимания в упоре лёжа у курсанток из России выше, чем у студенток из Индии, и эти данные достоверны. Лучший результат индианок составил 18 раз, худший 0 раз. У курсантов женского пола из России лучший результат составил 34 раза, худший 4 раза.

Количество подъёмов туловища из положения лёжа за 1 минуту достоверно выше у курсантов женского пола из России чем у студенток из Индии. Лучший результат у индианок составил 42 раза, худший 7. Лучший результат у курсантов женского пола составил 56 раз, худший 24.

Наклон вперёд из положения стоя на платформе показал, что среднegrupповой результат выше у курсантов женского пола из России, чем у сту-

денток из Индии, и эти различия статистически достоверны. Лучший результат у студенток составил 18 см., худший 0 см., лучший результат у курсантов женского пола 20 см., худший 5 см.

Результаты в прыжке через скакалку показали, что среднegrupповые показатели выше у курсантов женского пола из России, чем у студенток из Индии. Лучший результат у студенток составил 140 раз, худший 0, у курсантов женского пола лучший результат 187 раз, худший 56 раз.

Перед началом обсуждения сделаем важное замечание о корректности сравнения уровня физической подготовленности курсантов и студентов. Абитуриенты из числа выпускников школ поступают в образовательные учреждения ФСИН России согласно результатам ЕГЭ. Физическую подготовку они сдают в территориальных органах, которые осуществляют комплектование состава для направления на обучение. Зачёт по физической подготовке сдаётся согласно Приказу ФСИН России № 382 от 13 июня 2023 года «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения вакантных должностей в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации» и зачастую он сдаётся формально. Согласно данному приказу юношам для поступления на обучение достаточно выполнить следующие требования: подтянуться 10 раз, пробежать 100 метров за 14,8 сек., пробежать 1000 метров за 3,50 мин. Девушкам для поступления на обучение достаточно выполнить следующие требования: выполнить 20 отжиманий, пробежать 100 метров за 18,1 сек., пробежать 1000 метров за 5,10 мин. Таким образом данные нормативы соответствуют нормативам

ВФСК «ГТО» примерно на бронзовый значок, что соответственно не является каким-то высоким показателем. Поэтому, мы считаем сравнение курсантов и студентов корректным.

Остановимся более подробно, на результатах, показанных студентами из Индии. Очень много низких показателей, особенно в подтягиваниях у юношей, подтягиваниях на низкой перекладине и отжиманий у девушек. Так же у данной группы есть проблемы с прыжками через скакалку (один испытуемый так и не смог перепрыгнуть через скакалку). По другим тестам также есть заметное отставание от курсантов из России. Вместе с тем у некоторых студентов из Индии, наблюдается высокий уровень физической подготовленности, но таких студентов единицы. Как правило, в анамнезе у таких студентов есть занятия спортом, на достаточно высоком уровне. Например, студент из Индии который смог отжаться 54 раза, что даже выше чем лучший показатель курсанта из России, он же подтянулся 16 раз, в школе занимался борьбой. Студент, который пробежал лучше всех, прыгнул лучше всех и показал лучший результат в прыжках на скакалке в школе занимался футболом.

В связи с тем, что Индия значительное время была колонией Великобритании модель их образования схожи.

Школьное образование состоит из двух ступеней, первая ступень – обязательная 10 лет, вторая ступень подготовка к обучению в ВУЗе или обучению в профессиональном колледже 2 года. Далее ступень высшего образования, которое строится на основе Болонской системы, обучение в ВУЗе и школе строится по предметным областям. В области физической культуры и спорта упор делается на спортивные игры, в образовательных учреждениях Индии практикуются: футбол, баскетбол, хоккей на траве, большой теннис, крикет и индийская гимнастика «Маллакхамб». В различных учебных заведениях развивается какая-либо одна игра, а также национальные виды: йога и единоборства (Каллаир-Паятти, Кушти, Малла-Юддха, Мутти-Юддха и др.). Как показывает анализ единая система физического воспитания отсутствует, в каждой школе может использоваться своя программа. Для желающих заниматься спортом есть спортивные клубы, которые позволяют тренироваться и выступать на соревнованиях по различным видам спорта.

