

УДК 378.4:796–057.085

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2022\)2.03](https://doi.org/10.14258/zosh(2022)2.03)

## ИЗУЧЕНИЕ ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНЫХ ФОРМ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ У ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

**Гурьянов Максим Сергеевич<sup>ABCD</sup>**

Доктор медицинских наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры и спорта, Приволжский исследовательский медицинский университет (Нижний Новгород, Россия). E-mail: msg210411@yandex.ru. ORCID: 0000–0001–9910–5141.

**Бочарин Иван Владимирович<sup>ABCD</sup>**

Старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта, Приволжский исследовательский медицинский университет (Нижний Новгород, Россия), аспирант кафедры физиологии и биохимии животных и акушерства, Нижегородская государственная сельскохозяйственная академия (Нижний Новгород, Россия). E-mail: bocharin.ivan@mail.ru. ORCID: 0000–0002–4961–5351.

**Стельникова Ирина Геннадьевна<sup>ABCD</sup>**

Доктор медицинских наук, профессор, заведующая кафедрой нормальной анатомии, декан факультета международного медицинского образования, Приволжский исследовательский медицинский университет (Нижний Новгород, Россия). E-mail: i. g.stelnikova@gmail.com.

**Бардинская Тамара Рудольфовна<sup>ABCD</sup>**

Начальник Управления международного сотрудничества, Приволжский исследовательский медицинский университет (Нижний Новгород, Россия). E-mail: tamarabardinsky@mail.ru.

## STUDY OF PREFERRED FORMS OF PHYSICAL ACTIVITY AMONG FOREIGN MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS

**Guryanov Maksim Sergeevich<sup>ABCD</sup>**

Advanced Doctor in medical science, Associate Professor, Head of the department of physical culture and sport, Privolzhsky Research Medical University (Nizhny Novgorod, Russia). E-mail: msg210411@yandex.ru. ORCID: 0000–0001–9910–5141.

**Bocharin Ivan Vladimirovich<sup>ABCD</sup>**

Senior teacher of the department of physical culture and sport, Privolzhsky Research Medical University (Nizhny Novgorod, Russia), PhD student of the department of physiology and biochemistry and obstetrics, Nizhny Novgorod State Agricultural Academy (Nizhny Novgorod, Russia). E-mail: bocharin.ivan@mail.ru. ORCID: 0000–0002–4961–5351.

**Stelnikova Irina Gennadievna<sup>ABCD</sup>**

Advanced Doctor in medical science, professor, Head of the department of normal anatomy, Dean of the faculty of international medical education, Privolzhsky Research Medical University (Nizhny Novgorod, Russia). E-mail: i. g.stelnikova@gmail.com.

**Bardinskaya Tamara Rudolfovna<sup>ABCD</sup>**

Head of the International Cooperation Department, Privolzhsky Research Medical University (Nizhny Novgorod, Russia). E-mail: tamarabardinsky@mail.ru.

**Следует цитировать / Citation:**

Гурьянов М. С., Бочарин И. В., Стельникова И. Г., Бардинская Т. Р. Изучение предпочтительных форм физической активности у иностранных студентов медицинского вуза // *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта*. 2022. 26 (2). С. 29–39. <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2022\)2.03](https://doi.org/10.14258/zosh(2022)2.03).

Guryanov M. S., Bocharin I. V., Stelnikova I. G., Bardinskaya T. R. (2022). Study of preferred forms of physical activity among foreign medical university students. *Health, Physical Culture and Sports*, 26 (2):29–39 (in Russian). <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2022\)2.03](https://doi.org/10.14258/zosh(2022)2.03).

Поступило в редакцию / Submitted 09.02.2022

Принято к публикации / Accepted 12.03.2022

**Аннотация.** В последнее время увеличивается доля иностранных обучающихся в системе высшего образования, в частности — по подготовке медицинских кадров. При этом обучение по дисциплине «Физическая культура и спорт» является неотъемлемой частью образовательного процесса и профессиональной подготовки студенческой молодежи, в том числе зарубежных стран. Однако присутствуют некоторые сложности в реализации различных форм физической активности у иностранных обучающихся, в частности — невозможность в данный момент реализовать для них физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», а также трудности, связанные с языковым барьером. В соответствии с этими позициями актуальным является необходимость исследования мнений студентов относительно приоритетных направлений физической активности. Было реализовано анонимное онлайн-анкетирование, в котором приняли участие 145 обучающихся первого, второго и третьего курсов по направлениям «Лечебное дело», «Стоматология» и «Фармация». Анонимный опрос был создан на платформе Google форм. В анкетировании студентам предлагалось ответить на несколько вопросов, касающихся предпочтительных форм физической активности и расписания занятий и вида спорта в зависимости распределения учебных занятий и спортивных секций в спортивно-оздоровительном комплексе Приволжского исследовательского медицинского университета. В каждом вопросе студентам предлагалось выбрать один из вариантов ответа, где участники опроса могли указать свои предпочтения в занятиях. Установлено, что практически все респонденты хотели бы заниматься физической активностью в разных формах. При этом игровые виды спорта преобладают в качестве наиболее популярных для иностранных обучающихся, а наиболее предпочтительным является футбол. Присутствует заинтересованность и в других формах занятий, в частности, физическими упражнениями с использованием системы пилатес, которая внедрена в медицинском университете в учебную программу по физической культуре и спорту для студентов Российской Федерации. При этом необходимо корректировать расписание занятий для обеспечения максимального охвата разными формами физической активности студентов иностранного отделения. Это дает мотивацию к дальнейшим рассуждениям об оптимизации расписания с учетом материально-технических возможностей и исследования мнений в рамках реализации физической культуры среди зарубежных обучающихся.

