

Бобырева М.М. , Дёма Е.В. , Канапина Р.Б. , Колдасбаева Б.Д. ,
Сатбаев Е.К.

НАО «Западно-Казакстанский медицинский университет имени Марата Оспанова»,
г. Актобе, Казакстан

АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ИЗ ИНДИИ И КАЗАХСТАНА, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ЗАПАДНО-КАЗАХСТАНСКОМ МЕДИЦИНСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ МАРАТА ОСПАНОВА

Бобырева Марина Михайловна, Дёма Елена Владимировна, Канапина Роза Биржановна,
Колдасбаева Багила Джумабаевна, Сатбаев Ерлан Кабдуллоевич

Анализ физической подготовленности юношей из Индии и Казахстана, обучающихся в Западно-Казакстанском медицинском университете имени Марата Оспанова

Аннотация. В статье представлены результаты исследования физической подготовленности студентов второго курса из Республики Индия и Республики Казакстан, обучающихся в Западно-Казакстанском медицинском университете имени Марата Оспанова. Отмечается, что данный контингент одинаково подвергся влиянию ковидных ограничений в период обучения на первом курсе. В течение 2021-2022 учебного года были протестированы физические качества обучающихся, такие как: скорость, сила, выносливость, координационные и скоростно-силовые качества. По данным проведенного исследования выявлено, что индийские студенты сильно отстают от представителей Казакстана практически по всем тестируемым показателям. Исключением стали результаты в беге на 20 и 30 м и прыжках за 1 мин., где между представителями Индии и Казакстана достоверной разницы не обнаружено. Авторы пришли к выводу, что для повышения уровня физической подготовленности и мотивации к занятиям физическими упражнениями рабочая программа по физическому воспитанию для иностранных студентов должна отличаться от той, которая используется для студентов из Казакстана.

Ключевые слова: физическая подготовленность, индийские студенты, медицинский университет.

Bobyreva Marina Mihajlovna, Djoma Elena Vladimirovna, Kanapina Roza Birzhanovna,
Koldasbaeva Bagila Dzhumabaevna, Satbayev Yerlan Kabdullovich

Analysis of physical fitness of young men from India and Kazakhstan studying at the West Kazakhstan Marat Ospanov Medical University

Abstract. The article presents the results of a study of the physical fitness of second-year students from the Republic of India and the Republic of Kazakhstan studying at the West Kazakhstan Medical University named after Marat Ospanov. It is noted that this contingent was equally affected by covid restrictions during the first year of study. During the 2021-2022 academic year, the physical qualities of students were tested, such as: speed, strength, endurance, coordination and speed-strength qualities. According to the conducted research, it was revealed that Indian students lag far behind the representatives of Kazakhstan in almost all the tested indicators. The exception was the results in running at 20 and 30 m, and "Jumping jacks" for 1 min, where there was no significant difference between the representatives of India and Kazakhstan. The authors came to the conclusion that in order to increase the level of physical fitness and motivation for physical exercises, the work program on physical education for foreign students should differ from the one used for students from Kazakhstan.

Key words: physical fitness, indian students, medical university

Бобырева Марина Михайловна, Дёма Елена Владимировна, Канапина Роза Биржановна,
Колдасбаева Багила Джумабаевна, Сатбаев Ерлан Кабдуллоевич

Марат Оспанов атындағы Батыс Қазақстан медициналық университетінде білім алып жатқан Үндістан мен Қазақстан жастарының дене шынықтыру дайындығын талдау

