В каждом конкретном случае преподавателю следует самому решать, как, каким способом и когда исправить ошибку.

ЛИТЕРАТУРА

1. Архарова М. Исправление ошибок в процессе преподавания иностранного языка: теория и практика/М. Архарова//Просвещение. Иностранные языки. Интернет-издание для учителя. – 2014. –№ 1 [Электронный ресурс] –Режим доступа: http://iyazyki.prosv.ru. – Дата доступа: 10.01.2017.
2. Лингвистический ларец /сост. Жан-Вильгельм Батист. –Минск: Белорусск. Ассоц. «Конкурс», 2009 –с.10--12

УДК 316.77:378.4 (476)

АДАПТАЦИЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В БЕЛОРУССКИХ ВУЗАХ

Турок Н. В.

УО «Гродненский государственный университет им. Янки Купалы»
г. Гродно Республика Беларусь

Современное образование имеет международный характер, благодаря этому белорусские вузы активно участвуют в программах обмена студентами. Так, с каждым годом все больше иностранных студентов прибывает в нашу страну с целью получения качественного образования. Таким образом, возникает необходимость анализа процесса адаптации иностранных студентов к системе образования нашего государства, а также необходимость в выявлении основных трудностей, связанных с этим процессом.

По прибытии в страну обучения, иностранному студенту предстоит решить несколько задач. Ему необходимо привыкнуть к новым климатическим и бытовым условиям, к смене социального окружения, к новой образовательной системе, к новому языку общения, к интернациональному характеру учебных групп и мн. др. Эффективность обучения студента-иностранца зависит от того, насколько успешно он адаптируется к новой культурной среде.

Вхождение в новую культуру часто сопровождается неприятными моментами, такими как изменение привычных условий жизни, расставание с друзьями и близкими; появляются чувства раздражения, удивления и дискомфорта при осознании различий между культурами и др. В общем такое состояние можно назвать «культурным шоком».

Как правило, проблема культурного шока рассматривается в контексте так называемой кривой процесса адаптации. В соответствии с этой кривой выделяют пять этапов процесса адаптации визитеров [1].

РЕПОЗИТОРИЙ ГГАУ

Первый этап характеризуется энтузиазмом, приподнятым настроением и большими надеждами. На втором этапе адаптации непривычная окружающая среда начинает оказывать свое негативное воздействие – некомфортные жилищные условия, чувства взаимного непонимания с местными жителями и непринятия ими. На третьем этапе симптомы культурного шока могут достигать критической точки, что может проявляться в болезнях и чувстве полной беспомощности. На четвертом этапе депрессия медленно сменяется оптимизмом, ощущением уверенности и удовлетворения. Человек чувствует себя более приспособленным и интегрированным в жизнь общества. Пятый этап характеризуется полной адаптацией, которая подразумевает относительно стабильные изменения индивида в ответ на требования среды. В идеале процесс адаптации приводит к взаимному соответствию среды и индивида, и мы можем говорить о его завершении. Таким образом, пять этапов адаптации формируют U-образную кривую: хорошо, хуже, плохо, лучше, хорошо [2].

Существует ряд факторов, влияющих на процесс адаптации к новой культурной среде, среди которых возраст, пол, образование человека. Немаловажным фактором является степень сходства или различия между культурами [3].

Существуют различные зарубежные специализированные методики, направленные на изучение различных аспектов адаптации. Данные методики ставят своей целью изучение данного феномена в рамках четырех основных направлений: 1) изучение трудностей в социальном взаимодействии в другой культурной среде; 2) исследование личностных характеристик, влияющих на успешность кросс-культурной адаптации; 3) изучение симптомов культурного шока; 4) исследование копинг-стратегий при перемещении в другую культурную среду [4].

Иностранные студенты, приезжающие на учебу в Республику Беларусь, должны адаптироваться не только к вузу или к особенностям проживания в общежитии, как это делают белорусские студенты, но и к жизни в другой стране в целом. В первую очередь студентам-иностранцам приходится преодолевать языковой барьер. Перед ними стоит сложная задача привыкнуть к другому образу жизни, к чужой культуре, традициям, существующей общепринятой системе ценностей и норм, и т. д. Поэтому важной задачей вузов является помощь в адаптации иностранных студентов к новой образовательной и культурной среде.

ЛИТЕРАТУРА

1. Triandis, H. Subjective culture / Lonner W. J., Dinnel D. L., etc. (Eds.). Online Readings in Psychology and Culture [Electronic resource]. – 2002. – URL: http://iaccp.org
2. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. – М.: Институт психологии РАН, 1999. – 320 с.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГАУ

3. Лебедева, Н. М. Введение в этническую и кросскультурную психологию / Н. М. Лебедева. – М.: Ключ-С, 1999. – 224 с.
4. Ward, C., Kennedy, A. Acculturation and cross-cultural adaptation of British residents in Hong Kong / Journal of Social Psychology, Vol. 133. – 1993. – No.3.

УДК 796.88(476)

ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ В ГРУППАХ ПОВЫШЕНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА В ВУЗАХ

Федоров В. В., Томашев Г. К., Даньковская Т. В.

УО «Гродненский государственный аграрный университет»
г. Гродно, Республика Беларусь

Студенты-спортсмены продолжают свое совершенствование в избранном виде спорта в группах повышения спортивного мастерства (ПСМ) в вузах. В Гродненском государственном аграрном университете есть группа ПСМ по тяжелой атлетике. Планирование тренировочной нагрузки в группе проходит согласно нормативному документу – «Программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва». На этот этап повышения спортивного мастерства приходится исключительно высокая напряженность соревновательной деятельности спортсменов, связанная с острой конкуренцией и плотностью спортивных результатов на соревнованиях. В связи с этим повышаются требования к качеству, стабильности и надежности технического мастерства, морально-волевой и психологической устойчивости спортсменов в условиях ответственных стартов.

При планировании учебно-тренировочного процесса на этом этапе необходимо учитывать объективные возможности спортсмена, темпы прироста его функциональных характеристик, реально освоенные спортсменом объемы тренировочных нагрузок на предыдущих этапах подготовки и календарь соревнований [6].

Еще в 1940 г. Н. И. Лучкин предложил метод подсчета объема нагрузки в килограммах [1]. Затем Н. Н. Саксонов стал рассчитывать объем нагрузки в килограммометрах [2], а Р. А. Роман, А. И. Фаламеев и А. В. Черняк – по количественному показателю количества подъема штанги (КПШ) [3, 4, 5].

А. С. Медведев предложил при подсчете объема тренировочной нагрузки делить ее на основную и дополнительную. Для эффективности использования метода в анализе объема тренировочной нагрузки Р. А. Роман предложил градуировать диапазон тренировочных весов через 5%-й интервал [7]. Однако наибольшее распространение в прак-

РЕПОЗИТОРИЙ ГГАУ