**Ключевые слова:** физическая культура, двигательная активность, адаптация, учебный процесс, система пилатес, иностранные студенты.

**Abstract.** Recently, the share of foreign students in the higher education system, and in particular in the training of medical personnel, has been increasing every year. At the same time, training in the discipline “Physical Culture and sport” is an integral part of the educational process and professional training of students, including foreign countries. However, there are some difficulties in the implementation of various forms of physical activity among foreign students, in particular, the inability at the moment to implement for them a physical culture and sports complex “Ready for work and defense”, as well as difficulties associated with the language barrier. In accordance with these positions, it is urgent to study the opinions of students regarding the priority areas of physical activity. An anonymous online survey was carried out, in which 145 students of the first, second and third courses in the areas of “Medicine”, “Dentistry” and “Pharmacy” took part. The anonymous survey was created on the Google Forms platform. In the questionnaire, students were asked to answer several questions concerning the preferred forms of physical activity and the schedule of classes and sports, depending on the distribution of training sessions and sports sections in the sports and recreation complex of the Volga Research Medical University. In each question, students were asked to choose one of the answer options, where survey participants could indicate their preferences in classes. It was found that almost all respondents would like to engage in physical activity in various forms. At the same time, game sports prevail as the most popular for foreign students, and football is the most preferred. There is also an interest in other forms of classes, in particular, physical exercises using the Pilates system, which is implemented at the medical university in the curriculum on physical culture and sports for students of the Russian Federation. At the same time, it is necessary to try to adjust the schedule of classes to ensure maximum coverage of various forms of physical activity of students of the foreign department. This gives motivation for further discussions about optimizing the schedule, taking into account the material and technical capabilities and the study of opinions in the framework of the implementation of physical culture among foreign students.

**Keywords:** physical culture, motor activity, adaptation, educational process, Pilates system, foreign students.

**Введение и цель исследования.** Современное развитие общества может приводить к увеличению интенсивности миграционных процессов, в которых принимает участие и Российская Федерация, объединяя при этом социокультурные пространства для иностранных студентов (Грузенкин В. И., 1998; Морозова О. В., 2016). В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» Россия активно сотрудничает в сфере международной академической мобильности обучающихся, педагогических, научных и иных работников образования, успешно привлекает иностранных граждан к обучению в российских учебных учреждениях (Груцьяк Н. Б., 2010; Бартновская Л. А. с соавт., 2020). В соответствии с Постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образо-

вания»» (с изменениями на 11 сентября 2018 г.) количество иностранных студентов, обучающихся в российских университетах, постоянно увеличивается (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642). Не стал исключением Приволжский исследовательский медицинский университет, в котором в соответствии с Программой развития университета до 2030 года количество иностранных обучающихся планируется увеличить с 25% в 2020 г. до 36% к 2030 г. от общего количества учащихся студентов медицинского профиля (Богомолова Е. С. с соавт., 2019; Бочарин И. В. с соавт., 2021). Следует отметить, что в медицинском университете Нижнего Новгорода подготовка будущих иностранных специалистов осуществляется по направлениям «Лечебное дело», «Стоматология» и «Фармация».

В процессе обучения в России студенты иностранных государств попадают под влия-

ние различных культурных и иных особенностей отечественных студентов, являющихся гражданами Российской Федерации (Конник Г. А., 2009). Это обуславливает прохождения ими периода адаптации, в процессе которого необходимо учитывать влияние как внутренних, так и внешних факторов (Синюшкина С. Д., Меркеева Е. О., 2020). Это требует немедленной адаптации иностранных студентов к условиям профессионального образования в медицинском вузе, что обеспечивает преобразование их биологических и социальных качеств, становление профессионального мастерства (Смышляев К. А., 2016).