Аңдатпа. Мақалада Марат Оспанов атындағы Батыс Қазақстан медициналық университетінде білім алып жатқан Үндістан Республикасы мен Қазақстан Республикасының екінші курс студенттерінің дене шынықтыру дайындығын зерттеу нәтижелері ұсынылған. Бұл контингентке бірінші курста оқу кезінде ковидтік шектеулер бірдей әсер еткені атап өтілді. 2021-2022 оқу жылы ішінде оқушылардың жылдамдық, күш, төзімділік, үйлестіру және жылдамдық-күш қасиеттері сияқты физикалық қасиеттері сыналды. Жүргізілген зерттеу деректері бойынша Үнді студенттерінің барлық тестіленетін көрсеткіштер бойынша Қазақстан өкілдерінен едәуір артта қалатыны анықталды. Бұған 20 және 30 м-ге жүгіру және 1 минут ішінде секіру нәтижелері жатпайды, онда Үндістан мен Қазақстан өкілдері арасында нақты айырмашылық табылған жоқ. Авторлар дене шынықтыру дайындығының деңгейін арттыру және дене жаттығуларымен айналысуға ынталандыру үшін шетелдік студенттерге арналған дене тәрбиесі жөніндегі жұмыс бағдарламасы Қазақстан студенттері үшін пайдаланылатынын өзгеше болуы тиіс деген қорытындыға келді.

Түйін сөздер: дене шынықтыру, үнді студенттері, медицина университеті.

Введение. Выход на полноценное обучение в 2021–2022 уч.г. после ковидных ограничений для студентов высших учебных заведений Республики Казахстан не прошел легко. Во-первых, обучающиеся со 2 по 5 курсы отвыкли сидеть в аудитории (1 курс первый семестр прочились онлайн и во 2 семестре часть дисциплин также проходила в онлайн формате); во-вторых, им пришлось устранять пробелы в образовании, которые неминуемо должны были появиться из-за онлайн обучения и появились; в-третьих, студентам пришлось оставить работу, на которую они успели устроиться и переключиться на полноценное обучение; в-четвертых, недостаточная физическая подготовленность, сильно подорванная ковидными ограничениями, стала оказывать влияние на способность выдержать нагрузку учебного дня и на успеваемость. В первом полугодии спортивному клубу университета даже не удалось набрать студентов в спортивные секции, чего за всю историю спортклуба не наблюдалось.

Что касается студентов из Индии, то для них в общем-то мало что изменилось, так как домой во время летних каникул уезжают немногие, большинство студентов младших курсов остается в Казахстане. В плане физической активности индийцы достаточно инертны, за редким исключением. Мы писали ранее, что студенты из Индии отстают в физической подготовленности от своих сверстников из Казахстана, но в то время все учились онлайн, мы тестировали только девушек и использовали ограниченное количество тестов [1]. К таким же выводам пришли и другие исследователи [2-4].

Среди возможных причин такого отставания в физической подготовленности исследователи из Беларуси, России и Кыргызстана указывают: двигательную активность, экологические характеристики региона проживания [5], преобладающий тип телосложения [6-8], децелерацию роста и развития, неблагоприятные социально-экономические условия жизни [9]. В этих исследованиях утверждается, что молодые индийцы в массе своей обладают астеническим типом телосложения, иногда с недостаточной массой тела, узкую грудную клетку имеют до 71% молодых людей, а также обнаруживается низкое физическое развитие.

Индийские студенты с большим интересом относятся к сдаче нормативов по физическому воспитанию и стараются показать свой максимальный уровень, поэтому об отрицательном отношении к физической культуре и спорту не может быть и речи. Результаты наших юношей,

которые намного превосходят их собственные, вызывают уважение у индийцев, но, если заходит речь о совместной сдаче тех же нормативов или о соревнованиях с юношами из Казахстана, студенты из Индии наотрез отказываются.

В то же время индийские студенты отличаются некоторой небрежностью в посещениях занятий, позволяют себе опаздывать и имитировать усталость, падая на пол «без чувств» после пробега пары кругов по спортивному залу. Упражнения на занятиях физической культуры, требующие тренировки силы и особенно выносливости, даются им тяжело и юноши стараются упростить их любыми способами, нарушая требования преподавателя. Но без выполнения такой работы, трудно добиться хороших результатов и всестороннего физического развития.

У подавляющего большинства индийцев, обучающихся в университете, отсутствует чувство ответственности за слагаемые балла GPA. Достаточно набрать проходной 50% по учебной дисциплине, чтобы не проходить дополнительный платный семестр, что отмечают и другие авторы [10].

