

# **ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС**

**ISSN 2587-6031**



*Периодическое издание*

*Выпуск № 6*

*Казань, 2019*

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ  
РЕЦЕНЗИРУЕМЫЙ ЖУРНАЛ**

**"ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС"**

**Выпущено под редакцией  
Научного объединения  
«Вертикаль Знаний»**



**РОССИЯ, КАЗАНЬ**

**2019 год**

**Основное заглавие:** Образовательный процесс

**Параллельное заглавие:** The educational process

**Языки издания:** русский (основной), английский (дополнительный)

**Учредитель периодического издания и издатель:** Научное объединение «Вертикаль Знаний»

**Место издания:** г. Казань

**Формат издания:** электронный журнал в формате pdf

**Периодичность выхода:** 1 раз в месяц

**ISSN:** 2587-6031

**Редколлегия издания:**

1. Понарина Наталья Николаевна - д-р филос. наук, доцент, Армавирский государственный педагогический университет, г. Армавир.

2. Молчанова Елена Владимировна - канд. пед. наук, доцент, Кубанский государственный университет, филиал в г. Тихорецке.

3. Холина Ольга Ивановна - канд. социол. наук, доцент, Автономная некоммерческая организация высшего образования Московский международный университет.

4. Сальников Алексей Викторович - канд. ист. наук, доцент, Армавирский социально-психологический институт.

5. Мишечкин Геннадий Валерьевич - канд. ист. наук, доцент, Донецкий национальный университет экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского, г. Донецк, Украина.

6. Халфина Регина Робертовна - д-р биол. наук, профессор, Башкирский государственный университет.

ISSN 2587-6031



9 772587 603004 >

***ВЫХОДНЫЕ ДАННЫЕ ВЫПУСКА:***

*Образовательный процесс. - 2019. - № 6 (17).*

*Оглавление выпуска*

**МЕЖДУНАРОДНОГО  
НАУЧНОГО ЖУРНАЛА  
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС»**

*Выпуск № 6 / 2019*

**Стр. 5 Подбородникова И.С.**

*Опорные университеты Сибирского федерального округа*

**Стр. 14 Ульянова И.О.**

*Роль самооценки в развитии личности дошкольника и психологические условия ее становления*

**Стр. 19 Шукшина И.В., Иванчиков М.А., Самсонова Е.А., Самсонов А.Ю.**

*Пищевое поведение студентов в период адаптации в ВУЗе*

УДК 378.4

**ОПОРНЫЕ УНИВЕРСИТЕТЫ  
СИБИРСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА**

*Подбородникова Ирина Сергеевна,  
Кемеровский государственный  
университет, г. Кемерово*

*E-mail: podborodnikova.ira@yandex.ru*

**Аннотация.** Актуальность темы связана с началом формирования в 2016 году сети опорных университетов для социально-экономического развития регионов. Система российского высшего образования находится на стадии реформирования, поэтому важно грамотно просчитывать предпринимаемые шаги. То есть необходимо отслеживать влияние статуса опорного университета на деятельность вуза. Цель работы – оценить эффективность реализации программ развития опорных университетов и выявить тенденции их развития в контексте сравнения с опытом вузов других статусов. В исследовании использовались методы: анализ статистических данных, анализ нормативно-правовых актов и сравнительный анализ. В данной статье проанализирована динамика показателей эффективности деятельности университетов Сибирского федерального округа разного статуса с 2012 по 2017 гг., выявлены положительные тенденции развития опорных университетов и охарактеризованы в контексте сравнения с вузами другого статуса и без статуса, благодаря чему понятна причина выделения именно рассматриваемых вузов в опорные. Также в работе проведено сравнение программ развития опорных университетов по ключевым разделам, что дает возможность спрогнозировать дальнейшую траекторию их развития.

**Abstract.** The relevance of the topic is associated with the beginning of the formation in 2016 of a network of flagship universities for the socio-economic development of regions. The system of Russian higher education is at the stage of reform, so it is important to correctly calculate the steps taken. That is, it is necessary to monitor the influence of the status of the «flagship university» on the activities of the university. The purpose of the work is to evaluate the effectiveness of the implementation of development programs for flagship universities and to identify trends in their development in the context of comparison with the experience of universities of other statuses. The study used methods: analysis of statistical data, analysis of regulatory acts and comparative analysis.

This article analyzes the dynamics of performance indicators of universities of the Siberian Federal District of different status from 2012 to 2017, revealed positive trends in the development of supporting universities and described in the context of comparison with universities of other status and without status, which makes it clear why the universities in question were selected as flagship.

Also in the work, a comparison was made of the development programs of flagship universities by key sections, which makes it possible to predict the further

*trajectory of their development.*

**Ключевые слова:** опорные университеты, показатели эффективности деятельности, динамика показателей, программы развития.

**Key words:** *flagship universities, performance indicators, dynamics of indicators, development programs.*

Система высшего образования во многом определяет эффективность национальной экономики [1, с. 43], в частности экономика региона зависит от качества подготовки кадров в региональных вузах, ведь во время образовательного процесса студенты получают знания, умения и навыки, которые впоследствии применяют в профессиональной деятельности [2, с. 98].

С 2006 года в России начали создаваться федеральные вузы для развития экономики и социальной сферы федеральных округов, с 2008 г. – национальные исследовательские для развития науки и исследований.

С 2015 года в России на первый план вышли задачи создания всех необходимых условий для формирования квалифицированных специалистов в региональных вузах, развития инноваций в регионе и развития территорий, что будет стимулировать абитуриентов и студентов оставаться в родных городах и университетах региона. Перечисленные стоящие задачи призваны решать в основном специально созданные для этого опорные университеты – новый элемент в структуре российских вузов. По словам Ливанова, программа объединения региональных вузов в многопрофильные опорные центры – это уже второй этап консолидации высшего образования в регионах, первым этапом реформы было развитие сети федеральных университетов [3]. Таким образом, небольшая группа университетов будет конкурировать за высокие позиции в мировых рейтингах (НИУ, вузы проекта «5-100»), а 100-120 распределённых по всей стране вузов будут концентраторами образования, инноваций и исследований [4].

С 2016 г запущен проект по созданию опорных университетов – для инновационного, технологического и социального развития регионов [5]. В итоге первого конкурсного отбора программ развития в 2016 году поддержана разработка 11 из них, а в результате второго в 2017 году ещё 22 вузам был присвоен статус «опорный» [6].