Физическое воспитание, реализуемое в рамках дисциплины «Физическая культура и спорт» и являющееся обязательным, присутствует в жизни обучающихся как неотъемлемая составная часть образовательного процесса и профессиональной подготовки специалистов для стран Азии, Африки, Ближнего и Среднего Востока. Однако решение этой задачи по реализации дисциплины сталкивается с некоторыми трудностями, а именно — образовательный и физкультурно-спортивный уровень зарубежных обучающихся (Ушакова И. А., Мандриков В. Б., 2010), обусловленный различиями в социально-экономических, политических, религиозных и других особенностях разных стран, языковым барьером, низкой физической подготовленностью, а вследствие — невозможностью освоения физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». В то же время имеется недостаток площадей для рационального распределения учебных групп на занятия по физической культуре. Следует отметить, что в Приволжском исследовательском медицинском университете сотрудники кафедр, которые проводят занятия с иностранными студентами, постоянно обучаются иностранному языку, что нивелирует сложности, связанные с языковым барьером.

В соответствии с вышеизложенным актуальным является необходимость исследования мнений студентов относительно приоритетных направлений физической активности, что определило **цель** исследования.

**Материалы и методы исследования.** Объектом исследования послужило определение

предпочтений иностранных студентов к видам физической активности, популяризированной в медицинском университете Нижнего Новгорода. Было реализовано анонимное онлайн-анкетирование, в котором приняли участие 145 обучающихся по различным направлениям. Студенты, принимавшие участие в анкетировании, обучаются на первом, втором и третьем курсах в соответствии с образовательными стандартами о реализации дисциплины «Физическая культура и спорт». Анонимный опрос был создан на платформе Google форм, длительность мероприятия составила 14 дней, в октябре 2021 г. в течение осеннего семестра. Студентам предлагалось ответить на несколько вопросов, которые позволили определить мнение обучающихся относительно предпочтительного вида физической активности: «Из какой Вы страны?», «Хотели бы Вы заниматься физическими упражнениями на спортивной базе медицинского университета?», «Какой вид физической активности для вас наиболее предпочтителен?», а также несколько вопросов, касающихся расписания занятий и вида спорта в зависимости распределения учебных занятий и спортивных секций в спортивно-оздоровительном комплексе Приволжского исследовательского медицинского университета. В каждом вопросе студентам предлагалось выбрать один из вариантов ответа, где участники опроса могли указать свои предпочтения в занятиях.

Статистическую обработку результатов анкетирования производили с помощью программ Microsoft Excel 2007, в том числе осуществлялось графическое отображение круговых диаграмм с вариантами ответов. Для оценки существенности различий между вариантами ответов использовали критерий Стьюдента. Различия считали статистически значимыми при  $p < 0,05$ .

**Результаты.** Для оценки сформированности потребностей иностранных обучающихся в различных видах физической активности в медицинском университете студентам было предложено анонимное анкетирование, включающее несколько вопросов, касающихся предпочтительного вида спорта и оптимального времени для занятий. Результаты представ-

лены в виде графических круговых диаграмм, а также таблицы. На рисунке 1 представлен результат ответов на первый вопрос: «Из какой Вы страны?». Результаты распределения студентов по географическому признаку представ-

лены в следующем соотношении: 31 (21,4%) обучающихся из Ирака, 36 (24,8%) — из Египта, 3 (2,1%) — с Мальдив, 19 (13,1%) — из Марокко, 29 (20,0%) — из Ирана и 27 (18,6%) — студенты из Сирии.

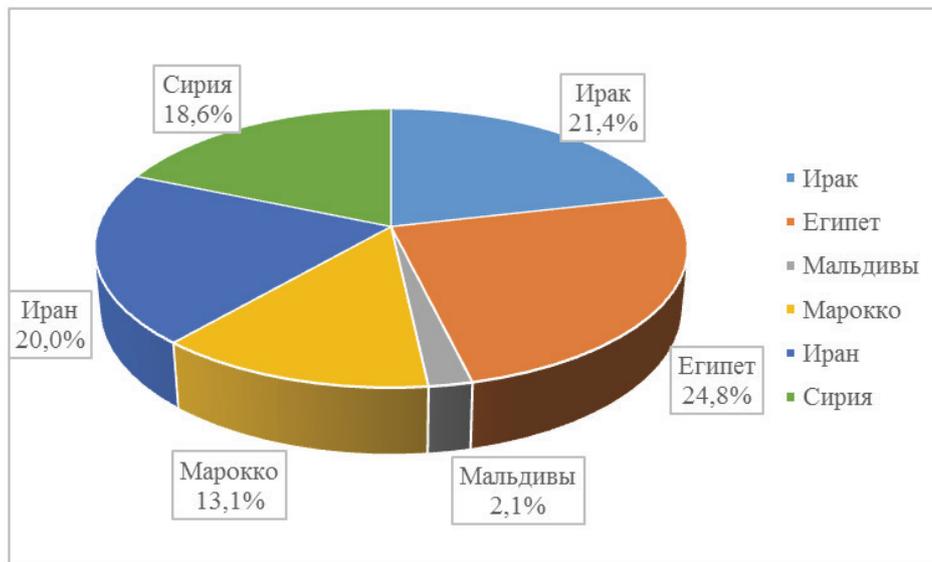


Рис. 1. Результаты ответа на вопрос «Из какой Вы страны?» для распределения опрошиваемых студентов по географическому признаку

