

## **ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ДВУХЛЕТНЕГО ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**

**Л. Н. Соколовская, Е. А. Кондратенкова, П. С. Адамов**

(Учреждение образования «Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова»,  
кафедра спортивных и медико-биологических дисциплин)

*В статье рассмотрены вопросы процесса адаптации иностранных студентов к обучению в вузе. Установлено, что они к концу 2-го курса в полной мере могут справиться с требованиями преподавателей по освоению учебных дисциплин. Об этом свидетельствуют приведенные в работе результаты психофизиологического тестирования.*

Вопрос процесса адаптации иностранных студентов к образовательному пространству университета актуален, и в его основе лежат свойства нервной системы. Закономерно, что для иностранных студентов, слабо владеющих русским языком, требуется значительно больше времени на адаптацию к новой среде. При интеграции в эту среду и персонализацию у иностранных студентов происходит перенапряжение физиологических систем организма, что порой приводит к их срыву [1; 2; 3]. На сегодняшний день все еще не ясно, как происходит развитие и становление психофизиологических функций у иностранных сту-

дентов не только под влиянием учебных, но и физических нагрузок (студенты факультета физического воспитания (ФФВ)).

Цель работы. Изучение психофизиологических показателей иностранных студентов в течение двух-летнего обучения на ФФВ в процессе адаптации к новой образовательной среде.

Методика. Психологическая диагностика выполнялась на аппаратно – программном комплексе «НС-Психотест» («НейроСофт», Россия, г. Иваново). Психофизиологическое тестирование включало анализ показателей простой и сложной (реакция различения) зрительно-моторных реакций. Объектом исследования были 21 студент ФФВ, они были разделены на две группы: иностранные студенты (экспериментальная,  $n = 10$ ), и белорусские студенты (контрольная,  $n = 11$ ). Экспериментальное обследование осуществлялось в 4 этапа: первый этап – зимняя сессия (первый год обучения), второй этап – летняя сессия (первый год обучения), третий этап – зимняя сессия (второй год обучения), четвертый этап – летняя сессия (второй год обучения).

Результаты исследования. На первом этапе производился сравнительный анализ среднегрупповых показателей простой зрительно моторной реакции (ПЗМР) и реакции различения (РР) студентов экспериментальной и контрольной групп (зимняя сессия). Было показано, что скорость ПЗМР и РР у иностранных студентов ниже, чем у белорусских студентов среднее квадратичное отклонение оказалось выше (таблицы 1, 2). Судя по этим данным, у студентов экспериментальной группы медленнее осуществляется реакция на зрительный стимул и более низкая стабильность сенсомоторного реагирования, чем у представителей контрольной группы. Показатель коэффициента точности Уиппла у иностранных студентов превышает таковой показатель их сверстников из Беларуси практически в два раза. Это означает, что качество выполнения задания у них гораздо хуже. Мы предположили, что в течение некоторого времени у иностранных студентов произойдут процессы адаптации ЦНС к новой социальной среде. Наша гипотеза основывалась на том факте, что УФВ у иностранных студентов оказался достаточно высок (3,68 у.е.) [2; 3].

Нами были проведены аналогичные исследования показателей тех же студентов в течение летней, зимней и последующей летней сессии. Оказалось, что в зимнюю и летнюю сессию 1-го года обучения и в зимнюю сессию 2-го года обучения значительных изменений исследуемых показателей не произошло. Однако обследование в летнюю сессию 2-го года обучения показало, что ряд исследуемых показателей у иностранных студентов улучшился и приблизился к значениям контрольной группы (4 этап) (таблицы 1, 2).

Таблица 1

Среднегрупповые показатели ПЗМР иностранных и белорусских студентов

Показатель ПЗМР	Контрольная группа, этап 1	Контрольная группа, этап 4	Экспериментальная группа, этап 1	Экспериментальная группа, этап 4
Среднее значение времени реакции ( $M \pm \sigma$ ), мс	197,85±7,15	205,14±7,96	207,71±6,75	211±12,06
Среднее квадратичное отклонение ( $M \pm \sigma$ ), мс	30,94±4,45	39,78±5,94	37,34±6,17	39,91±11,14
Коэффициент точности (Уиппла) ( $M \pm \sigma$ ), (у.е)	0,04±0,01	0,04±0,03	0,084±0,06	0,08±0,05
Уровень функциональных возможностей ( $M \pm \sigma$ ), (у.е)	3,7±0,6	3,4±0,4	3,68±0,18	3,47±0,28

Таблица 2

Среднегрупповые показатели РР иностранных и белорусских студентов

Показатель РР	Контрольная группа, этап 1	Контрольная группа, этап 4	Экспериментальная группа, этап 1	Экспериментальная группа, этап 4
Среднее значение времени реакции ( $M \pm \sigma$ ), мс	290±15,81	309,57±28,20	327,85±34,33	287,85±25,56
Среднее квадратичное отклонение ( $M \pm \sigma$ ), мс	55,82±5,93	65,68±6,21	76,52±19,09	69,65±16,53
Коэффициент точности (Уиппла) ( $M \pm \sigma$ ), (у.е.)	0,075±0,05	0,09±0,02	0,098±0,02	0,09±0,05

У обследуемых экспериментальной группы наблюдалось снижение скорости ПЗМР и РР и некоторое улучшение показателей коэффициента точности Уиппла (ПЗМР и РР). Однако некоторое снижение по-

казателей УФВ свидетельствуют о том, что функциональные резервы ЦНС снизились. Следовательно, студенты из-за рубежа затратили некоторые энергетические ресурсы нервной системы на адаптацию к новому виду деятельности. Анализируя полученные данные в целом, можно заключить, что психофизиологические показатели обследуемых обеих групп практически сравнялись на 4 этапе. В заключение следует отметить, что иностранные студенты к концу 2-го курса обучения на ФФВ могут в полной мере справиться с требованиями преподавателей по освоению учебных дисциплин.

### Литература

1. Абышева, З. С. К проблеме психофизиологической адаптации иностранных студентов к обучению / З. С. Абышева, Г. Д. Жетписбаева, Т. К. Раисов // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 11-5. – С. 883–885.
2. Кондратенкова, Е. А. Оценка психофизиологического состояния высококвалифицированных спортсменов-гребцов до и после тренировки / Е. А. Кондратенкова, Л. Н. Соколовская // Физическая культура, спорт, здоровый образ жизни в XXI веке : сборник статей Международной научно-практической конференции; Могилев, 10–15 декабря 2018 г. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2019. – С. 62–65.
3. Соколовская, Л. Н. Анализ показателей психофизиологического тестирования и анкетирования иностранных студентов первого года обучения / Л. Н. Соколовская, Е. А. Кондратенкова, П. С. Адамов // Физическая культура, спорт, здоровый образ жизни в XXI веке : сборник статей XII Международной научно-практической конференции ; Могилев, 12–13 декабря 2019 г. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2020. – С. 53–56.