Основываясь на вышесказанном, для исследования университеты СФО были поделены мной на 4 группы:

- национальные исследовательские университеты – НИУ (НГУ, ТГУ и ТПУ);
- федеральные университеты – ФУ (СФУ);
- опорные вузы (АлтГУ, КемГУ, НГТУ, ОмГТУ, СибГМУ, СибГУ);
- контрольная группа – кемеровские вузы без статуса (КузГТУ, КемГМУ, Кемеровский институт (филиал) РЭУ, КемГИК, КемГСХИ).

Министерством науки и высшего образования РФ установлены 8 показателей эффективности деятельности образовательной организации, из которых мной для анализа были выбраны 4 основных, высчитываемых за все рассматриваемые 6 лет [7].

**1. Финансово-экономическая деятельность.** На первом графике (рис. 1) можно заметить всплески доходов – это вливания в НИУ в рамках проекта «5-100»: НГУ в 2014 году получил 775 млн, в 2015 – 761 млн руб, ТГУ и ТПУ в 2015 г. получили субсидии в размере 1 млрд руб [8]. В среднем доходы этих организаций находятся в пределах 3,5 – 4 млн. У СФУ они около 2,5 млн. Финансирование опорных университетов значительно ниже, примерно 1,5-2,5 млн. Наибольшее у СибГУ и СибГМУ, которые по итогам конкурса получили федеральное финансирование в 2016 и 2017 годах соответственно [9]. Финансирование вузов без статуса в среднем еще ниже и не поднимается выше 2 млн.

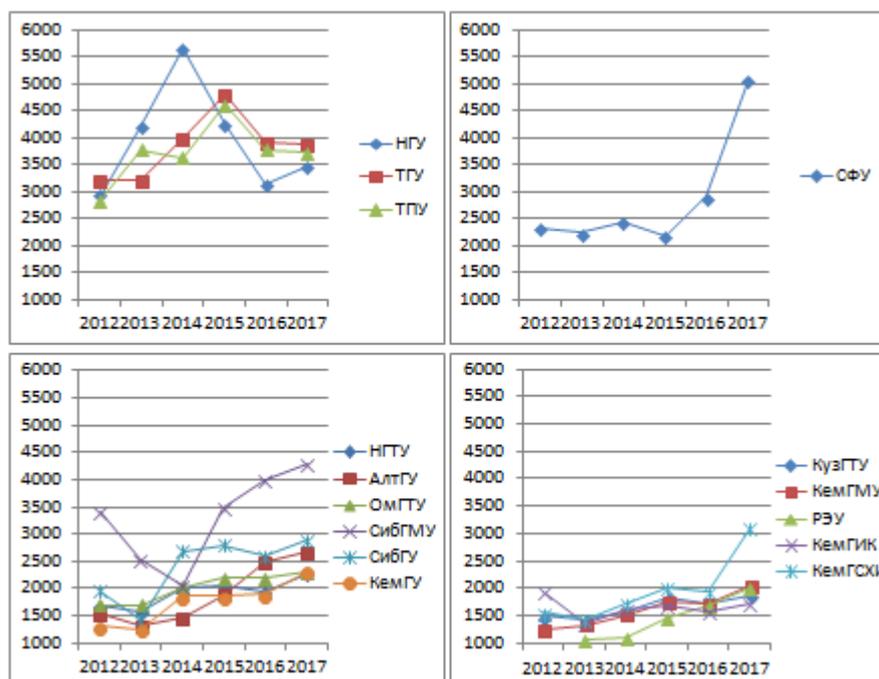


Рис. 1 Динамика показателя «финансово-экономическая деятельность» по группам вузов

\* *Источник: составлено автором на основе данных [7].*

**2. Образовательная деятельность.** Первая группа вузов (НИУ) за 6 лет нарастила образовательный потенциал (рис. 2): средний балл ЕГЭ равен примерно 77, прирост в районе 10 баллов. СФУ тоже нарастил, пусть и с колебаниями. Колебания может объяснить сложность заданий ЕГЭ в конкретном году (предположительно в 2014 по сравнению с 2013 годом задания усложнились, так как спад заметен на всех графиках). Опорные вузы демонстрируют разную динамику, существует разрыв: высокие баллы у медицинского (традиционно) и КемГУ, ниже – технические СибГУ и ОмГТУ (по точным наукам баллы всегда ниже, чем по гуманитарным), средний около 65. Вузы без статуса показывают разрывы еще больше. Высокие показатели у

отраслевых ведомственных КемГМУ и КемГИК, и они же показали прирост. У остальных балл не поднимается выше 60. Самые низкие – у сельскохозяйственного и технического.

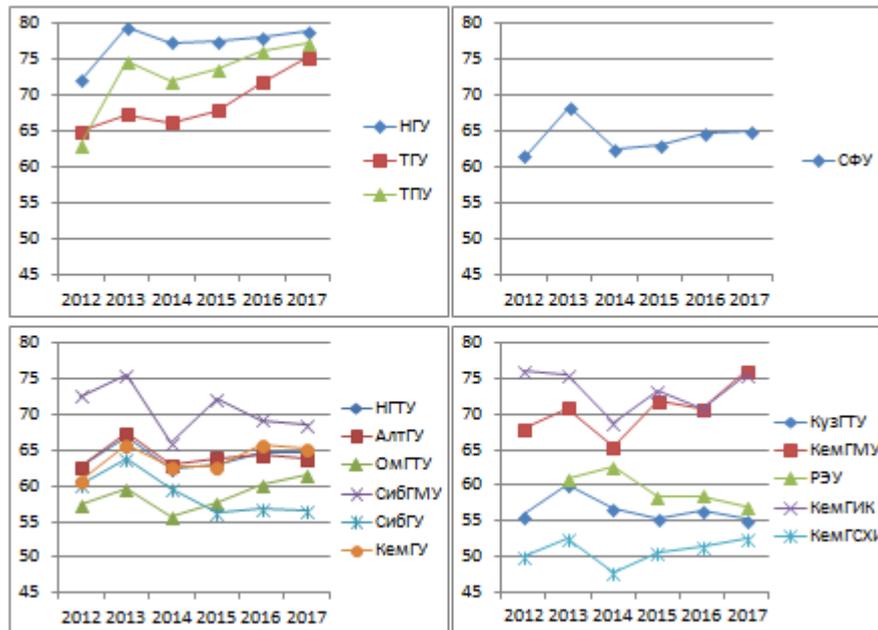


Рис. 2 Динамика показателя «образовательная деятельность» по группам вузов

\* *Источник: составлено автором на основе данных [7].*

**3. Научно-исследовательская деятельность.** НИУ демонстрируют эффект высокой базы и одновременно – предел роста: показатель в итоге тормозится (рис. 3). В СФУ сильный рост может быть связан с сокращениями, либо являться кратковременным. Опорные вузы, несмотря на колебания, в итоге нарастили исследовательский потенциал – увеличили объём НИОКР (кроме СибГУ – судя по показателям, объединение не пошло ему на пользу). К 2017 году разброс сильно сократился, средний показатель стал 200-300 тыс. руб. В обычных вузах он колеблется от 55 до 105 и не дает заметных приростов.