Следующий вопрос, который могли видеть студенты в анкетировании, был «Хотели бы Вы заниматься физической активностью на базе спортивно-оздоровительного комплекса университета?» (рис. 2). При этом в условиях адаптационных процессов происходит установление соответствия личности с иноязычной средой в новых климатических условиях, объединяются несколько видов адаптации, тесно связанных между собой: индивидуально-психологическая, социально-психологическая, этнопсихологическая, культурная, коммуникативная, физиологическая (Бочарин И. В. с соавт., 2021; Синюшкина С. Д., Меркеева Е. О., 2020). В свою очередь, на начальном этапе обучения (первый, второй, третий курсы) за рубежом все виды адаптационных процессов создают различные препятствия как в образовательной, так и в коммуникативной деятельности. В процессе преодоления этих трудностей приспособление организма к новым климатическим условиям происходит с существенными затратами психических и физических сил. Таким образом, средства и методы физической культуры и спорта можно исполь-

зовать в качестве «универсального» коммуникативного языка общения.

Подавляющее большинство студентов, участвовавших в анкетировании (97,9%), удовлетворительно ответили на вышеуказанный вопрос, подтвердив тем самым свою готовность к занятиям физическими упражнениями. Незначительное количество (2,1%) обучающихся ответили отрицательно, видимо, это связано с некоторым их недопониманием реализации учебной дисциплины.

Следующий вопрос анкетирования: «Какой вид физической активности является для Вас наиболее предпочтительным?» (рис. 3).

Отчет в виде ответов позволил сформировать комплексное представление об интересах иностранных студентов относительно реализации разных форм физической культуры. Большинство опрошенных (52,4%, или 76 человек) предпочитают занятия игровыми видами спорта: футбол, баскетбол, волейбол и др. Видимо, это имеет отношение к их школьной программе, в рамках которой у обучающихся нарабатывался опыт и прививался интерес к спортивным играм.

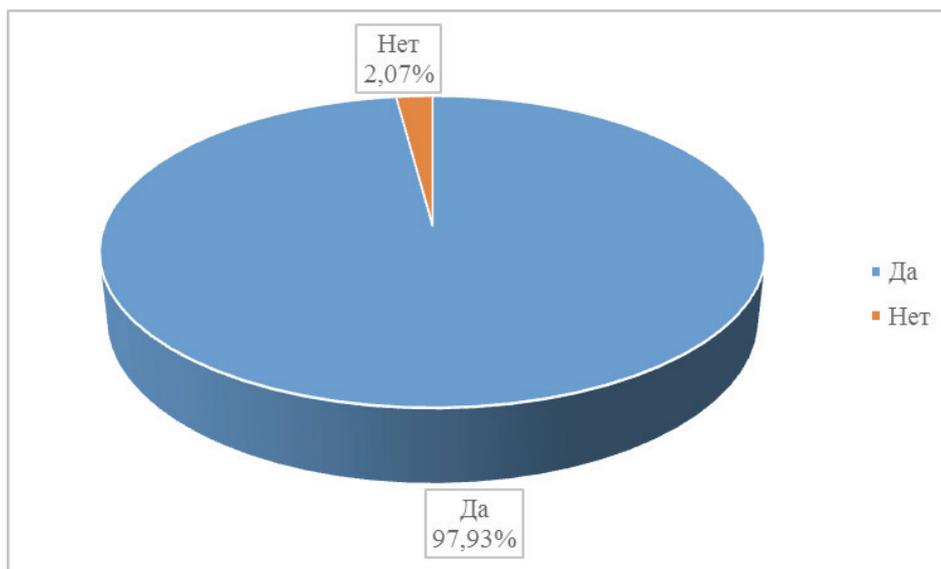


Рис. 2. Результаты ответа на вопрос «Хотели бы Вы заниматься физической активностью на базе спортивно-оздоровительного комплекса университета?»

