

и др.) и в дальнейшем будут использованы в повседневной врачебной практике. При курировании выполнения студентами данных работ также необходимо учитывать социокультурные особенности и религиозный менталитет. Так, выслушивание тонов сердца и запись ЭКГ для девушек и юношей проводить в разных помещениях; при проведении контактных работ (измерение, артериального давления и пульса) не настаивать на обследовании лиц противоположного пола; при составлении суточного рациона предоставить калораж блюд национальной кухни.

Таким образом, учет национально-психологических качеств и использование новых методик и приемов преподавания позволяют повысить эффективность процесса обучения, стимулировать познавательную активность и самостоятельность иностранных студентов.

Литература

1. Рахимов, Т. Р. Особенности организации обучения иностранных студентов в российском вузе и направление его развития / Т. Р. Рахимов // *Язык и культура*. 2010. №4 (12). – С.123–136.
2. Жилинская, Т. С. Особенности обучения инокультурных студентов информационным технологиям / Т.С. Жилинская // *Электронный науч.-методич. журнал «Педагогика информатики»*. 2020;1.
3. Иванова, М. И. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов к высшей школе России: Дис. ... д-ра психол. наук / М. И. Иванова // СПб., 2001. – 353 с.

УДК 796.012.1:378.147

С. В. Мельников

г. Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

ОБ ОСОБЕННОСТЯХ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ» В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»

Высшее образование в Республике Беларусь, оказывая непосредственное влияние как на конкурентоспособность специалистов внутри страны, так и на экономическое развитие нашей страны и ее способность конкурировать на мировом рынке в условиях радикально меняющегося мира, имеет важное значение для развития общества и государства в целом. Обширная работа, проводимая профессорско-преподавательским составом факультета физической культуры ГГУ имени Ф. Скорины, направлена на укрепление традиций отечественной педагогической школы, популяризацию и повышение престижа профессий педагога по физической культуре и спортивного тренера [1].

В учебный план, отражающий содержание образовательной программы по специальности 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям) (направление специальности 1-88 02 01-01 Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа с указанием вида спорта)), включена дисциплина «Физическая реабилитация спортсменов». В ходе освоения дисциплины у студентов формируются представления об основах комплексного использования средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов. При этом решается ряд задач, среди которых стоит отметить усвоение студентами теории и методики использования средств восстановления работоспособности, а также формирование практических умений и навыков по использованию средств восстановления и стимуляции работоспособности при организации и проведении занятий по физической культуре и спорту.

Так как спортивная подготовка является комплексным и многоаспектным процессом, направленным на достижение высоких спортивных результатов – будущие специалисты должны обладать глубокими знаниями не только в области физической культуры и спорта и специфических особенностях различных видов спорта, но также учитывать индивидуальные особенности занимающихся, состояние здоровья и их психологическую готовность [3]. Поэтому изучаемая дисциплина опирается на знание особенностей анатомии и физиологии, биомеханики, психологии, педагогики и других смежных дисциплин.

Вместе с тем чрезмерные физические нагрузки, насыщенный календарь соревнований, нарушения реактивности и резистентности в условиях возросшего влияния неблагоприятных факторов внешней среды приводят к снижению адаптационных возможностей спортсменов и повышенной заболеваемости. Несмотря на принимаемые меры профилактики, спортивная тренировка зачастую связана с повышенным риском перенапряжения и возникновения травм опорно-двигательного аппарата, нарушений деятельности внутренних органов, которые могут негативно сказаться как на конечном спортивном результате, так и качестве жизни спортсменов в целом.

Физическая реабилитация спортсменов, являясь лечебно-педагогическим и воспитательным процессом, представляет собой составную часть медицинской и социально-трудовой реабилитации, использующую средства и методы физической культуры, массаж и физические факторы для восстановления или компенсации физических возможностей, повышения функционального состояния организма, физических качеств, психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов [2].

Стоит отметить, что реабилитация спортсменов имеет большое значение не только для восстановления работоспособности, но и для сохранения здоровья спортсменов в долгосрочной перспективе. В многочисленных исследованиях отмечается, что спортсмены, перенесшие травмы опорно-двигательного аппарата, особенно суставно-связочного аппарата, имеют высокий риск возникновения хронических посттравматических болей и других осложнений. Поэтому физическая реабилитация спортсменов должна быть направлена не только на восстановление функции поврежденного сегмента, но и на профилактику дистрофических и дегенеративных изменений в суставах и мышечно-связочном аппарате [4].