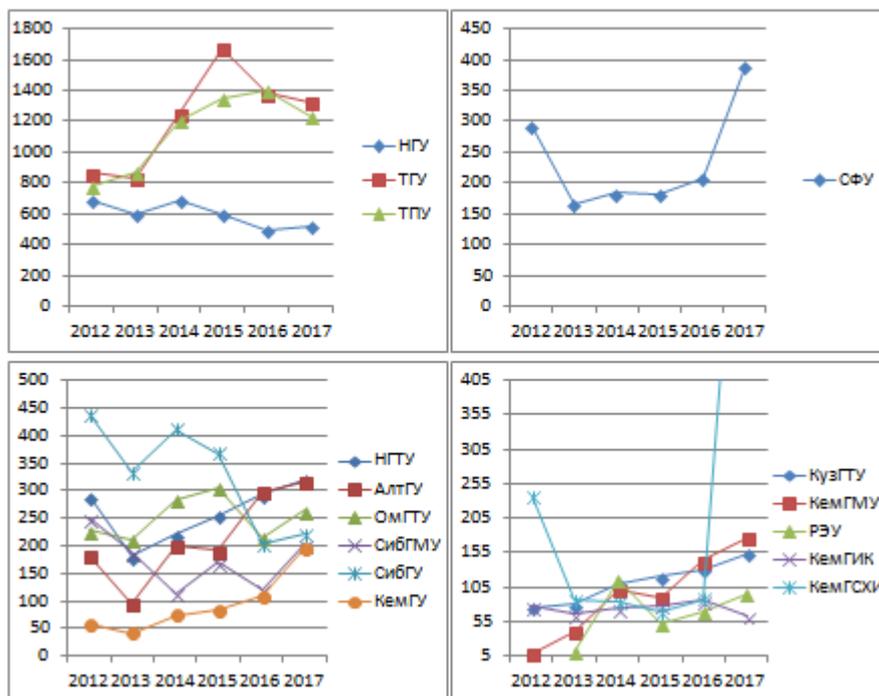


Рис. 3 Динамика показателя «научно-исследовательская деятельность» по группам вузов

\* *Источник: составлено автором на основе данных [7].*

**4. Международная деятельность.** НГУ показывает стабильность и академические традиции (рис. 4). В Томске после смены менеджмента произошел прирост иностранных студентов. В международной деятельности все опорные вузы показывают прирост, у технических ОмГТУ и НГТУ высокие показатели, у классических КемГУ и АлтГУ – низкие. У вузов без статуса процент иностранцев очень низок.

Стоит отметить, что за последний год у всех опорных вузов по показателям научно-исследовательской и финансово-экономической деятельности положительные приросты.

Можно сделать вывод, что у опорных университетов база пока не работает, рано говорить о влиянии статуса, так как он был присвоен только в 2016 (СибГУ, ОмГТУ) – 2017 (НГТУ, СибГМУ, КемГУ, АлтГУ) годах. Но по показателям видно, что вузы тянулись к этому статусу и вкладывали средства в развитие.

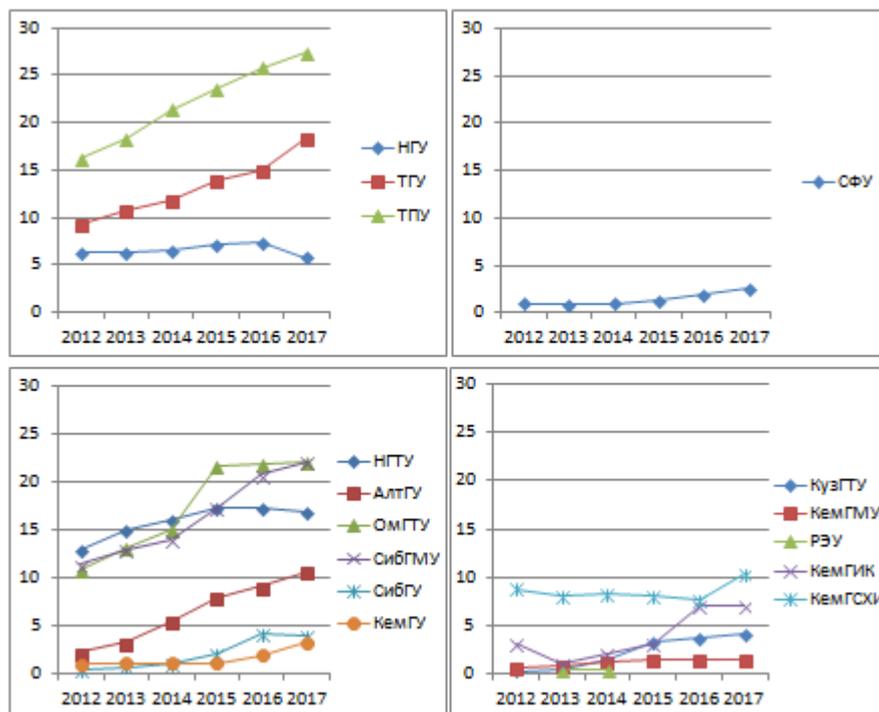


Рис. 4 Динамика показателя «международная деятельность» по группам вузов

\* *Источник: составлено автором на основе данных [7]*

Несмотря на то, что программы развития опорных университетов состоят из одинаковых разделов, они отличаются [10-15], и этим отличиям можно найти объяснения. Например, различия в параметре «роль вуза в регионе» и в стратегических целях обусловлены развитием в регионе отраслями (для АлтГУ - прикладные биотехнологии, биофармацевтическая, а также туризм (откуда в рамках международной деятельности цель «продвижение русского языка»); СибГУ – машиностроительная и аэрокосмическая промышленность, лесной комплекс). Они обусловлены и спецификой вузов: классические (КемГУ - лидер на региональном рынке высшего образования по политическим, биологическим, психологическим, компьютерным и информационным наукам, истории и археологии; из 17 специальностей по 9 КемГУ является единственным вузом в регионе), технические (НГТУ - участник реиндустриализации экономики региона, исследования в области естественных и технических наук; ОмГТУ интегрирован в промышленные кластеры нефтепереработки и нефтехимии) или отраслевые (медицинский – оказывает мед. услуги и входит в медицинские кластеры; аэрокосмический – центр ракетно-космической отрасли, осуществляет НИОКР для ГЧП-проектов). Различия в проведении преобразований по основным выделенным направлениям представлены в таблице 1.