При проведении занятий по физической культуре с иностранными студентами исследователи предлагают руководствоваться только теми физическими качествами, которые у юношей развиты лучше других и на этом основании студентам из Индии рекомендуют занятия бадминтоном и настольный теннис, а также применение преимущественно игрового метода на занятиях физической культуры [11-12].

В 2021 году в начале июня мы проводили первенство по кроссфиту среди обучающихся первого курса из Индии, в которых приняли участие 42 человека. Участники показали довольно скромные результаты, но соревнования восприняли положительно. По их словам, на родине, они ни в чем подобном никогда не участвовали. О спортивных играх, таких как баскетбол, волейбол и футбол они слышаны, но навыки в них имеют единицы. Основные игры, в которых индийские юноши преуспевают – это бадминтон и крикет. По последнему в нашем университете силами обучающихся 1-5 курсов и деканата ежегодно проводятся соревнования *Aktobe premier cricket league* среди граждан Республики Индия. Просмотрев их соревнования, мы сделали вывод, что крикет не дает возможности участникам в полной мере развивать важные физические качества, такие как выносливость, сила, координация, скоростно-силовые качества, за исключением скоростных. Но и здесь свои нюансы: быстро

пробежать 20 м от «калитки» до «калитки» по правилам могут только определенные игроки (1 или 2), тогда как другие находятся на краях поля и большую часть времени находятся в статическом положении.

После отмены ковидных ограничений и онлайн обучения мы решили узнать, как сильно отличаются результаты тестов физической подготовленности студентов мужского пола из Индии и сравнить их с результатами юношей из Казахстана.

Методы и организация исследования.

Цель нашего исследования – выявление уровня физической подготовленности юношей из Республики Казахстан и Республики Индия, обучающихся на втором курсе ЗКМУ имени Марата Оспанова в 2021–2022 уч.г. с последующим сравнительным анализом.

Задачи:

- изучить научно-методическую литературу по проблеме физической подготовленности студентов из Республики Индия, обучающихся в высших учебных заведениях;

- протестировать физическую подготовленность юношей, обучающихся на втором курсе в 2021-2022 уч.г.;

- проанализировать и сравнить результаты физической подготовленности второкурсников из Индии и Казахстана.

Тестирование проводилось в период с сентября 2021 года по июнь 2022 года. Всего использовано 20 тестов, из них 10 в первом полугодии и 10 во втором.

В исследовании приняли участие студенты второго курса факультета «Общая медицина» из Республики Индия – 56 человек, из Республики Казахстан – 92 человека в возрастном диапазоне 18-19 лет. Все испытуемые не имели медицинских противопоказаний к практическим занятиям в основном отделении.

Для проведения тестирования уровня физической подготовленности нами были использованы следующие испытания: **бег на 20 м и 30 м**, челночный бег 3x10м с переносом предмета, бег 60 м, бег 300 м, прыжки через скакалку за 30 сек, прыжки в длину с места, поднятие туловища из положения лежа на спине согнув ноги руки вверх (sit up) за 1 мин, перебрасывание теннисного мяча из руки в руку в положении упор лежа за 30 сек, удержание прямых ног в висе в положении прямой угол, бросок набивного мяча 3 кг вперед из-за головы стоя, метание мяча 1 кг на дальность одной (рабочей) рукой с места, полуберпи (стойка-упор присев-упор лежа-упор при-

сев-стойка) за 30 сек, поточные прыжки в длину с двух ног за 15 сек, упор присев-стойка за 30 сек, прыжки со сменой положения рук и ног за 1 мин, бег с высоким подниманием бедра за 30 сек, прыжки через скакалку за 60 сек, прыжки «Jumping jacks» за 1 мин и бег 500 м.

Данные тесты очень хорошо зарекомендовали себя во время предыдущих пяти лет и позволяют получить сведения о состоянии силы, выносливости, скоростных, скоростно-силовых и координационных качествах обучающихся.

