

ПРОЕКТНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ИЗУЧЕНИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН Слепенкова Евгения Александровна, Лебедева Ирина Владимировна.....	265
КЛИПОВОЕ МЫШЛЕНИЕ VS ОБРАЗОВАНИЕ. КТО ВИНОВАТ И ЧТО ДЕЛАТЬ? Старицына Ольга Александровна.....	270
ПОНЯТИЕ СПЛОЧЕННОСТИ КОЛЛЕКТИВА В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ Сундеева Людмила Александровна, Рахимова Зарина Фанисовна.....	275
ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЙ ПРАКТИКУМ ПО ФИЗИКЕ КАК СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ РЕШЕНИЮ ЗАДАЧ (УГЛУБЛЕННЫЙ УРОВЕНЬ) Тищенко Людмила Викторовна.....	279
РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ В КОНТЕКСТЕ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ Блинов Леонид Викторович, Тютюсова Елена Вячеславовна.....	287
СОСТАВ И СТРУКТУРА ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩЕГО СОТРУДНИКА ФСИН РОССИИ Улндсева Наталия Ивановна.....	290
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ И ТОЛЕРАНТНОСТИ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ПРОЕКТНОЙ МЕТОДИКИ) Фролова Марина Ивановна.....	294
ОПЫТ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ПОДГОТОВКИ ВОЖАТЫХ ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЕЙ Харченко Светлана Альбертовна.....	298
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ВЫПУСКНИКА ВУЗА КАК МОЛОДОГО СПЕЦИАЛИСТА НА РЫНКЕ ТРУДА Хорева Анна Вячеславовна.....	302
ИГРЫ С ПРАВИЛАМИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ДРУЖЕСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ДЕТЕЙ СЕДЬМОГО ГОДА ЖИЗНИ Шинкарёва Надежда Алексеевна, Цветарных Марина Александровна.....	311
РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ И УЧЕБА В ВУЗЕ: КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ? (НА ПРИМЕРЕ СТРУКТУРЫ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВГУЭС) Шеметова Елена Васильевна, Фоминых Ирина Леонидовна.....	315
К ВОПРОСУ О ПРИМЕНЕНИИ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО КОНТРОЛЯ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ СТУДЕНТОВ НЕЯЗЫКОВЫХ НАПРАВЛЕНИЙ Шилова Светлана Алексеевна.....	319
РЕАЛИЗАЦИЯ ИСТОРИКО-БИОГРАФИЧЕСКОГО ПОДХОДА В ПРЕПОДАВАНИИ ФИЗИКИ СРЕДСТВАМИ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ Шурыгин Виктор Юрьевич, Краснова Любовь Алексеевна.....	323
<i>психологические науки</i>	
ОСОБЕННОСТИ ПОЛОРОЛЕВОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У ЖЕНЩИН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА Адамова Татьяна Васильевна.....	328
МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ОСОБЕННОСТИ ЕЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ Амбалова Светлана Алексеевна.....	331
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ Баженова Наталья Геннадьевна, Орлова Наталия Михайловна, Окунева Наталья Витальевна.....	335
К ВОПРОСУ О ГЕНДЕРНОЙ САМОИДЕНТИФИКАЦИИ СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОГО ПРАВООЩИТНОГО ДИСКУРСА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ Балашова Елена Сергеевна, Богачева Анна Валерьевна, Кочеганова Полина Петровна.....	339
АДАПТИВНЫЙ РЕСУРС АЭРОБНОГО ТРЕНИНГА В КОРРЕКЦИИ СЛУХОВОГО ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ С ОБРАТИМЫМИ НАРУШЕНИЯМИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ Белоусова Наталья Анатольевна, Мальцев Виктор Петрович, Семченко Антон Александрович.....	343
ВЛИЯНИЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ НА ВЫСТРАИВАНИЕ ВЗАИМНЫХ КОММУНИКАЦИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА Попрядухина Наталья Григорьевна, Бубчикова Наталья Владимировна.....	347

УДК 378.17

**РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ И УЧЕБА В ВУЗЕ: КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ?
(НА ПРИМЕРЕ СТРУКТУРЫ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВГУЭС)**