Таблица 1

## Мероприятия по направлениям преобразования опорных университетов

Общие мероприятия	Индивидуальные
<i>1. Модернизация образовательной деятельности</i>	
выявление талантливых абитуриентов (мероприятия со школьниками); образовательные программы нового уровня; развитие практико-ориентированного обучения; дополнительное профессиональное образование и повышение квалификации.	НГТУ - привлечение представителей предприятий и организаций к разработке образовательных программ; КемГУ - «университет третьего возраста», краткосрочные курсы для административных кадров, молодежный кадровый резерв; СибГМУ – элитное медицинское образование, симуляционное оборудование и симуляционное обучение.
<i>2. Модернизация научно-исследовательской и инновационной деятельности, включая развитие инновационной экосистемы</i>	
стимулирование публикационной активности НПП; создание центров трансфера технологий, бизнес-инкубаторов; внедрение в региональную инновационную инфраструктуру; проекты по тематике регионального развития.	НГТУ - творческие научные коллективы для комплексного решения проблем развития региона; КемГУ – Центр по управлению интеллектуальной собственностью, Бюро переводов в университете, центр для внедрения беспилотных систем; СибГУ – НТТМ.
<i>3. Развитие кадрового потенциала</i>	
привлечение ведущих ученых; совершенствование подбора кадров; формирование кадрового резерва; совершенствование эффективного контракта; развитие академической мобильности; повышение квалификации преподавателей.	НГТУ - совершенствование системы привлечения молодежи в сферу образования; ОмГТУ – нормирование труда; СибГМУ - реинтеграция специалистов с уникальными компетенциями и т.д.
<i>4. Модернизация системы управления университетом</i>	
ребрендинг и позиционирование; изменения организационной структуры; мониторинг эффективности.	АлтГУ – механизмы опережающего самоконтроля; КемГУ – аутсорсинг непрофильных видов деятельности; СибГМУ - система проектно-ориентированного управления, технологичный бережливый производств; СибГУ - матричная структура управления для реализации мероприятий.
<i>5. Модернизация материально-технической базы и социально-культурной инфраструктуры</i>	
модернизация имеющихся лабораторий, создание новых; развитие материально-технической базы; закупка научного оборудования; создание комфортных условий для учебы, отдыха, спорта; ремонт помещений.	КемГУ – ввод в эксплуатацию помещений Центра помощи диким и экзотическим животным; СибГМУ - развитие уникального музейного комплекса.
<i>6. Развитие местных сообществ, городской и региональной среды</i>	
региональные проекты; волонтерские центры; социальное предпринимательство; развитие партнерства с органами власти.	КемГУ – создание регионального центра по предиктивной бизнес-аналитике; содействие трансформация моногородов; брендинг территории; формирование ТОСЭР; СибГМУ – молодежный проектный офис; популяризация ЗОЖ.

\* *Источник: составлено автором по [10-15].*

Также есть еще тенденции, которые объединяют ряд вузов и связаны друг с другом: организуются центры превосходства по приоритетным направлениям (АлтГУ, СибГМУ, СибГУ), проводятся всевозможные мероприятия по повышению доступности образования для лиц с ОВЗ (НГТУ, АлтГУ), внедряются инклюзивное образование и дистанционное обучение (КемГУ, СибГМУ, СибГУ), сетевые образовательные программы (НГТУ, СибГМУ), проводится реорганизация и создаются филиалы (КемГУ, СибГУ).

Таким образом, пока рано говорить о влиянии статуса «опорного» на эффективность деятельности вузов, но стоит отметить, что в целом они демонстрируют положительную динамику показателей и показывают долговременное стремление. Проводятся все необходимые мероприятия для достижения поставленных целей. Вузы отличаются своей спецификой, что во многом определяет индивидуальную траекторию их развития и соответственно развития региона (в зависимости от того, какие направления подготовки кадров и научной деятельности развиты, будут развиваться отрасли и сферы жизни).

#### **Список использованных источников:**

1. Матвеев В.В. Реформа высшего образования в России и перспективы трудоустройства молодых специалистов // Вестник удмуртского университета. Экономика и право. - 2014. - № 2. - С. 43-52 [Электронный ресурс] – Режим доступа: [http://en.vestnik.udsu.ru/files/originsl\\_articles/vuu\\_14\\_022\\_06.pdf](http://en.vestnik.udsu.ru/files/originsl_articles/vuu_14_022_06.pdf) (дата обращения: 18.01.2019)
2. Черданцев В.П. Реформирование российской системы высшего образования // Педагогические науки. - 2018. - № 1 (26). - С. 98-102 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/reformirovanie-rossiyskoy-sistemy-vysshego-obrazovaniya> (дата обращения: 18.01.2019)
3. Лейва М. В России стартовал второй этап реформы высшего образования в регионах [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rbc.ru/rbcfreenews/5d0bafdf9a794756393e3939b> (дата обращения: 10.06.2019)
4. Волков А., Ливанов Д. Зачем России сотня сильных региональных университетов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.vedomosti.ru/opinion/articles/2015/03/23/zachem-rossii-sotnya-silnih-regionalnih-universitetov> (дата обращения: 10.06.2019)
5. Проект Министерства образования и науки Российской Федерации «Опорные университеты» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://xn--b1agajcc1abgakngqbh6l.xn--p1ai/about> (дата обращения: 18.01.2019)
6. Официальный сайт «Опорные университеты России» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://flagshipuniversity.ntf.ru/project> (дата обращения: 18.01.2019)
7. Информационно-аналитические материалы по результатам проведения мониторинга эффективности деятельности образовательных организаций высшего образования // ГИВЦ Минобрнауки России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://indicators.miccedu.ru/monitoring/?m=vpo> (дата обращения: 15.02.2019)
8. Официальный сайт проекта «5-100» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.5top100.ru/> (дата обращения: 20.04.2019)
9. Софинансирование программ развития опорных университетов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://4science.ru/articles/Spisok-33-opornih-vuzov-Rossii> (дата обращения: 20.04.2019)