Стоит отметить, что попытки протестировать у индийцев выносливость с помощью бега на 2000 м не увенчались успехом. Ни один из них не смог преодолеть дистанцию до конца, сходя с дистанции на разных отрезках. Если говорить о юношах из Казахстана, то сошедших с дистанции было мало (2–4 человека), но результаты тоже оказались очень далеки от нормативных, что, вероятно, связано с длительным периодом бездействия во время ковидных ограничений. Получить необходимый уровень подготовленности они попросту не успели. Поэтому, тест на выносливость «бег 2000 м» пришлось исключить.

В ходе написания статьи нами проанализирована научно-методическая литература, в течение учебного года проведено тестирование, полученные результаты обработаны методами математической статистики и проанализированы.

Результаты исследования и их обсуждение. Как видно из таблицы 1, разница в развитии физических качеств юношей разных стран довольно значительная ($P < 0,01$) по следующим тестам: челночный бег 3x10м с переносом предмета, бег 60 м, бег 300 м, прыжки боком через линию за 30 сек, прыжки в длину с места, перебрасывание теннисного мяча из руки в руку в положении упор лежа за 30 сек, удержание прямых ног в висе в положении прямой угол, бросок набивного мяча 3 кг вперед из-за головы стоя, метание мяча 1 кг на дальность одной (рабочей) рукой с места, полуберпи за 30 сек, поточные прыжки в длину с двух ног за 15 сек, упор присев-стойка за 30 сек, прыжки со сменой положения рук и ног за 1 мин, бег с высоким подниманием бедра за 30 сек, прыжки через скакалку за 60 сек и бег 500 м.

Только результаты поднятия туловища (sit up) за 1 мин, прыжков «Jumping jacks» за 1 мин, бега на 20 м и 30 м не имеют достоверных различий. Такой успех в беге на 20 и 30 м можно объяснить спецификой правил любимой игры индийцев – крикета, где, правда ограниченному количеству участников, необходимо быстро преодолеть отрезок в 20 м. Примечательно, что в

беге на 60 м юноши из Казахстана достоверно быстрее индийцев, хотя усилия на дистанциях 30 и 60 м незначительно отличаются. Можно сделать

вывод, что индийские студенты не обладают достаточной скоростной выносливостью, чтобы сравняться с казахстанцами.

Таблица 1 – Результаты тестирования физической подготовленности юношей из Республики Индия (n=56) и Республики Казахстан (n=92), обучающихся на 2 курсе Западно-Казахстанского медицинского университета имени Марата Оспанова в первом семестре 2021–2022 уч.г.

№	Тест	Республика Казахстан $\bar{X} \pm S_x$	Республика Индия $\bar{X} \pm S_x$	P
1	Бег 20 м (сек)	3,58±0,02	3,65±0,05	-
2	Бег 30 м (сек)	5,1±0,04	5,03±0,05	-
3	Челночный бег 3*10м с переносом предмета (сек)	7,96±0,07	8,35±0,11	<0,01
4	Бег 60 м (сек)	8,89±0,07	9,58±0,1	<0,01
5	Бег 300 м (сек)	48,57±0,61	68,22±1,5	<0,01
6	Прыжки боком через линию за 30 сек (кол-во раз)	79,5±0,72	66,6±1,24	<0,01
7	Прыжки в длину с места (см)	213,75±1,76	189,3±0,98	<0,01
8	Поднимание туловища (sit up) за 1 мин (кол-во раз)	34,92±0,58	36,88±1,10	-
9	Перебрасывание теннисного мяча из руки в руку в положении упор лежа за 30 сек (кол-во раз)	35,5±0,78	25,21±0,86	<0,01
10	Удержание прямых ног в висе в положении прямой угол (сек)	13,9±0,48	10,25±0,75	<0,01
11	Бросок набивного мяча 3 кг вперед из-за головы стоя (см)	724,4±9,48	660±11,3	<0,01
12	Метание мяча 1 кг на дальность одной (рабочей) рукой с места (м)	16,72±0,14	14,66±0,3	<0,01
13	Поточные прыжки в длину с двух ног за 15 сек, (м)	20,73±0,32	15,10±0,56	<0,01
14	Упор присев-стойка за 30 сек (кол-во раз)	29,9±0,29	26,8±0,38	<0,01
15	Полуберпи: стойка-упор присев-упор лежа упор присев -стойка за 30 сек (кол-во раз)	15,39±0,22	12,55±0,36	<0,01
16	Прыжки «Jumping jacks» за 1 мин (кол-во раз)	79,03±0,72	79,64±1,88	-
17	Прыжки со сменой положения рук и ног за 1 мин (кол-во раз)	90,07±1,17	79,86±3,06	<0,01
18	Бег с высоким подниманием бедра за 30 сек (кол-во раз)	117,9±1,05	90,57±2,51	<0,01
19	Прыжки через скакалку за 60 сек (кол-во раз)	118,57±1,48	87,37±3,85	<0,01
20	Бег 500 м (мин)	1,42±0,02	1,78±0,04	<0,01