© 2018

Шеметова Елена Васильевна, старший преподаватель кафедры «Туризма и экологии»
Фоминых Ирина Леонидовна, старший преподаватель кафедры «Туризма и экологии»
Владивостокский государственный университет экономики и сервиса
(690014, Россия, Владивосток, ул. Гоголя, 41, e-mail: irina.fominykh@vvsu.ru)

Аннотация. В статье представлены результаты исследования питания студентов Владивостокского государственного университета экономики и сервиса (г. Владивосток). Проблема питания сегодня актуальна для всех слоев населения, в том числе для учащихся всех уровней образования. Известно, что состояние здоровья населения непосредственно связано с нарушением принципов рационального питания. Для анализа характера питания студентов была разработана анкета, содержащая 22 вопроса. Анкетирование более 500 респондентов показало, что 3 раза в день питается только 35 % студентов, больше 50 % не имеют возможности соблюдать режим питания. Проанализировано потребление основных продуктов питания: около 40 % употребляют белковые продукты (мясо, рыбу, молоко) 1–2 раза в неделю, около 20 % респондентов вовсе не употребляют рыбу и молоко, или делают это очень редко. Ежедневное употребление фруктов могут позволить себе более 30 % и овощей 39 % респондентов. Проведен анализ состава дневного рациона студентов и качества ассортимента блюд, включаемых в меню завтрака, обеда и ужина. Для большинства студентов процесс принятия пищи сводится к физиологической потребности организма, который занимает не более 20 минут. Респонденты указали, что стараются следить за своим рационом по мере возможности, а основными причинами, мешающими им это делать, называют отсутствие времени и ограниченные материальные возможности. Более 70 % респондентов обращают внимание на органолептические свойства блюд и только потом на полезные свойства. По результатам исследования был предложен ряд рекомендаций, направленных на совершенствование качества питания студентов.

Ключевые слова: питание, здоровье, заболеваемость, образ жизни, студенты, питание студентов, характер питания, структура питания, режим питания, пищевой рацион, потребление, продукты питания, Приморский край, анкетный опрос.

**RATIONAL NUTRITION AND HIGHER EDUCATION: HOW TO KEEP THE STUDENTS' HEALTH?
(EVIDENCE FROM VLADIVOSTOK STATE UNIVERSITY OF ECONOMICS
AND SERVICE' FOOD PATTERNS)**

© 2018

Shemetova Elena Vasilievna, senior lecturer of Tourism and Ecology Department
Fominykh Irina Leonidovna, senior lecturer of Tourism and Ecology Department
Vladivostok State University of Economics and Service
(690014, Russia, Vladivostok, Gogolya street, 41, e-mail: irina.fominykh@vvsu.ru)

Abstract. The article presents the results of the research of student nutrition in Vladivostok State University of Economics and Service. Nutrition problem is relevant for all segments of the population, including students of all levels. It is well known, that the people's health conditions are directly related to the breakage of the prudent nutrition principles. The survey with 22 questions was developed to analyze student nutrition principles. Study, which covered more than 500 respondents, showed that only 35% of students eat three times a day, more than 50 % of students don't have a possibility to follow the dietary regime principles. Consumption of major food products was researched: nearly 40 % of respondents consume protein-containing products (meat, fish, milk) 1–2 times a week, nearly 20 % of respondents don't consume fish and milk altogether or consume them occasionally. Daily consumption of fruits is possible for 30 % of respondents, daily consumption of vegetables is possible for 39 % of respondents. A study was carried out to analyze the composition of the student's daily ration and the quality of the meals assortment for breakfast, dinner and supper. Process of food consumption for the majority of students comes down to the body's physiological requirements and lasts no longer than 20 minutes. Respondents pointed out, that they try to take care of their food ration whenever possible, and the main reasons holding them back from doing so are the lack of time and restricted finances. More than 70 % of respondents pay attention to the perceptible properties of their meals before evaluating its health properties. A set of proposals was suggested in accordance with the study's results in order to improve the quality of student nutrition.

Keywords: nutrition, health, morbidity, lifestyle, students, student nutrition, nutrition principles, food patterns, dietary regime, food ration, consumption, food products, Primorsky Krai, questionnaire survey.

Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами. Из всех факторов, оказывающих воздействие на организм человека, на наш взгляд, наиболее важным является питание. Оно обеспечивает физическую и умственную работоспособность, влияет на здоровье и продолжительность жизни. Нарушения в питании неизбежно приводят к дисфункциям желудочно-кишечной, сердечно-сосудистой систем, онкологии и нарушению обмена веществ [1]. И именно у современной молодежи питание является одним из ведущих социальных рисков [2].

Анализ последних исследований и публикаций. Структура, характер и качество питания, знание и соблюдение правил рационального питания оказывают большое влияние на уровень заболеваемости и смертности населения [3].

В настоящее время только у незначительной части населения России питание может считаться рациональным и сбалансированным. Многочисленные исследования фактического питания населения показывают, что в

рационе преобладают жиры животного происхождения, ощущается недостаток пищевых волокон, витаминов (группы В, Е и др.), макроэлементов (Са и др.), микроэлементов (Fe, I, Se, Zn и др.) [4]. Меньше всего рацион обеспечен витамином С, дефицит которого выявляется у 80–90 % населения. Также серьезный дефицит обнаружен в отношении витаминов В1, В2, В6, фолиевой кислоты (у 40–80 % населения), недостаток каротина также отмечается более, чем у 40 % населения [5]. Население всех возрастов употребляет продукты с высоким содержанием моно- и дисахаров. Все это приводит к избыточной массе тела, которую, по данным некоторых источников, в отдельных регионах имеют до 30 % мужчин, 50 % женщин и свыше 10 % детей и подростков [6]. Так, в период с 2010 по 2016 гг. в РФ отмечается рост числа пациентов с диагнозом, установленным впервые в жизни, по болезням органов пищеварения – на 9,4 %, по болезням эндокринной системы и нарушения обмена веществ – на 39,4 %, заболеваемость сахарным диабетом увеличилась почти на 5%, а ожирением больше, чем в 2

раза [рассчитано по 7]. Заболеваемость органами пищеварения в структуре общей заболеваемости населения в 2016 г. по РФ составляет 4,5 %, по Приморскому краю – 2,7 % [рассчитано по 7–9].

В настоящее время в нашем государстве уделяется достаточно внимания качеству питания детей в детских садах и школах. Питание же, студентов, практически не регламентируется [10]. В Федеральном законе от 29.12.2013 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» указывается, что организация питания обучающихся возлагается на организации, осуществляющие образовательную деятельность, а в расписании занятий должны предусматриваться перерывы для питания обучающихся [11].

Для студентов высших учебных заведений проблемы качества и структуры пищевого рациона очень актуальна. Студенческая молодежь является наиболее уязвимой социальной группой, поэтому контроль правильного питания студента является актуальной проблемой и требует серьезного изучения [12].

Достаточно давно установлено, что для того, человеческий организм адекватно реагировал на различные негативные факторы и нормально функционировал, необходимо регулярное рациональное питание. И студенты должны рассматриваться как профессионально-производственная группа населения определенной возрастной категории, объединенная специфическими особенностями труда и условиями жизни. В соответствии с физиологическими рекомендациями энергетическая потребность студентов-мужчин оценена в пределах 10 МДж (2585 ккал), студенток – 10.2 МДж (2434,5 ккал) [13].

В Приморском крае, согласно статистическим данным в 2016–2017 учебном году обучалось 51396 студентов, что составляет около 3 % общей численности населения региона. И с 2012–2013 учебного года численность студентов сократилась на 33 % [рассчитано по 14; 15].

Формирование цели статьи. Целью настоящего исследования является анализ организации и структуры питания студентов, выявление проблем и поиск потенциальных возможностей совершенствования услуг питания в вузах.

Изложение основного материала исследования с полным обоснованием полученных научных результатов. В анкетировании по данной теме, проходившем в два этапа, в 2008 г. и 2018 г. в г. Владивостоке приняли участие 520 студентов Владивостокского государственного университета экономики и сервиса очной формы обучения. Результаты социологического исследования были получены с помощью пакета прикладных программ Excel.