10. Программа развития Алтайского государственного университета на период 2017-2021 гг. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.asu.ru/files/documents/00019466.pdf> (дата обращения: 25.03.2019)
11. Программа развития Кемеровского государственного университета на период 2017-2021 гг. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://kemsu.ru/upload/university/reference-university/progr\\_razv.pdf](https://kemsu.ru/upload/university/reference-university/progr_razv.pdf) (дата обращения: 25.03.2019)
12. Программа развития Новосибирского государственного технического университета на период 2017-2021 гг. [Электронный ресурс] – Режим доступа: [https://www.nstu.ru/static\\_files/51386/file/NSTU\\_development\\_program\\_30\\_08-1.pdf](https://www.nstu.ru/static_files/51386/file/NSTU_development_program_30_08-1.pdf) (дата обращения: 25.03.2019)
13. Программа развития Омского государственного технического университета (2016) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.omgtu.ru/reference/program-support-of-the-university/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%8F%20%D0%9E%D0%BC%D0%93%D0%A2%D0%A3%20\(2\).pdf](https://www.omgtu.ru/reference/program-support-of-the-university/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%8F%20%D0%9E%D0%BC%D0%93%D0%A2%D0%A3%20(2).pdf) (дата обращения: 25.03.2019)
14. Программа развития Сибирского государственного аэрокосмического университета имени академика М. Ф. Решетнева (2016) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.sibsau.ru/sveden/document/Programma\\_razvitiya\\_dorozhnaya\\_karta\\_SibGU\\_im\\_M\\_F\\_Reshetneva](https://www.sibsau.ru/sveden/document/Programma_razvitiya_dorozhnaya_karta_SibGU_im_M_F_Reshetneva) (дата обращения: 25.03.2019)
15. Программа развития Сибирского государственного медицинского университета (2017) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.ssmu.ru/upload/files/additional/Programma\\_opornogo\\_vuza\\_final\\_file\\_786\\_3528\\_0\\_1222.pdf](http://www.ssmu.ru/upload/files/additional/Programma_opornogo_vuza_final_file_786_3528_0_1222.pdf) (дата обращения: 25.03.2019)

УДК 740

**РОЛЬ САМООЦЕНКИ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ  
ДОШКОЛЬНИКА И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ  
УСЛОВИЯ ЕЕ СТАНОВЛЕНИЯ**

Ульянова Инга Оскаровна,  
МБДОУ д/с № 4, г. Горячий Ключ

E-mail: inga.93@inbox.ru

***Аннотация.** В настоящей статье рассматриваются основные закономерности становления личности дошкольника, освещаются характерные черты поведения ребенка относительно степени его самооценки. Обосновывается взаимосвязь особенностей выражения самооценки у старших дошкольников и уровнем ее развития.*

***Abstract.** This article discusses the basic patterns of the formation of the personality of a preschooler; highlights the characteristics of the child's behavior regarding the degree of his self-esteem. The interrelation between the features of the expression of self-esteem in senior preschoolers and the level of its development is substantiated.*

***Ключевые слова:** старший дошкольный возраст, самооценка у дошкольников, развитие личности дошкольников.*

***Key words:** older preschool age, self-esteem among preschoolers, the development of the personality of preschool children.*

Термин «личность» в психологии выступает в двух понятиях: по мнению одних психологов, личностью является любой человек, который обладает сознанием. По мнению других психологов, личность – это человек, который только достиг определённой степени психического развития. Эта степень, как считает советский психолог Л.И. Божович, обусловлена тем, что в ходе процесса самопознания человек рассматривает и осознает самого себя как составную часть, которая имеет различия по сравнению с остальными людьми и характеризуется в концепции «Я» [3].

Степень такого психического становления характеризуется существованием у человека своих взглядов и образа мыслей, убеждений и принципов, которые делают его сравнительно жизнестойким и автономным от мнения окружающих. Соответственно человек, который является личностью, наделен, таким уровнем психического развития, который дает ему способность владеть своим психическим развитием, поведением и своей деятельностью [2].

Внутренняя сущность личности появляется и определяется не само из себя, а вследствие взаимосвязи с обществом, в котором оформляются

обусловленные личностные связи. И в зависимости от взаимоотношений ребенка с людьми, которые его окружают, обуславливается какими именно личностными качествами образуются у него [4].

Особый смысл для становления психики дошкольника имеет взаимодействие его с другими детьми. Положительные связи с другими дошкольниками помогают ребенку обрести чувство целостности и общности с ними. Если же эти взаимоотношения не образуются, тогда появляются чувства тревожности, настороженности или агрессии, что ведет к дальнейшей эмоциональной изоляции, желанию быть в одиночестве.

Выделяют одно из самых значительных условий становления личности дошкольника – игру. Игра является ведущей формой деятельности детей дошкольного возраста. При помощи игры у ребенка развиваются все стороны личности, возникает важнейшее преобразование в его психике, которое помогает перейти в новую, наиболее высокую степень его развития [8].

С появлением кризиса трех лет, возникает «система Я», которая направлена на раскрытие и установление своего Я. Вместе с «система Я» возникают и другие черты личности, одним их самых серьезных является самооценка и желание «быть хорошим».

В период дошкольного детства появляется новое общественно важное новообразование которое касается стремления соответствовать требованиям взрослого, желание быть признанным. Однако возникновение этого стремления является следствием затруднения внутренней жизни дошкольника. Во-первых ребенок рассчитывает действовать так, как хочет он, во-вторых ему необходимо соответствовать правилам взрослого, поэтому образуется важная черта дошкольного возраста – соподчинение мотивов [5].

Следовательно, в дошкольном возрасте появляются важнейшие продвижения связанные с мотивационной сферой, образуются новые виды деятельности и новые мотивы, возникает соподчинение мотивов и произвольных стимулов.

Формирование психики, становление личности относится к развитию самосознания, то есть осознание самого себя и отношения к себе как духовному, социальному и физическому существу.

По мнению советского психолога С.Л. Рубинштейна, движущий фактор развития самосознания — в «растущей реальной самостоятельности индивида, выражающейся в эволюции его отношений с другими». К 6 годам у ребенка наблюдаются наиболее значительные признаки самостоятельности, независимости от взрослых, взаимоотношения с окружающими становятся сложнее, в связи с чем происходит наиболее углубленное и расширенное осознание самого себя и своих достоинств и недостатков, как своих так и сверстников [4].

В это время берет свое развитие и самооценка, являющаяся существенной формой выражения самосознания. У шестилетнего ребенка самооценка в одной форме деятельности может различаться от его самооценки в других видах

деятельности. Оценивая свои успехи, например, в пении дошкольник может верно оценивать себя, в рисовании – переоценивать, в освоении грамотой – недооценивать и т.д. [1].

