

Дата поступления рукописи в редакцию: 11.02.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3849-2026-2-340-345

Дата принятия рукописи в печать: 12.03.2026 г.

САДОВ Артём Александрович,

Кандидат технических наук,

доцент кафедры технологических и транспортных машин
ФГБОУ ВО Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: Artemsadov@ya.ru

ТАТАРЧУК Анна Петровна,Преподаватель кафедры овощеводства
и плодородства имени Н.Ф. Коняева

ФГБОУ ВО Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: brassica@inbox.ru

ШОРОХОВ Павел Николаевич,

Старший преподаватель кафедры

технологических и транспортных машин

ФГБОУ ВО Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: pasha-shorohov@mail.ru

БАБКИНА Анна Анатольевна,

Старший преподаватель кафедры математики и ИТ

ФГБОУ ВО Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: anna-alikieva@mail.ru

АНДРЮШЕЧКИНА Надия Анверовна,

Старший преподаватель кафедры математики и ИТ

ФГБОУ ВО Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: nadia-andr@mail.ru

ИВАНОВА Мария Сергеевна,

кандидат сельскохозяйственных наук,

Старший преподаватель кафедры растениеводства и селекции

ФГБОУ ВО Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: m-ivaivanova@yandex.ru

РАЗВИТИЕ САМОКОНТРОЛЯ У СТУДЕНТОВ АГРАРНЫХ ВУЗОВ В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. Самоконтроль представляет собой важнейший компонент учебной деятельности студентов, обеспечивающий осознанное управление процессом познания, самооценку и коррекцию собственных действий. В условиях аграрных вузов, где преобладают прикладные дисциплины и практика, развитие самоконтроля приобретает особое значение, поскольку оно непосредственно влияет на качество усвоения материала и успешность дальнейшей профессиональной деятельности.

В данной статье рассматривается проблема развития самоконтроля у студентов аграрных вузов в процессе обучения. Обосновывается значимость самоконтроля как важного компонента учебной деятельности, способствующего повышению ее эффективности и формированию профессиональной компетентности будущих специалистов. Анализируются особенности учебной деятельности студентов аграрных вузов, а также методы и приемы, направленные на развитие навыков самоконтроля. Предлагаются практические рекомендации по организации учебного процесса, стимулирующие студентов к самостоятельному контролю и оценке результатов своей работы.

Ключевые слова. самоконтроль, студенты аграрных вузов, учебная деятельность, профессиональная компетентность, методы обучения, самооценка, аграрное образование.

SADOV Artyom Alexandrovich,
Candidate of Technical Sciences,
Associate Professor of the Department
of Technological and Transport Machines
Ural State Agrarian University

TATARCHUK Anna Petrovna,
Lecturer of the Department of Vegetable
and Fruit Growing named after N.F. Konyaev
Ural State Agrarian University

SHOROKHOV Pavel Nikolaevich,
Senior Lecturer at the Department of Technological
and Transport Machines
Ural State Agrarian University

BABKINA Anna Anatolyevna,
Senior Lecturer of the Department
of Mathematics and Mathematics
Ural State Agrarian University

ANDRYUSHECHKINA Nadia Anverovna,
Senior Lecturer of the Department
of Mathematics and Mathematics
Ural State Agrarian University

IVANOVA Maria Sergeevna,
Candidate of Agricultural Sciences
Senior lecturer of the Department
of Crop Production and Breeding
Ural State Agrarian University

DEVELOPMENT OF SELF-CONTROL AMONG STUDENTS OF AGRICULTURAL UNIVERSITIES IN EDUCATIONAL ACTIVITIES

◇ **Annotation.** Self-control is an essential component of students' learning activities, providing conscious management of the learning process, self-assessment and correction of their own actions. In the conditions of agricultural universities, where applied disciplines and practice prevail, the development of self-control becomes of particular importance, since it directly affects the quality of material assimilation and the success of further professional activity.

◇ This article examines the problem of developing self-control among students of agricultural universities in the learning process. The author substantiates the importance of self-control as an important component of educational activity, contributing to improving its effectiveness and the formation of professional competence of future specialists. The article analyzes the features of educational activities of students of agricultural universities, as well as methods and techniques aimed at developing self-control skills. Practical recommendations on the organization of the educational process are offered, stimulating students to self-control and evaluate the results of their work.