Для исследования респондентов была разработана анкета, содержащая 22 вопроса, 80 процентов из них – закрытые. Распределение по возрасту произошло следующим образом: доля студентов в возрасте 17–20 лет составила 65 процентов и соответственно 35 процентов – в возрасте 21–25 лет. 84 % респондентов – девушки и соответственно 16 % – молодые люди, т. к. опрос проводился преимущественно среди студентов гуманитарных специальностей.

Согласно полученным данным за исследуемый период с 2008 по 2018 гг., в дальнейшем (2008г./2018г.) можно констатировать, что 30 % (2008г.) и 21 % (2018г.) студентов принимают пищу только два раза в день, от 34 % до 37 % принимают пищу три раза в день, 19/29 % питаются более трех раз в день, 12/10 % не смогли точно определить частоту приемов пищи в день и 5/4 % питаются полноценно преимущественно один раз в день.

На вопрос: «Вы соблюдаете режим питания (т.е. ежедневное 3-х разовое потребление пищи в одно и тоже время)», – да, по мере возможности ответили 20/43 %, не имеют такой возможности абсолютное большинство студентов 69/45 %, 8/10 % не считают соблюдение режима питания важным.

Однако в результате продолжительного нарушения

полноценного, сбалансированного питания может возникнуть болезненное (патологическое) состояние от недостатка поступающей с пищей энергии и пищевых веществ и которое в медицинской практике называют расстройством питания организма.

Особого внимания заслуживает анализ потребления белковых продуктов – рисунок 1.

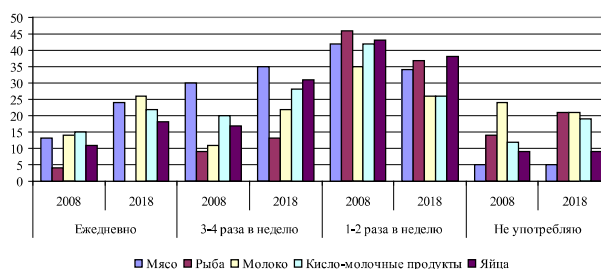


Рисунок 1 - Динамика потребления студентами белковых продуктов, в процентах

Ежедневное потребление мяса за исследуемый период увеличилось на 11 % (абсолютное большинство опрошенных студентов 42% в 2008 г. и 34 % в 2018 г. потребляют данный продукт 1–2 раза в неделю), молока на 8%, кисломолочных продуктов и яиц на 7 %. Редким продуктом на столе студентов является рыба (ежедневно потребляют данный продукт только 4 % в 2008 г. и 0 % в 2018 г), большинство студентов потребляют рыбу 1–2 раза в неделю (46/37 %). Настораживает тот факт, что около 20 % не употребляют рыбу вовсе, либо потребляют ее очень редко (не чаще 1 раза в месяц), несмотря на то, что этот показатель вырос за исследуемый период на 9 %. Аналогичная ситуация прослеживается с потреблением молока – не потребляют данный продукт вообще 24/21 %, крайне редко – 16/6 %.

Далее рассмотрим частоту потребления углеводовсодержащих продуктов – рисунок 2.

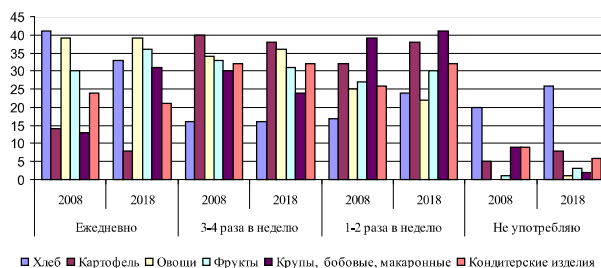


Рисунок 2 - Динамика потребления студентами углеводных продуктов, в процентах

Заслуживает внимания тот факт, что 30 % в 2008 г. и 36 % в 2018 г. потребляют фрукты ежедневно, однако 3 % студентов не могут позволить себе данную продукцию вовсе. Практически на прежнем уровне осталось потребление овощей – 39 %, кондитерских изделий – 24 %, а ежедневное употребление хлеба сократилось на 8 %.

Несмотря на то, что хлеб употребляет почти половина опрошенных студентов, 42–46 % потребляют хлебобулочную продукцию крайне редко и основная доля в ней – сдобная выпечка.