Ориентиры, которые используются ребенком при самооценке, в основном зависят от педагога, ведь по мнению Б.Г. Ананьева, оценочное мнение ребенка, «непрерывно переплетается с оценочными отношениями к нему со стороны товарищей и особенно воспитательницы». В зависимости от самооценки создается и уровень притязания, то есть уровень достижения, который как считает дошкольник, ему под силу. Можно отметить, что нахождение своего места в структуре связей со взрослым, самооценка ребенка, то есть понимание своих достижений и некоторых свойств, осознание своих переживаний, все это и является первоначальным типом осознания ребенком себя, проявляющееся к окончанию дошкольного возраста и является составной частью этого момента времени [5].

Характерными личностными характеристиками у детей от трех до шести лет выступают:

**Эгоцентризм.** Дошкольники, как правило, не способны посмотреть на объект со стороны другого человека, также эгоцентризм влияет не только на способ мышления, но и на характер взаимодействия ребенка с окружающими.

**Центрация.** Термин, который ввел Жан Пиаже для понимания установки сосредоточения внимания на какой-либо определенном моменте явления, предмета, события. В центре внимания оказывается только часть объекта, а не его целостный образ.

**Неумение сосредоточиться на изменениях объекта.** Дошкольники не имеют возможности усмотреть за изменениями объекта и его переходом в другое состояние. Дети способны сохранять в памяти лишь конкретные ситуации, не связанные с другими, при этом сам процесс преобразования от них ускользает.

**Необратимость мышления.** Этот термин также ввел Ж. Пиаже, который говорит о неспособности детей мысленно возвращаться к первоначальной точке своих соображений.

Нами было проведено исследование, в котором мы изучили уровень самооценки старших дошкольников. В процессе исследования были использованы две методики: методика «Нарисуй себя» (А. М. Прихожан и З. Василяускайте), методика «Лесенка» (В.Г. Щура).

По результатам проведенных исследований можно отметить: у 58 % детей – завышенная самооценка, у 33% - заниженная самооценка, а у 9 % - адекватно – позитивная самооценка.

Для большей части детей инструкция была ясна, что позволило сразу приступить к выполнению задания. Часть дошкольников столкнулись с проблемой того, как изображается «хороший» и «плохой» мальчик / девочка в методике «Нарисуй себя», также наблюдалась неполнота рисунка, некоторые важные детали отсутствовали. В методике «Лестница» некоторые дошкольники

не сразу поняли инструкцию, при вопросе на какую ступеньку тебя поставит мама, возникали паузы, менялся выбор ступеньки. У некоторых дошкольников прослеживалась состояние эмоционального напряжения, страх неверно выполнить рисунок.

Больше чем у половины детей прослеживалась завышенная самооценка, что является свидетельством того, что эти дети переоценивают себя, и подчеркивают только положительные свои черты, обладая долей самоуверенности. Меньше чем у половины дошкольников была отмечена заниженная самооценка, что говорит о том, что у этих детей прослеживается недооценка себя в сравнении с тем, кем они являются в реальной жизни, замечая в себе в целом только отрицательные стороны. И только у небольшого количества дошкольников отмечалась адекватно – позитивная самооценка, соответственно представление этих детей о себе соответствует реальной картине, собственное мнение подобно тому, кем он является в действительности.

Можно прийти к заключению о том, что самооценка у дошкольников шестилетнего возраста в большей части была связана с оценками родителей и педагогов. Это является следствием растущей к окончанию дошкольного возраста склонностью ребенка к согласию, коммуникации и к единству своего отношения и оценки с внешним миром с оценкой и отношением взрослого. В процессе анализа было выявлено, что у большого количества дошкольников степень их самооценки не отвечает тому, как они себя ведут. Некоторые испытуемые с завышенной самооценкой принимали роль ведомого, в то время как дети с заниженной самооценкой во время игры брали на себя роль лидера среди сверстников.

Отсюда следует, что, данной исследование демонстрирует, что между характерными чертами выражения самооценки у детей старшего дошкольного возраста и уровнем ее развития существует определенная обусловленность.

#### **Список использованных источников:**

1. Белобрыкина О.А. Психологическая диагностика самооценки детей старшего дошкольного возраста. Методическое пособие по курсу «Основы психодиагностики» для студентов психологических факультетов и практических психологов образовательных учреждений. – Новосибирск: ГЦРО, 2000. – 132 с.
2. Болотова А.К. Развитие самосознания личности: временной аспект // Вопросы психологии. – 2006. – № 2. – С. 116-125.
3. Волков Б.С. Дошкольная психология: психическое развитие от рождения до школы: учебное пособие для вузов / Б.С. Волков, Н.В. Волкова. – Изд. 5-е, перераб. и доп. – М.: Академический Проект, 2007. – 287 с. (Gaudemus).
4. Гармаева Т.В. Особенности эмоциональной сферы и самосознания в контексте становления личности дошкольника // Психолог в детском саду. – 2004. – № 2. – С. 103-111.

5. Деркач А.А. Самооценка как структурообразующая процесса акмеологического развития // Мир психологии. – 2005. – № 3. – С. 139-146.

6. Зинько Е.В. Соотношение характеристик самооценки и уровня притязаний. Часть 1. Самооценка и ее параметры // Психологический журнал. – 2006. – Том 27. – № 3. – С. 18-30.

7. Немов Р.С. Психология: учеб. для студентов выс. пед. учеб. Заведений: В 3 кн. – Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1998. – 632 с.

8. Психология самосознания. Хрестоматия / Под ред. Райгородского. – Самара: Издательский ДОМ «БАХРАХ». – 2000. – 672 с.

9. Урунтаева Г.А. Детская психология: учебник для студ. учеб. заведений / Г.А. Урунтаева. – 6-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.

УДК 378.046.2

## ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ В ВУЗЕ

*Шукишина Ирина Вадимовна,  
Новосибирский государственный медицинский  
университет, г. Новосибирск*

*E-mail: shukshinaiv@yandex.ru*

*Иванчиков Михаил Александрович,  
Новосибирский государственный университет экономики  
и управления «НИИХ», г. Новосибирск*

*E-mail: ivanchikov.mihail@mail.ru*

*Самсонова Евгения Андреевна,  
Сибирский институт управления – филиал  
РАНХиГС, г. Новосибирск*

*E-mail: zheka-lyzhi@mail.ru*

*Самсонов Андрей Юрьевич,  
Сибирский институт управления – филиал  
РАНХиГС, г. Новосибирск*

*E-mail: sea3005@ngs.ru*

**Аннотация.** В современном мире вновь стало популярно вести здоровый образ жизни, активно участвовать в спортивно-массовых мероприятиях, вести блоги о правильном питании и тренировках. Двигательная активность и правильное рациональное питание принято относить к элементам повседневного поведения, формирующего здоровье человека, формирование человека как личности. Вся инфраструктура питания нацелена на молодежь, появляются новые теории по питанию, новые тенденции, питание как мода, культура питания и показатели здоровья. Рассматривая пищевое поведение студентов были сделаны акценты на следующие аспекты - режим питания, пристрастия в питании и эмоциональный фон в питании.