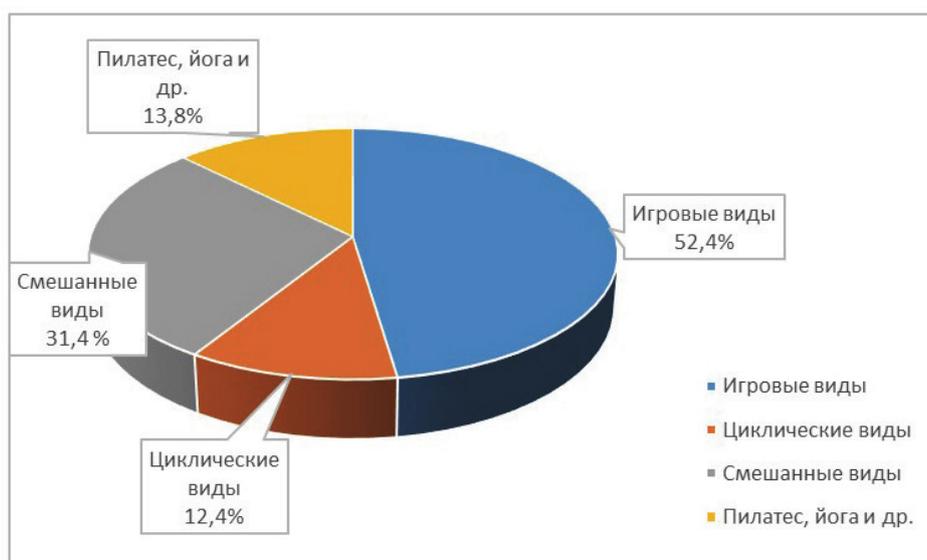


Рис. 3. Результаты ответа на вопрос: «Какой вид физической активности является для Вас наиболее предпочтительным?»

Следует отметить, что некоторые представители иностранных государств входят в сборную университета по бадминтону, которая является действующим чемпионом Фестиваля спорта среди медицинских и фармацевтических вузов России «Физическая культура и спорт — вторая профессия врача». 12,4% (36 человек) студентов предпочитают циклические виды спорта, например, плавание, бег. В университете также существуют сборные команды по плаванию и легкой атлетике, и иностранным студен-

там, у которых есть хороший уровень физической подготовки и представление об этих видах спорта, следует попробовать свои силы на просмотрных тренировках вышеуказанных спортивных секций. К смешанным видам спорта (спортивные единоборства, бокс, борьба и др.) наибольший интерес проявился у 31 (31,4%) респондента. Для некоторых студентов это может быть первый опыт занятия данными видами физической активности. Наконец, 20 (13,8%) опрошенных студентов ответили, что хотели бы заниматься

физическими упражнениями по системе пилатес, йогой, аэробикой, тренироваться с отягощениями в тренажерном зале. На базе спортивно-оздоровительного комплекса «РИТМ» существует возможность реализовывать занятия по всем нижеперечисленным формам физической культуры и спорта, кроме, разве что йоги. Имеется тренажерный зал с грузоблочными тренажерами, кардиозоной и свободными весами (штанги, гантели), успешно функционирует сборная по фитнес-аэробике. Кроме того, по инициативе ректора Приволжского исследовательского медицинского университета элементы системы пилатес включены в учебный процесс кафедры физической культуры и спорта, что позволяет студентам изучать упражнения этого комплекса в рамках реализации дисциплины «Физиче-

ская культура и спорт». Подводя итог, можно с уверенностью утверждать, что в университете имеется возможность для занятий практически всеми перечисленными видами физической активности.

Третий вопрос анкетирования: «Какой вид физической активности является для Вас наиболее предпочтительным?» — позволил сформировать комплексное представление о структуре построения физкультурно-оздоровительных занятий с учетом пожеланий сотрудников (рис. 3).

Некоторая часть представленных в анкетировании вопросов, которые касаются возможности иностранных студентов заниматься по предлагаемому расписанию и виду физической активности в рамках времени для занятий, представлены в таблице.

**Распределение мнений иностранных студентов о предложенных вариантах занятий различными формами физической активности**

Вопрос / Ответ	Да	Нет	Да, футбол	Да, волейбол	Да, баскетбол	Да, бадминтон	Да, шашки и шахматы	Нет
Есть ли у Вас возможность для занятий спортивными единоборствами по вторникам с 16:00 до 18:00?	66,2%	33,8%	—	—	—	—	—	—
Хотите ли Вы заниматься в тренажерном зале в понедельник и среду на базе университета?	75,9%	24,1%	—	—	—	—	—	—
Есть ли у Вас возможность заниматься в спортивном комплексе учебного корпуса №4 по пятницам с 15:30 до 16:30?	—	—	37,9%	26,2%	15,9%	10,3%	—	9,7%
Есть ли у Вас возможность заниматься в спортивном комплексе «РИТМ» по субботам с 14:00 до 16:00?	—	—	35,9%	15,9%	8,1%	14,5%	5,5%	20,1%
Есть ли у Вас возможность заниматься в спортивном комплексе «РИТМ» по субботам с 16:00 до 18:00?	—	—	36,1%	16,3%	8,1%	13,8%	6,7%	19%
Есть ли у Вас возможность заниматься в спортивном комплексе «РИТМ» по воскресеньям с 8:00 до 10:00?	—	—	26,2%	11,7%	10,4%	14,5%	6,9%	30,3%
Есть ли у Вас возможность заниматься в спортивном комплексе «РИТМ» по воскресеньям с 10:00 до 12:00?	—	—	34,5%	13,8%	17,2%	15,9%	9,0%	9,6%