Некоторые испытания, например «Перебрасывание теннисного мяча из руки в руку в положении упор лежа за 30 сек» оказались для юношей индийцев очень сложными. Слабые мышцы корпуса не давали возможности большинству испытуемых сосредоточиться на мяче, допуская провисание таза и, как следствие, раннее наступление усталости.

Во всех скоростных прыжковых упражнениях, кроме «Jumping jacks» за 1 мин, индийцы

показали неудовлетворительную координацию, что сильно мешало им выполнять упражнение быстро и без сбоя. Несогласованность движений рук и ног – обычное явление, причем трудно поддающееся коррекции. Прыжки «Jumping jacks» знакомы юношам из Индии по школьной программе и при выполнении этого упражнения у них не возникло трудностей, в результате чего был показан одинаковый результат с юношами из Казахстана.

Сила мышц верхнего плечевого пояса, сила мышц спины и пресса, а также способность согласовывать работу всех этих мышечных групп для броска мяча 3 кг из-за головы стоя, у представителей Индии оказалась гораздо ниже, чем у представителей Казахстана.

Слабые мышцы ног и недостаточное развитие скоростно-силовых качеств помешали индийцам сравняться по результатам с юношами из Казахстана в «прыжках в длину», «поточных прыжках в длину за 15 сек», «упор присев-стойка за 30 сек», «полуберпи за 30 сек».

В тесте «удержание прямых ног в висе в положении прямой угол» выявлены общие проблемы с силой кисти и рук в целом, что не позволило обеспечить длительный хват и сохранение статического положения. Казахстанцы, тем не менее, справились лучше.

Испытание для мышц пресса – «поднимание туловища (sit up) за 1 мин» оказалось одинаково сложным для обеих групп юношей. Причем, на развитие мышц пресса, преподаватели ведущие занятия с индийцами, в этом учебном году выделяли больше времени, чем обычно. Ранее, в предыдущем учебном году, показатель силы мышц пресса индийцев имел результаты, намного ниже, чем у казахстанских юношей. Таким образом, у юношей из Индии можно отметить некоторый прогресс, чего не скажешь о местных студентах.

В беге на 300 м и 500 м юноши из Индии также показали отставание от казахстанцев. Преодолеть всю дистанцию, сохраняя довольно высокую скорость, им оказалось трудно. В результате, девушки второкурсницы из Казахстана

(n=54) на этой дистанции имели схожий средний результат (1,79±0,84).

Выводы. Индийские обучающиеся в медицинском вузе – трудный контингент в плане применения традиционных средств и методов физического воспитания, принятых в нашей стране. Преподаватели, ведущие занятия вынуждены искать новые способы мотивации студентов иностранцев.

Согласно проведенным исследованиям выявлена большая разница между уровнями физической подготовленности юношей индийцев и казахстанцев.

Полученные результаты и анализ сторонних научных данных доказывают, что методики проведения занятий физической культуры для иностранных и отечественных студентов должны отличаться друг от друга, а для этого необходимо составлять для них отдельные учебные программы. Программу для иностранных обучающихся из Индии следует составлять с учетом целенаправленного формирования ответственного личностного отношения студентов к укреплению своего здоровья и улучшению своей физической подготовленности, что им, судя по всему, не привили за время обучения в школе.