**Abstract.** In the modern world it became popular to lead a healthy lifestyle again, to participate actively in sports and mass actions, to have blogs about healthy nutrition and trainings. Physical activity and the healthy balanced diet it is accepted to carry to elements of the daily behavior creating human health, forming of the person as persons. All infrastructure of a power supply is aimed at youth, new theories on a power supply, new trends, a power supply as a mode, the culture of a power

*supply and indicators of health appear. Considering food behavior of students emphases on the following aspects were placed: a diet, addictions in a power supply and an emotional background in a power supply.*

**Ключевые слова:** студенты, питание, режим, монопитание, мясоедство, вегетарианство.

**Key words:** students, food, mode, monofood, meat eating, vegetarianism.

Здоровый образ жизни – это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек. Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического, политического и военного характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья [2]. В настоящее время общепризнано, что питание является одним из главных факторов, определяющим здоровье человека. Массовые обследования, регулярно проводимые лабораторией витаминов и минеральных веществ Института питания РАМН, свидетельствуют о крайне недостаточном потреблении микронутриентов, дефицит которых является наиболее распространенным и одновременно наиболее опасным для здоровья нарушением питания у значительной части россиян [3].

Вопросами влияния рационального правильного питания на организм занимались еще врачи древности – Гипократ, Гален, Авиценна, А.Кротонский и другие. С 1990-х годов по настоящее время вопросами питания занимаются многие ученые и исследователи: Брехман И.И., Уголев А.М., Тутельян В.А., Суханов Б.П., Австриевских А.Н., Познявский В.М., Bulik С.М., Devlin В., Vasanu S.A., Connan F., Campbell I.C., Katzman M. и другие.

Студенческий стиль жизни значительно отличается от здорового образа жизни. Объясняется это высоким темпом жизни, высокими требованиями к молодому поколению, созданием стрессовой атмосферы (к эмоциональным выплескам), провоцированием бессонницы или недосыпанием, снижением двигательной активности, нарушением рационального режима дня, культурой питания и ее приемов. Молодежь интересуется, пробует, часто используя за основу здоровья модные тенденции. Адаптация к студенческому стилю жизни – это сложный механизм, который срабатывает в тот момент, когда организм человека оказывается в новых условиях жизни. В зависимости от продолжительности периода адаптации последующие показатели жизни, обучения и работы будут качественнее и успешнее.

Целью исследования является определить типы пищевого поведения и их изменения в период адаптации обучающихся, поступивших на первый курс.

В данной статье рассматриваются проблемы изменения питания студентов, обучающихся на 1 курсах, сделана попытка рассмотрения причин и проблем изменения питания в период адаптации в вузе.

Пищевое поведение включает в себя очень много аспектов, одним из

самых выраженных является эмоциогенность, которая прямо влияет на пищевое поведение студентов.

Студенческая жизнь меняет режим дня, тип питания, двигательную активность и т.д. Из-за нового образа жизни (в частности, вдали от родителей) студенты 1 курсов порой вынуждены экспериментировать с приемами пищи (перекусы, еда всухомятку, злоупотребление энергетиков, а также частота приемов пищи от 1 до 6 раз в день), режимом дня (подработки, ночные смены или учеба, досуг вечерне-ночной и т.д.), типами питания (фаст-фуд, сетевое питание, мясоедение, веганство, сыроедение, фруктоедение, аювердическое питание, питание по группе крови, солнцеедение, всеядение, спортивное питание, жидкое питание, диетическое питание и т.д.). При этом ни одна система питания не имеет абсолютно надежного результата, у каждой системы есть свои положительные и отрицательные стороны. К отрицательным сторонам различных режимов питания относятся: нарушение процессов обмена веществ в организме, нарушение процессов пищеварения и желудочно-кишечного тракта в целом, ослабление иммунитета, возникновение различных хронических заболеваний, нарушение питательных веществ (изменение покровов кожи и волос). Так, к примеру, избыточное питание является частой причиной щитовидных, эндокринных заболеваний и гормональных сбоев, приводящих к ожирению; заболеваний органов кровообращения и сердечно-сосудистые заболевания, атеросклероза, сахарного диабета, замедление роста, онкологические заболевания и т.д.

Отрицательные стороны питания формируются по двум типам нарушения питания. Первый связан с ограниченностью ассортимента продуктов и дефицитом в пище необходимых структурных, энергетических и биологически активных веществ (белки, жиры, углеводы, витамины, минералы и др.). Второй — прежде всего с неумением правильно питаться, с отсутствием элементарных знаний и культуры питания [1; 5].

Необходимость правильного питания в студенчестве можно обосновать следующими факторами:

- обеспечение энергией всего молодого организма для полноценной учебной, трудовой деятельности;
- обновление клеток и тканей в организме, за счет потребления БЖУ, а также витаминно-минеральных комплексов, самих витаминов и минеральных солей;
- обеспечение полноценного функционирования и обмена веществ в организме;
- повышение сопротивляемости организма к внешним факторам окружающей среды и полноценного функционирования иммунной системы, защитной функции к болезням, вирусам и инфекциям;
- выработка гормонов и ферментов и т.д.

При определении типа питания необходимо учитывать физиологические потребности, пол, место проживания, характер и специфику труда и обучения, экологическую обстановку, ежедневную двигательную активность и отдых.

Важная роль в поддержании и укреплении здоровья студентов

принадлежит рациональному питанию, в основе которого лежит баланс энергии и пищевых веществ, потребляемых и расходуемых организмом в течение определенного отрезка времени [4].

На базах СИУ-РАНХиГС и НГМУ были изучены пищевое поведение (пристрастия в еде) обучающихся способом анкетирования. Так среди студентов СИУ/НГМУ, из 199 опрошенных в приоритете употребление традиционного (смешанного) питания 159 обучающихся (68%).