« — » — данный вариант ответа не был представлен в указанном вопросе.

Анализируя полученные данные, видим, что самым популярным видом физической активности для студентов международного медицинского образования является футбол. Также существенный интерес у обучающихся вызывают волейбол, бадминтон и тренировки с отягощениями в тренажерном зале. При этом следует по мере возможностей стараться корректировать расписание занятий для обеспечения максимального охвата разными формами физической активности студентов иностранного отделения. Это дает импульс к дальнейшим рассуждениям об оптимизации расписания с учетом материально-технических возможностей и исследования мнений в рамках реализации физической культуры среди зарубежных обучающихся.

**Обсуждение результатов.** Одним из самых важных аспектов обновления физкультурной деятельности в высших учебных заведениях высшего образования выступает проблема формирования здорового образа жизни, повышения уровня здоровья студентов вуза, в частности — иностранных обучающихся (Booth M, 2015). Общеизвестно, что ведущим фактором снижения здоровья является фатальный дефицит двигательной активности студентов, который, по ряду исследований, составляет только 15–20% от нормативного показателя (Amerson R, 2021; Kahlin Y, et. al., 2009). При этом следует учитывать уровень заинтересованности студентов в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. Следует также отметить, что в процессе обучения в России студенты иностранных государств попадают под влияние различных культурных и иных особенностей отечественных студентов, являющихся гражданами Российской Федерации (Potočnjak I, et. al., 2020; Rod K, et. al., 2001; Warburton, Darren E. R, Bredin, Shannon S. D, 2017). Это обуславливает прохождение ими периода адаптации, в процессе которого необходимо учитывать влияние как внутренних, так и внешних факторов (Coffin D, et. al., 2021; Pistella J, et. al., 2020). Это требует немедленной адаптации иностранных студентов к условиям профессионального образования в медицинском вузе, что обеспечивает преобразование их биологических и социальных качеств,

становление профессионального мастерства (Haase A, et. al., 2004; Lembo K, et. al., 2020).

На основании проведенного социологического опроса было осуществлено распределение студентов, исходя из географических мест их прибытия. В исследовании приняли участие студенты из Ирака, Ирана, Египта, Мальдив, Марокко и Сирии. Практически весь сформированный контингент лиц выразил свою заинтересованность в занятиях физической активностью. При этом чуть больше половины респондентов наиболее всего интересуются игровыми видами спорта, 31,4% — смешанными видами спорта, 13,8% — пилатесом и йогой и 12,4% — циклическими видами спорта. Исходя из анализа возможностей студентов заниматься по предложенному расписанию, следует отметить определенное количество обучающихся, которые, по всей видимости, не располагают достаточным временем для реализации своих предпочтений в предложенных формах физической активности. Это говорит о необходимости оптимизации учебного расписания с учетом имеющихся спортивных баз для занятий физической культурой и спортом.

**Выводы.** Подводя итоги проведенного социологического опроса иностранных студентов, видим, что практически все респонденты хотели бы заниматься физической активностью в разных формах. При этом игровые виды спорта преобладают в качестве наиболее популярных для иностранных обучающихся, а наиболее предпочтительным является футбол. Присутствует заинтересованность и в других формах занятий, в частности, физическими упражнениями с использованием системы пилатес, которая внедрена в медицинском университете в учебную программу по физической культуре и спорту для студентов Российской Федерации. Следует по мере возможностей корректировать расписание занятий для обеспечения максимального охвата разными формами физической активности студентов иностранного отделения. Это дает мотивацию к дальнейшим рассуждениям об оптимизации расписания с учетом материально-технических возможностей и исследования мнений в рамках реализации физической культуры среди зарубежных обучающихся.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

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.

Богомолова Е. С., Шапошникова М. В., Котова Н. В. и др. Оценка здоровьесформирующей деятельности в образовательных учреждениях с разной интенсивностью учебного процесса // *Профилактическая медицина как научно-практическая основа сохранения и укрепления здоровья населения : сборник научных трудов / под общ. ред. М. А. Поздняковой*. Н. Новгород, 2019. С. 18–22.