В качестве эксперимента можно расширить количество часов в рабочей программе, выделенных на подвижные и спортивные игры с увеличением количества специальных подводящих упражнений, соответствующих конкретной игре. Это может повысить уровень физической подготовленности по отстающим физическим качествам.

Литература

- 1 Бобырева М.М., Пак Т.В., Дёма Е.В. Сравнительный анализ динамики физической подготовленности студенток из Индии и Казахстана, обучающихся в медицинском университете Западного Казахстана // Теория и методика физической культуры. – 2020. - № 2 (60). – С. 102-108.
- 2 Болотова М.И., Ермакова М.А. Физическая подготовка иностранных студентов как компонент профессионального становления будущего специалиста в области медицины // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 69(1). – С.91-95.
- 3 Маметова О.Б., Титаренко А.А., Аверкова А.В. Исследование функции внешнего дыхания у иностранных студентов медицинской академии имени С. И. Георгиевского // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2019. – №14 (1). – С.185-190.
- 4 Ермакова М.А., Ляшенко А.А. Здоровьесбережение иностранных студентов в образовательном пространстве вуза // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 63(1). – С. 102-105.
- 5 Чаплинская Е. В., Сахно И. П., Мезен Н. И., Гурбо Т. Л. Особенности телосложения студентов Белорусского государственного медицинского университета разных национальностей // Современная морфология: проблемы и перспективы развития, – Минск, 2019. – С.141-143.
- 6 Калмин О. В., Галкина Т. Н., Лукьяненко Д. А., Фрунзе Е. М. Соматотипологические особенности российских и индийских студентов // Медицинские науки. Анатомия человека. – 2019. – № 1 (49). – С. 65-73.
- 7 Фрунзе Е. М., Калмин О. В., Лукьяненко Д. А. Особенности типов телосложения индийских студентов юношеского возраста // Актуальные проблемы медицинской науки и образования: сб. ст. по материалам VII Междунар. науч. конф., посвящ. 80-летию Пензенской области и 20-летию Медицинского института ПГУ – Пенза: Изд-во ПГУ, 2019. – С. 56-60.

- 8 Omiralieva N., Chonkoeva A. Morphological features of the somatotype of foreign and local students//Eurasian medical journal. – 2021. – №3. – P. 37-42.
- 9 Альберт Л.Н., Назмутдинова В.И. Комплексная оценка состояния здоровья иностранных студентов 1 курса лечебного факультета с учетом морфофункциональных показателей при поступлении в медицинский вуз Западной Сибири // Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: актуальные вызовы и ответы. – 2020. – С.112-116.
- 10 Ермакова М.А., Ярушин С.А. Физическая культура и спорт как системообразующий фактор здоровьесбережения иностранных студентов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2020. – №5 (3). – С. 110-114.
- 11 Кудрявцева, В. В. Физическая подготовленность иностранных студентов как основа повышения качества процесса обучения по физическому воспитанию / В. В. Кудрявцева // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения : Сборник статей по материалам XI научно-практической конференции с международным участием, Москва, 23 апреля 2021 года. – Москва: Лика, 2021. – С. 162-164.
- 12 Мостовая Т.Н., Мышкин А.И., Лобынцев И.А. Физическая культура как средство адаптации иностранных студентов к обучению в вузе // Наука – 2020. – №9 (45). – С. 19-25.