По результатам 1 семестра было выявлено следующее (с вышеуказанными причинами):

- отдельно питаться стали - 0 обучающихся;
- питаться по вегетарианской системе - 8 человек (4%);
- монопитанием или диетическим питанием увлекаются - 0 обучающихся;
- сетевое питание (GL, NL) в ходе анкетирования не выявлено, но студенты периодически используют продукцию сетевого маркетинга в пищу (хотя не считают его таковым);
- спортивное питание и фаст-фуд придерживаются одинаковое количество студентов по 12 студентов (по 6%);
- мясоедством стали увлекаться 32 обучающихся (16%).

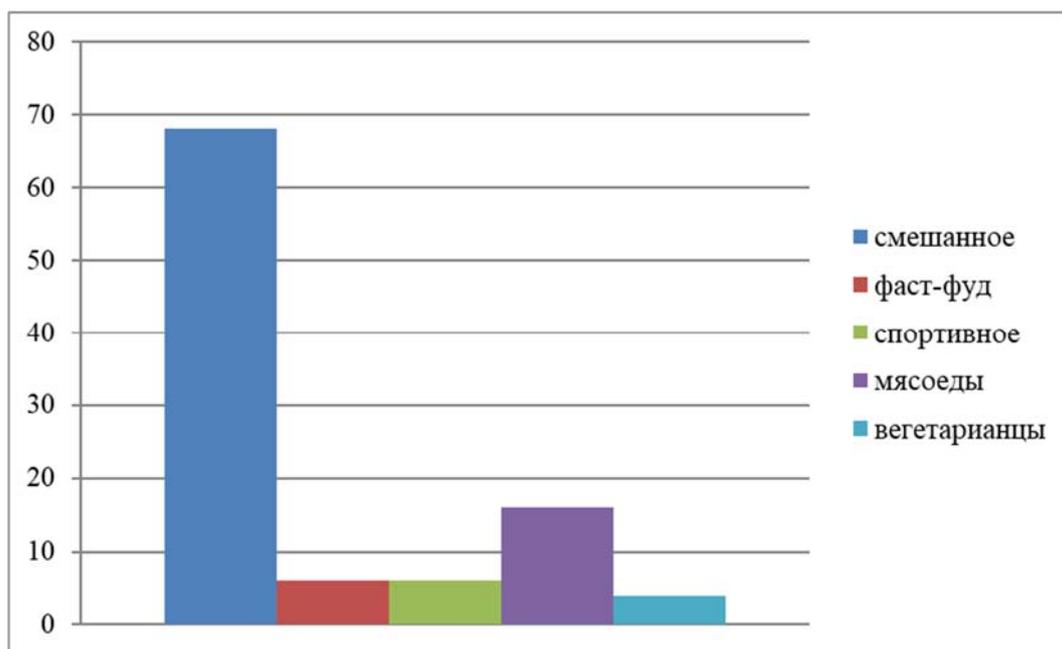


Рис. 1 Типы питания, актуальные после обучения первого семестра  
Анкетированием были выявлены нарушения в режиме питания (табл.1).

Таблица 1

## Пристрастия в режиме питания

	смешанные	мясоеды	вегетарианцы
завтрак	109	22	6
обед	69	10	3
перекусы	137	27	7
ужин	159	32	8

Представленные данные в таблице 1 свидетельствуют о неполноценном питании, несбалансированном рационе, около 31% из обучающихся со смешанным типом питания пропускают завтраки, что говорит о неполноценном завтраке, что в дальнейшем влияет на умственную, физическую и продуктивную работоспособность обучающихся. Помимо этого около 43% пропускают обеды, в лучшем случае заменяя эти приемы пищи перекусами, последствия такого питания могут быть серьезными, систематический отказ от приема пищи (на завтрак и обед) приведет к снижению сопротивляемости организма к внешним факторам (иммунитет снижается), падению веса, понижению работоспособности, к нервным расстройствам и т.д. Среди мясоедов и вегетарианцев прослеживается аналогичная тенденция, что и у смешанного типа.

Полученные данные позволили сделать следующие выводы:

- пищевое поведение студентов в период адаптации в вузе изменчиво: меняются условия, предпочтения, возможности и режим питания;
- рацион питания студентами не соблюдается, следовательно, не соответствует физиологическим потребностям в энергии, витаминах и минералах;
- не соблюдается режим питания (завтрак, обед, ужин), основное питание происходит вечером (ужин), когда организм уже истощен и многие органы уже перестают по биологическим часам функционировать, что приводит к сбоям в обмене веществ.

Из всего вышеперечисленного можно сделать вывод, что этап адаптации в вузе сложен для студентов и имеет своеобразный отрицательный эффект, который влияет в том числе и на пищевое поведение, показатели здоровья, психику и дальнейшее становление здорового члена общества.

**Список используемых источников:**

1. Балыкова О.П., Цыбусов А.П., Блинов Д.С., Чернова Н.Н., Ляпина С.А. Исследование культуры питания студентов вузов – одного из факторов формирования здоровья [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-kultury-pitaniya-studentov-vuzov-odnogo-iz-faktorov-formirovaniya-zdorovya> (дата обращения: 31.05.2019)
2. Здоровый образ жизни, ЗОЖ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.zdorovajaplaneta.ru/zdorovyj-obraz-zhizni-zozh/> (дата обращения: 06.05.2019)
3. Косенко Т.А. Проблемы здорового питания и формирование здорового образа жизни [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://scienceforum.ru/2016/article/2016025694> (дата обращения: 06.05.2019)
4. Копылова Н.Г., Шолохова Т.Н. Актуальные вопросы организации питания школьников и студентов ВУЗа // Молодой ученый. - 2016. - №8.4. - С. 23-26 [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/112/28562/> (дата обращения: 01.06.2019)
5. Тутельян В.А. Гигиена питания: современные проблемы / В.А. Тутельян // Здравоохранение Российской Федерации. - 2008. - № 1. - С. 8-9.

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

*Международный научный рецензируемый журнал*

Выпуск № 6 / 2019

Подписано в печать 15.06.2019

*Рабочая группа по выпуску журнала*

Главный редактор: Барышов Д.А.

Верстка: Сятынова А.В.

Корректор: Хворостова О.Е.

Издано при поддержке

Научного объединения

«Вертикаль Знаний»

Россия, г. Казань

**Научное объединение «Вертикаль Знаний»** приглашает к сотрудничеству студентов, магистрантов, аспирантов, докторантов, а также других лиц, занимающихся научными исследованиями, опубликовать рукописи в электронном журнале **«Образовательный процесс»**.

Контакты:

Телефон: +7 965 585-93-56

E-mail: [nauka@znanie-kzn.ru](mailto:nauka@znanie-kzn.ru)

Сайт: <https://znanie-kazan.ru/>