Бочарин И. В., Мартусевич А. К., Гурьянов М. С. и др. Анализ влияния водных упражнений на состояние системной гемодинамики у студентов-медиков // *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*. 2021. № 12 (202). С. 41–46.

Грузенкин В. И. Здоровый образ жизни — норма поведения гражданина в обществе. Национальная идея — здоровье народа (здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура и спорт) : тез. докл. науч.-практич. конф. Орел ; М. : Информ — ВНИИФК, 1998. С. 218.

Груцьяк Н. Б. Физическая культура как мощный фактор, способствующий адаптации иностранных студентов в вузе // *Физическое воспитание студентов*. 2010. № 2. С. 37–39.

Конник Г. А. Современные тенденции организации физического воспитания студентов // *Физическое воспитание студентов*. 2009. № 4. С. 68–74.

Морозова О. В. Анализ физической подготовленности иностранных студентов АГМУ. Тенденция развития психологии, педагогики и образования : материалы научно-практич. конф. // *Вестник РГМУ*, 2016. С. 44–46.

Синюшкина С. Д., Меркеева Е. О. Оценка роли стресс-факторов для организации психологической подготовки спортсменов // *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*. 2020. № 11 (189). С. 644–648.

Смышляев К. А. Профессионально-педагогические затруднения преподавателя физической культуры вуза при взаимодействии с иностранными студентами // *Современные проблемы науки и образования*. 2016. № 6.

Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изменениями от 11.09.2018 г.): Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642 // СПС Гарант.

Ушакова И. А., Мандриков В. Б. Здоровьесбережение — необходимое условие успешного профессионального обучения иностранных студентов-медиков // *Вестник Волгоградского медицинского университета : сборник научных трудов*. 2010. № 4 (36). С. 22–24.

Amerson R. Striving to Meet Global Health Competencies Without Study Abroad. *J Transcult Nurs*. 2021;32 (2):180–185. doi: 10.1177/1043659620953194.

Booth M. Assessment of Physical Activity: An International Perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 2015;71:2:114–120. doi: 10.1080/02701367.2000.11082794.

Coffin D., Collins M., Waldman-Levi A. Fostering Inter-Professional Education through Service Learning: The Belize Experience. *Occup Ther Health Care*. 2021;35 (2):217–226. doi: 10.1080/07380577.2021.1877862.

Haase A., Steptoe A., Sallis J. F., Wardle J. Leisure-time physical activity in university students from 23 countries: associations with health beliefs, risk awareness, and national economic development. *Prev Med*. 2004;39 (1):182–90. doi: 10.1016/j.ypmed.2004.01.028.

Kahlin Y., Werner S., Romild U., Alricsson M. Self-related health, physical activity, BMI and musculoskeletal complaints: a comparison between foreign and Swedish high school students. *Int J Adolesc Med Health*. 2009;21 (3):327–41. doi: 10.1515/ijamh.2009.21.3.327.

Lembo K., Majewski K., Seraphin A. et al. Benefits and Harms of Short-Term International Academic Experiences Among Rehabilitation Students: A Systematic Review. *Phys Ther.* 2020;30;100 (11):1948–1966. doi: 10.1093/ptj/pzaa137.

Pistella J., Baumgartner E., Laghi F. et al. Verbal, physical, and relational peer victimization: The role of immigrant status and gender. *Psicothema.* 2020;32 (2):214–220. doi: 10.7334/psicothema2019.236.

Potočnjak I., Crumbach M. E., Hrgetić Vitols A. M., Hrnčić S. et al. The attitudes of international medical students toward educational methods and styles applied in a 6-year longitudinal course in fundamentals of medical skills in Croatia. *Croat Med J.* 2018;31;59 (5):267–273. doi: 10.3325/cmj.2018.59.267.

Rod K. Dishman, Richard A. Washburn, Dale A. Schoeller. Measurement of Physical Activity. *Quest.* 2001;53 (3):295–309. doi: 10.1080/00336297.2001.10491746.

Warburton, Darren E. R., Bredin, Shannon S. D. Health benefits of physical activity: a systematic review of current systematic reviews. *Wolters Kluwer.* 2017;32 (5):541–556. doi: 10.1097/HCO.0000000000000437.

## REFERENCES

Bartnovskaya L. A., Kravchenko V. M., Popovanova N. A. On the question of the effective organization of physical culture classes for foreign students // *Modern science-intensive technologies.* 2020. No. 8. S. 120–126.

Bogomolova E. S., Shaposhnikova M. V., Kotova N. V. et al. Assessment of health-forming activity in educational institutions with different intensity of the educational process // In the collection: Preventive medicine as a scientific and practical basis for preserving and strengthening the health of the population. Collection of scientific papers. Under the general editorship of M. A. Pozdnyakova. Nizhny Novgorod, 2019. S. 18–22.