References

- 1 Bobyreva M.M., Pak T.V., Dyoma E.V. Sravnitel'nyj analiz dinamiki fizicheskoj podgotovlenosti studentok iz Indii i Kazahstana, obuchayushchihся v medicinskom universitete Zapadnogo Kazahstana // Teoriya i metodika fizicheskoj kul'tury. – 2020. – № 2 (60). – S. 102-108.
- 2 Bolotova M.I., Ermakova M.A. Fizicheskaya podgotovka inostrannyh studentov kak komponent professional'nogo stanovleniya budushchego specialista v oblasti mediciny // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. – 2022. – № 69(1). – S.91-95.
- 3 Mametova O.B., Titarenko A.A., Averkova A.V. Issledovanie funkcii vneshnego dyhaniya u inostrannyh studentov medicinskoj akademii imeni S. I. Georgievskogo // Pedagogiko-psihologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoj kul'tury i sporta. – 2019. – №14 (1). – S.185-190.
- 4 Ermakova M.A., Lyashenko A.A. Zdorov'esberezhenie inostrannyh studentov v obrazovatel'nom prostranstve vuza // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. – 2019. – № 63(1). – S. 102-105.
- 5 CHaplinskaya E. V., Sahnо I. P., Mezen N. I., Gurbo T. L. Osobennosti teloslozheniya studentov Belorusskogo gosudarstvennogo medicinskogo universiteta raznyh nacional'nostej // Sovremennaya morfologiya: problemy i perspektivy razvitiya, – Minsk, 2019. – S.141-143.
- 6 Kalmin O. V., Galkina T. N., Luk'yanenko D. A., Frunze E. M. Somatotipologicheskie osobennosti rossijskih i indijskih studentov // Medicinskie nauki. Anatomiya cheloveka. – 2019. – № 1 (49). – С. 65-73.
- 7 Frunze E. M., Kalmin O. V., Luk'yanenko D. A. Osobennosti tipov teloslozheniya indijskih studentov yunosheskogo vozrasta // Aktual'nye problemy medicinskoj nauki i obrazovaniya: sb. st. po materialam VII Mezhdunar. nauch. konf., posvyashch. 80-letiyu Penzenskoj oblasti i 20-letiyu Medicinskogo instituta PGU – Penza: Izd-vo PGU, 2019. – S. 56-60.
- 8 Omiralieva N., Chonkoeva A. Morphological features of the somatotype of foreign and local students//Eurasian medical journal. – 2021. – №3. – P. 37-42.
- 9 Al'bert L.N., Nazmutdinova V.I. Kompleksnaya ocenka sostoyaniya zdorov'ya inostrannyh studentov 1 kursа lechebno-fakul'teta s uchotom morfofunkcional'nyh pokazatelej pri postuplenii v medicinskij вуz Zapadnoj Sibiri // Strategiya formirovaniya zdorovogo obraza zhizni naseleniya sredstvami fizicheskoj kul'tury i sporta: aktual'nye vyzovy i otvety. – 2020. – S.112-116.
- 10 Ermakova M.A., YArushin S.A. Fizicheskaya kul'tura i sport kak sistemoobrazuyushchij faktor zdorov'esberezheniya inostrannyh studentov // Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreaciya. – 2020. – №5 (3). – S. 110-114.
- 11 Kudryavceva, V. V. Fizicheskaya podgotovlennost' inostrannyh studentov kak osnova povysheniya kachestva processa obucheniya po fizicheskomu vospitaniyu / V. V. Kudryavceva // Innovacionnye tekhnologii v sporte i fizicheskom vospitanii podrastayushchego pokoleniya: Sbornik statej po materialam XI nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem, Moskva, 23 aprelya 2021 goda. – Moskva: Lika, 2021. – S. 162-164.
- 12 Mostovaya T.N., Myshkin A.I., Lobyntsev I.A. Fizicheskaya kul'tura kak sredstvo adaptacii inostrannyh studentov k obucheniyu v вуze // Nauka – 2020. – №9 (45). – S. 19-25.

**Хат-хабарларга арналган автор
(бірінші автор)**

Бобырева Марина Михайловна
– педагогика ғылымдарының
кандидаты, доцент, Марат Оспанов
атындағы Батыс Қазақстан медицина
университеті, Ақтөбе қ., Қазақстан.
e-mail: wilwarin79@gmail.com
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6573-0248>

**Автор для корреспонденции
(первый автор)**

Бобырева Марина Михайловна –
кандидат педагогических наук, доцент;
Западно-Казакстанский медицинский
университет имени Марата Оспанова;
г. Актөбе, Казахстан.
e-mail: wilwarin79@gmail.com
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6573-0248>

**The Author for Correspondence
(The First Author)**

Bobyreva Marina Mikhailovna –
Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor; West Kazakhstan
Marat Ospanov Medical University;
Aktobe, Kazakhstan.
e-mail: wilwarin79@gmail.com
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6573-0248>