В работе также рассматривались и особенности режима питания студентов. На вопрос: «Где Вы завтракаете?», 58/60 % студентов ответили, что делают это дома; на учебе (работе) завтракают 20 %; в общежитии – 12/9 % соответственно годам исследования; 10 % студентов не завтракают вообще, а остальные делают это от случая к случаю. Обедают же преимущественно на учебе (работе) – 68/64 %; дома по 29 % и 23 % соответ-

ственно; остальные студенты обедают там, где есть возможность, либо не обедают вовсе. Ужинают студенты преимущественно дома (77 и 64 %).

Традиционный завтрак современных студентов включает: чай (кофе) и бутерброд – 47 % в 2008 г. и 40 % в 2018 г., кашу – 20/39 %, йогурт – 18 %, а 24/26 % ограничиваются только чашкой чая или кофе.

Следует отметить, что, только около 10 % студентов за исследуемый период употребляли ежедневно первое блюдо, не более 15 % обедают комплексно (закуска, первое и второе горячие блюда), обед большинства респондентов (36 %) включает только вторые горячие блюда. Есть и такие (5–13 %), что могут себе позволить только чай (кофе) и пирожное, либо пиццу.

Состав ужина большинства студентов включает салат и второе горячее блюдо – 59 % и 63 %, фрукты – по 25 и 16 % и кисло-молочные продукты – 9 и 16 % соответственно.

При этом регулярно питаются дома 31–33 % студентов, по мере возможности делают это дома 59 %, остальные же питаются дома очень редко. Альтернативными местами питания являются преимущественно столовые, либо буфеты по месту учебы (работы) – 83/62%, предприятия быстрого питания – 7/24 % уличной сети, кафе либо рестораны 5–6 %.

На вопрос: «Для Вас процесс принятия пищи – это ...», – большинство студентов остановилось на варианте «физиологическая потребность организма» – 50–70 %; для 30–32 % это «процесс, способный доставить эстетическое удовольствие»; примерно 15 % считают, что это процесс, восстанавливающий силы после выполнения тяжелой физической работы, столько же опрошенных никогда не задумывались над этим, и совсем незначительное число респондентов (2–8 %) считают, что это процесс, способный улучшить спортивные достижения (в данном вопросе можно было выбирать несколько вариантов ответа).

В среднем у студентов на один прием пищи затрачивается 10–20 минут. Это абсолютное большинство ответов (46–53 %); в течение получаса (до 30 минут) едят 37 %, 9–10 % тратят на один прием пищи от 31–40 минут, остальные же затрудняются точно определить продолжительность своего обеда.

Большинство опрошенных студентов считают свой рацион достаточно разнообразным и стараются следить за этим по мере возможности – 57–59 %, строго следят за своим рационом только 7–8 % студентов, 12–19 % считают его скорее однообразным, остальные просто не задумываются над этим или не придают этому значения. При этом абсолютное большинство студентов – 72 % в 2008 г. и 75 % в 2018 г. относят свой рацион к смешанному, 15/11 % – к углеводному (когда в рационе преобладают мучные изделия, крупы, овощи, сахар и т. д.), и 13/15 % студентов считают свой рацион сугубо белковым (преимущественно продукты животного происхождения).

Основными причинами, мешающими питаться правильно и разнообразно являются: отсутствие времени 66/59 %, ограниченные материальные возможности (30 %), отсутствие желания 11–14 %, нехватка информации 6–8 % соответственно, и иные причины – 4–9 % респондентов (при этом можно было выбирать несколько вариантов ответов).

Основными же критериями при выборе тех или иных блюд служат – вкус, запах и внешний вид (74/72 %), а также свежесть и безопасность (42/46 %), полезные свойства – 34 %, цена 21–31 %.

Также было выявлено, что регулярно придерживаются диет 20–28 % и время от времени – 42/31 %. Это связано, чаще всего, с личными убеждениями (поддержание определенной массы тела, соблюдение постов, занятия определенными видами спорта и т. д.) либо с состоянием здоровья, когда диета положительным образом может повлиять на течение заболевания. Оставшиеся 38/42 % никогда не придерживались никаких диет. Высокую

долю студентов, придерживающихся определенных диет, можно связать с тем, что большинство опрошенных – девушки, которые в свою очередь в большей степени подвержены определенным модным тенденциям, в том числе и в плане питания.