Для эффективного овладения студентами необходимыми знаниями и умениями учебная дисциплина «Физическая реабилитация спортсменов» включает лекционный курс и семинарские занятия. Так, в процессе изучения дисциплины «Физическая реабилитация спортсменов» специалисты получают знания об основных принципах, методах, средствах и этапах реабилитации; знакомятся с особенностями диагностики текущего состояния спортсмена с целью определения его реабилитационного потенциала; учатся разрабатывать и применять индивидуальные и групповые программы реабилитации с учетом спортивной специализации; овладевают навыками применения различных методов и средств реабилитации спортсменов, а также контроля и коррекции процесса реабилитации.

Изучение средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов рассматривается в контексте использования педагогических, медико-биологических и психологических средств. При этом педагогическим средствам, предполагающим управление работоспособностью спортсменов и восстановительными процессами посредством целесообразно организованной мышечной деятельности, отводится центральное место, преимущественно за счет использования ряда методических особенностей для рационального построения подготовки спортсменов, применяемых самим тренером или спортсменом, не прибегая к помощи других специалистов. К таким особенностям относятся: соответствие нагрузки возможностям занимающихся, планирование упражнений или микроциклов восстановительного характера, использование двигательных переключений, рациональная организация подготовительной и заключительной частей трениро-

вочного занятия, учет условия режима жизни и спортивной деятельности и многое другое. Использование педагогических средств восстановления в процессе спортивной подготовки позволяет осуществлять эффективный контроль и коррекцию тренировочного процесса, предотвращая чрезмерное утомление, срыв адаптационных механизмов и, как следствие, перетренированность.

Важным моментом практической части изучаемого курса является разработка и проведение студентами комплексов физических упражнений для профилактики спортивного травматизма, представляющих собой специально подобранные и дозированные упражнения, направленные на укрепление определенных групп мышц, связок и суставов, участвующих в спортивной деятельности. Такие комплексы включают также элементы стретчинга, упражнения на релаксацию и снятие напряжения. Использование комплексов упражнений для профилактики спортивного травматизма является весьма актуальным направлением в рамках современной спортивной подготовки, так как способствует повышению эффективности тренировочного процесса, сохранению здоровья и работоспособности спортсменов, а также достижению высоких спортивных результатов.

Таким образом, дисциплина «Физическая реабилитация спортсменов» является необходимой и актуальной для студентов, обучающихся по специальности 1-88 02 01-01 Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа с указанием вида спорта), так как формирует у них профессиональные компетенции по восстановлению работоспособности и здоровья спортсменов, а также повышает социальную значимость и востребованность будущих специалистов на рынке труда.

Литература

1. Кожедуб, М. С. Взаимосвязь профессиональной направленности специальности с уровнем мотивации студентов / М. С. Кожедуб, С. В. Мельников // Физическая культура и спорт в современном мире : Сборник научных статей / Редколлегия: Г.И. Нарский (гл. ред.) [и др.]. – Гомель : Гомельский государственный университет им. Франциска Скорины, 2021. – С. 68–72.

2. Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации : национальное руководство / под ред. В. А. Епифанова, М. С. Петровой, А. В. Епифанова. – Москва : ГЭОТАР–Медиа, 2022. – 896 с.

3. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. – 7-е изд. стереотип. – М. : Спорт, 2020. – 342 с.

4. Палашенко, М. Ю. Профилактика травмы «колени пловца» в плавании / М. Ю. Палашенко, С. В. Мельников // Теоретические и практические проблемы физической культуры и спорта: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 85-летию Благовещенского государственного педагогического университета / под общ. ред. О. В. Юречко. – БГПУ, 2015. – С. 233–239.

УДК 378.147:94:321.01(476)

В. А. Міхедзька

г. Гомель, ГДУ імя Ф. Скарыны

НЕКАТОРЫЯ ПРАБЛЕМЫ ВЫКЛАДАНИЯ ДЫСЦЫПЛІНЫ “ГІСТОРЫЯ БЕЛАРУСКАЙ ДЗЯРЖАЎНАСЦІ” СТУДЭНТАМ НЕГІСТАРЫЧНЫХ СПЕЦЫЯЛЬНАСЦЕЙ

З 1922-га навучальнага года ва ўстановах вышэйшай адукацыі адбылося перафарматаванне выкладання цыкла сацыяльна-гуманітарных дысцыплін. Замест ранейшага курса “Гісторыя Беларусі (у кантэксце еўрапейскай цывілізацыі)”, які існаваў яшчэ з