В Российской Федерации учебные программы по физической культуре также могут варьироваться в рамках различных образовательных организаций, они могут строиться по образовательному, развивающему, спортивноориентированному принципам. Однако, большинство программ стро-

ится по образовательному принципу, т.е. ученики в течении года изучают различные виды физкультурно-спортивной деятельности, как правило это: лёгкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка, плавательная подготовка, гимнастика. Изучение данных видов предполагает аттестацию, на которой учащиеся должны продемонстрировать развитие тех или иных навыков, что является своего рода многоборной подготовкой. Это и выявило наше исследование, Российские школьники показали себя более физически подготовленными чем студенты из Индии. Также необходимо отметить, положительное влияние ВФСК «ГТО», многие студенты имеют опыт сдачи нормативов данного комплекса, т.е. определённую разностороннюю подготовку, что положительно сказалось на результатах нашего экспериментального исследования.

Выводы

1. Уровень физической подготовленности большинства студентов из Индии в сравнении с курсантами из России очень низкий, это особенно видно по результатам тестов на оценку силовых способностей. У студентов из Индии также отсутствует устойчивый навык выполнения прыжков через скакалку, у девушек-студенток зафиксирован случай, когда испытуемая не смогла перепрыгнуть через скакалку ни разу;

2. Есть студенты, которые показывают хороший и высокий уровень физической подготовленности, как правило у таких студентов есть опыт занятий в спортивных секциях у себя на Родине, что является несомненным плюсом;

3. Можно сказать, что школьное образование в Индии в области физической подготовки не позволяет полностью раскрыть потенциал учеников, что с успехом может быть достигнуто если школьники занимаются в спортивных секциях. Система школьной физической подготовки в Индии строится исходя из возможностей образовательного учреждения, централизованной программы, как в Российской Федерации нет, что является минусом;

4. Как показали результаты теоретического исследования занятия физической подготовкой позволяют иностранным студентам быстрее адаптироваться к условиям обучения в ВУЗе, что позволит им быстрее освоить язык, культуру, нормы и правила современного российского общества;

5. В качестве предложения можно высказать следующее: строить занятия по принципу спортивной тренировки, устраивать различные соревнования и привлекать и курсантов, и студентов к участию в них;

6. В обучении курсантов и студентов использовать различные средства физической подготовки. Необходимо если есть возможность, чтобы у курсантов и студентов периодически менялись виды физкультурно-спортивной деятельности, это должны быть не только спортивные игры, но и гимнастика, лёгкая атлетика, плавание, единоборства, также считаем

полезным будут народные игры, а также различные эстафеты, направленные на формирования прикладных умений и навыков;

7. Обращать внимание на индивидуальные особенности, помогать с выработкой индивидуальных образовательных траекторий в сфере физической культуры и спорта.

Список источников

1. Бартновская Л.А., Кравченко В.М., Попованова Н.А. К вопросу об эффективной организации занятий по физической культуре у иностранных студентов // Современные наукоемкие технологии. 2020. № 8. С. 120 – 126.
2. Карасева Е.Н., Чернышева Е.Н. Адаптация иностранных студентов к условиям обучения в российских высших образовательных учреждениях в процессе физического воспитания // Теория и практика физической культуры. 2024. № 8. С. 60 – 62.
3. Кудрявцева В.В., Федорова С.Н. Организация занятий по физической культуре и спорту для иностранных студентов // Вестник Марийского государственного университета. 2022. Т. 16. № 2 (46). С. 175 – 181.
4. Малыева А.А., Иванова С.Ю. Анализ физической подготовленности иностранных студентов Кемеровского государственного университета // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма: Материалы Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов, соискателей и студентов, Омск, 28-29 ноября 2023 года. Омск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Сибирский государственный университет физической культуры и спорта", 2024. С. 144 – 149.
5. Одинцова М.О. Значение физической культуры в адаптации иностранных студентов к обучению в Астраханском государственном медицинском университете // Педагогический журнал. 2023. Т. 13. № 9-1. С. 608 – 613.
6. Илюшина П.О., Илюшин О.В., Гуляков А.А., Салахов М.Х. Особенности преподавания физической культуры и спорта иностранным студентам в современной России // Экономика и управление: проблемы, решения. 2024. Т. 5. № 6 (147). С. 90 – 93.
7. Каерова Е.В., Приймак Н.В., Садон Е.В., Козина Е.А. Оценка эффективности программы повышения физической подготовленности иностранных студентов в медицинском вузе // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 2. С. 64 – 68.
8. Ушакова И.А., Мандриков В.Б. Преподавание "Физической культуры" с учетом этнических особенностей иностранных студентов // Вестник Волгоградского государственного медицинского университета. 2011. № 3 (39). С. 85 – 87.
9. Фазлеева Е.В., Васенков 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 (11). С. 31 – 34.
10. Ха Т.Л., Егоров В.Н. Теоретическое обоснование педагогических условий формирования физической культуры иностранных студентов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2021. № 10. С. 48 – 57.
11. Ха Т.Л., Егоров В.Н. Учет этнических факторов при разработке теоретико-методического сопровождения по физической культуре студентов из Вьетнама, обучающихся в России // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2023. № 6. С. 67 – 74.