Bocharin I. V., Martusevich A. K., Guryanov M. S. et al. Analysis of the effect of water exercises on the state of systemic hemodynamics in medical students // *Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University.* 2021. No. 12 (202). S. 41–46.

Bogomolova E. S., Shaposhnikova M. V., Kotova N. V. et al. Evaluation of health-forming activities in educational institutions with different intensity of the educational process // In the collection: Preventive medicine as a scientific and practical basis for preserving and strengthening the health of the population. Collection of scientific papers. Under the general editorship of M. A. Pozdnyakova. N. Novgorod, 2019. S. 18–22.

Gruzenkin V. I. Healthy lifestyle is the norm of behavior of a citizen in society. The national idea is the health of the people (health, healthy lifestyle, physical culture and sports): tez. dokl. nauch.-practical conf. Orel ; M. : Inform — VNIIFK, 1998. S. 218.

Grutsyak N. B. Physical culture as a powerful factor contributing to the adaptation of foreign students at the university // *Physical education of students.* 2010. No. 2. S. 37–39.

Konnik G. A. Modern trends in the organization of physical education of students // *Physical education of students.* 2009. No. 4. S. 68–74.

Morozova O. V. Analysis of physical fitness of foreign students of ASMU. The trend in the development of psychology, pedagogy and education: materials of a scientific and practical conference // *Bulletin of the Russian State Medical University,* 2016. S. 44–46.

Sinyushkina S. D., Merkeeva E. O. Evaluation of the role of stress factors for the organization of psychological training of athletes // *Scientific notes of the P. F. Lesgaft University.* 2020. No. 11 (189). S. 644–648.

Smyshlyaev K. A. Professional and pedagogical difficulties of a university physical culture teacher in interaction with foreign students // *Modern problems of science and education.* 2016. No 6.

On Approval of the State Program of the Russian Federation “Development of Education” (as amended on September 11, 2018): Resolution of the Government of the Russian Federation of December 26, 2017. No. 1642 // SPS Garant.

Ushakova I. A., Mandrikov V. B. Health care — a necessary condition for successful professional training of foreign medical students // Collection of scientific papers «Bulletin of the Volgograd Medical University». 2010. No. 4 (36). S. 22–24.

Amerson R. Striving to Meet Global Health Competencies Without Study Abroad. *J Transcult Nurs.* 2021;32 (2):180–185. doi: 10.1177/1043659620953194.

Booth M. Assessment of Physical Activity: An International Perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport.* 2015;71:2:114–120. doi: 10.1080/02701367.2000.11082794.

Coffin D., Collins M., Waldman-Levi A. Fostering Inter-Professional Education through Service Learning: The Belize Experience. *Occup Ther Health Care.* 2021;35 (2):217–226. doi: 10.1080/07380577.2021.1877862.

Haase A., Steptoe A., Sallis J. F., Wardle J. Leisure-time physical activity in university students from 23 countries: associations with health beliefs, risk awareness, and national economic development. *Prev Med.* 2004;39 (1):182–90. doi: 10.1016/j.ypmed.2004.01.028.

Kahlin Y., Werner S., Romild U., Alricsson M. Self-related health, physical activity, BMI and musculoskeletal complaints: a comparison between foreign and Swedish high school students. *Int J Adolesc Med Health.* 2009;21 (3):327–41. doi: 10.1515/ijamh.2009.21.3.327.

Lembo K., Majewski K., Seraphin A. et al. Benefits and Harms of Short-Term International Academic Experiences Among Rehabilitation Students: A Systematic Review. *Phys Ther.* 2020;30;100 (11):1948–1966. doi: 10.1093/ptj/pzaa137.

Pistella J., Baumgartner E., Laghi F. et al. Verbal, physical, and relational peer victimization: The role of immigrant status and gender. *Psicothema.* 2020;32 (2):214–220. doi: 10.7334/psicothema2019.236.

Potočnjak I., Crumbach M. E., Hrgetić Vitols A. M. et al. The attitudes of international medical students toward educational methods and styles applied in a 6-year longitudinal course in fundamentals of medical skills in Croatia. *Croat Med J.* 2018;31;59 (5):267–273. doi: 10.3325/cmj.2018.59.267.

Rod K. Dishman, Richard A. Washburn, Dale A. Schoeller. Measurement of Physical Activity. *Quest.* 2001;53 (3):295–309. doi: 10.1080/00336297.2001.10491746.

Warburton, Darren E. R., Bredin, Shannon S. D. Health benefits of physical activity: a systematic review of current systematic reviews. *Wolters Kluwer.* 2017;32 (5):541–556. doi: 10.1097/HCO.0000000000000437.