Выводы исследования и перспективы дальнейших изысканий данного направления. Таким образом, выявлен ряд проблем в характере и структуре питания студентов и для их более глубокого изучения необходимо дальнейшее проведение ряда исследований в области организации и качества питания студентов, в том числе и на территории ВГУЭС.

Для улучшения сбалансированности питания необходимо включать в рацион достаточное количество продуктов, содержащих незаменимые микронутриенты (аминокислоты, витамины и минеральные вещества), особенно это касается рыбы и продуктов моря, кисло-молочных продуктов, овощей и фруктов. На основании этого рекомендуется ввести в рацион продукты местной сырьевой базы (продукты моря), а также функциональные и обогащенные продукты питания.

При подведении итогов проведенного анализа установлено, что целесообразно разработать циклическое меню со свободным выбором блюд на 7–10 дней. Результаты исследования направлены в администрацию службы питания ВГУЭС для корректировки ассортимента и состава блюд, реализуемых в предприятиях питания на территории университета.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Лемеш К.И. Правильное питание как ключевой компонент здорового образа жизни студента // Система ценностной современной общества. 2016. № 48. С. 121–125.
2. Никулина А.В., Потапова О.В., Ильина Д.А., Еремеева О.Г. Особенности фактического питания студентов разных курсов вуза // Сборник конференций НИЦ Социосфера. 2016. № 23. С. 7–10.
3. Шеметова Е.В., Бойцова Т.М. Питание школьников Приморского края: современное состояние, качество и мониторинг // Техника и технология пищевых производств. 2017. №2. С. 112–118.
4. Османов Э.М., Ронжина Г.П., Дорофеева Е.А., Пышкина А.С. Проблемы питания современного студента // Вестник Тамбовского университета. Серия: Естественные и технические науки. 2010. Т.15. № 2. С. 685–687.
5. Кунакова Р.В., Зайнуллин Р.А., Хуснутдинова Э.К., Хусаинова Р.И. Генетические предпосылки здорового питания // Вестник Академии наук Республики Башкортостан. 2014. Т. 19. № 1. С. 5–11.
6. Гордеева И.В. Рациональное питание и современные российские студенты: проблемы и поиск решения // Сборник научных трудов IX Всероссийской научно-практической конференции «Физиологические, педагогические и экологические проблемы здоровья и здорового образа жизни». Министерство образования и науки Российской Федерации; ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет». 2016. С. 73–78.
7. Здоровоохранение в России. 2017: Стат. сб. – М.: Росстат, 2017. – 170 с.
8. Здоровоохранение и социальное обеспечение в Приморском крае: ст. сборник. – Владивосток, Приморскстат, 2017. – 94 с.
9. О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Приморском крае в 2016 году: Государственный доклад [Электронный ресурс]. – Владивосток: Приморскстат, 2017. – Режим доступа: <http://25.rospotrebnadzor.ru/>.
10. Кошанова А.Т., Тукубаева Г.Н. Соблюдение правильного питания студентами – залог здоровья // Актуальные проблемы современности. 2016. № 2 (12). С. 229–233.
11. Лопатин С.А., Чернова С.В. Факторы риска ухуд-

шения здоровья студентов, связанные с организацией питания // Вестник индустрии гостеприимства: международный научный сборник. Санкт-Петербург. 2016. С. 72–79.

12. Чолаков О.Д., Абдурашитова Э.И. Эффективность применения мобильных приложений для контроля правильного питания студента // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Биологические науки. 2017. № 1. С. 104–108.

13. Кошанова А.Т., Тукубаева Г.Н. Соблюдение правильного питания студентами – залог здоровья // Актуальные проблемы современности. 2016. № 2 (12). С. 229–233.

14. Приморский край. Социально-экономические показатели: стат. ежегодник. – Владивосток: Приморскстат, 2017. – 313 с.

15. Профессиональное образование в Приморском крае: сборник. – Владивосток: Приморскстат, 2017. – 76 с.

Статья поступила в редакцию 21.04.2018

Статья принята к публикации 27.06.2018