References

1. Bartnovskaya L.A., Kravchenko V.M., Popovanova N.A. On the issue of effective organization of physical education classes for foreign students. Modern science-intensive technologies. 2020. No. 8. P. 120 – 126.
2. Karaseva E.N., Chernysheva E.N. Adaptation of foreign students to the conditions of study in Russian higher educational institutions in the process of physical education. Theory and practice of physical education. 2024. No. 8. P. 60 – 62.
3. Kudryavtseva V.V., Fedorova S.N. Organization of physical education and sports classes for foreign students. Bulletin of the Mari State University. 2022. Vol. 16. No. 2 (46). P. 175 – 181.

4. Malueva A.A., Ivanova S.Yu. Analysis of physical fitness of foreign students of Kemerovo State University. Problems of improving physical education, sports and Olympism: Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference of young scientists, graduate students, master's students, applicants and students, Omsk, November 28-29, 2023. Omsk: Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Siberian State University of Physical Education and Sports", 2024. P. 144 – 149.
5. Odintsova M.O. The Importance of Physical Education in the Adaptation of Foreign Students to Study at Astrakhan State Medical University. Pedagogical Journal. 2023. Vol. 13. No. 9-1. P. 608 – 613.
6. Ilyushina P.O., Ilyushin O.V., Gulyakov A.A., Salakhov M.Kh. Features of Teaching Physical Education and Sports to Foreign Students in Modern Russia. Economics and Management: Problems, Solutions. 2024. Vol. 5. No. 6 (147). P. 90 – 93.
7. Kaerova E.V., Priymak N.V., Sadon E.V., Kozina E.A. Evaluation of the effectiveness of the program to improve the physical fitness of foreign students at a medical university. Modern problems of science and education. 2022. No. 2. P. 64 – 68.
8. Ushakova I.A., Mandrikov V.B. Teaching "Physical Education" taking into account the ethnic characteristics of foreign students. Bulletin of the Volgograd State Medical University. 2011. No. 3 (39). P. 85 – 87.
9. Fazleeva E.V., Vasenkov N.V., Shalavina A.S. Physical education classes at the university as a means of adapting foreign students to education. Science and Sport: modern trends. 2016. Vol. 11. No. 2 (11). P. 31 – 34.
10. Ha T.L., Egorov V.N. Theoretical substantiation of pedagogical conditions for the formation of physical education of foreign students. Bulletin of the Tula State University. Physical Education. Sport. 2021. No. 10. P. 48 – 57.
11. Ha T.L., Egorov V.N. Taking into account ethnic factors in the development of theoretical and methodological support for physical education of students from Vietnam studying in Russia. Bulletin of the Tula State University. Physical Education. Sport. 2023. No. 6. P. 67 – 74.

Информация об авторах

Звягинцев М.В., начальник кафедры «Физической, огневой и тактико-специальной подготовки», Университет Федеральной службы исполнения наказаний России, mxim-zv@mail.ru

Баканов М.В., доцент, заведующий кафедрой «Оздоровительная физическая культура», Кемеровский государственный университет

Арышева Ю.В., доцент, Кемеровский государственный университет

© Звягинцев М.В., Баканов М.В., Арышева Ю.В., 2025