◇ **Key words:** self-control, students of agricultural universities, educational activities, professional competence, teaching methods, self-assessment, agricultural education.

В условиях динамично меняющегося агропромышленного комплекса, характеризующегося высокой степенью неопределенности и необходимости принятия оперативных решений в сложных ситуациях, роль специалиста выходит далеко за рамки владения специализированными знаниями.

Все большее значение приобретают личностные и регуляторные качества, в частности, развитый самоконтроль. Самоконтроль, определяемый как способность человека сознательно управлять своей деятельностью, эмоциями и поведением для достижения поставленных целей, является критическим компонентом академиче-

ской успеваемости и последующей профессиональной адаптации выпускников аграрных вузов.

Современные требования к специалистам аграрного профиля предполагают высокую степень самостоятельности, ответственности и умения оценивать результаты своей деятельности. В связи с этим, развитие самоконтроля у студентов аграрных вузов становится одной из приоритетных задач образовательного процесса. Самоконтроль позволяет студентам не только выявлять и исправлять ошибки, но и осознанно относиться к процессу обучения, формировать собственную траекторию развития и повышать уровень профессиональной компетентности.

В условиях модернизации аграрного образования важно уделять внимание не только освоению теоретических знаний и практических навыков, но и формированию у студентов способностей к самообучению и самооценке. Развитие самоконтроля способствует повышению эффективности учебной деятельности, формированию профессионально значимых качеств личности и подготовке конкурентоспособных специалистов для агропромышленного комплекса.

Недостаточное развитие самоконтроля может проявляться в различных формах: прокрастинация, низкая организованность, трудности с планированием времени, импульсивность в принятии решений, подверженность отвлекающим факторам и неспособность корректировать свои действия при возникновении ошибок. Все это негативно сказывается на результатах обучения, снижает продуктивность выполнения заданий и затрудняет адаптацию к новым условиям работы.

Поэтому проблема развития самоконтроля у студентов аграрных вузов представляет собой важную задачу педагогической практики. Эффективное формирование данного качества требует целенаправленного воздействия со стороны преподавателей и создания соответствующих условий в образовательном процессе.

Самоконтроль помогает студентам самостоятельно оценивать свои успехи и недостатки, выявлять пробелы в знаниях и своевременно устранять их. Регулярная проверка собственного понимания изучаемого материала способствует глубокому осмыслению, закреплению полученных знаний и развитию аналитического мышления.

Давайте разберемся, почему самоконтроль так важен для будущих аграриев и как его можно развивать в процессе обучения.

Почему самоконтроль – это суперсила для студента-агрария?

Представьте себе: вы учитесь управлять сложной сельскохозяйственной техникой, анализировать почву или разрабатывать новые сорта растений.

Все это требует внимания, усидчивости и способности управлять своими импульсами.

Самоконтроль помогает:

- Соблюдать режим.

Аграрный труд часто связан с ранними подъемами и четким графиком. Умение контролировать себя помогает придерживаться учебного расписания, вовремя выполнять задания и не пропускать лекции.

- Преодолевать трудности.

Не все предметы даются легко. Самоконтроль позволяет не сдаваться перед сложностями, искать новые подходы к обучению и находить мотивацию для дальнейшего движения вперед.

- Эффективно управлять временем.

В аграрном вузе часто много практических занятий, полевых работ и проектов. Самоконтроль помогает грамотно распределять время между учебой, практикой и личной жизнью.

- Избегать отвлекающих факторов.

Современный мир полон соблазнов – социальные сети, развлечения. Самоконтроль помогает сосредоточиться на главном – получении знаний и навыков.

- Развивать ответственность.

Умение контролировать себя напрямую связано с ответственностью за свои действия и результаты. Это качество крайне важно для будущего специалиста, от которого зависит успех целого хозяйства.

Важно понимать, что самоконтроль в учебной деятельности – это не просто навык для сдачи экзаменов.

Это своего рода тренировочная площадка для будущей профессиональной жизни. В сельском хозяйстве, где часто приходится работать в условиях неопределенности, принимать оперативные решения и нести ответственность за результаты, умение управлять собой становится критически важным. Представьте себе агронома, который должен точно следовать технологии внесения удобрений, несмотря на усталость после полевого дня, или ветеринара, который должен сохранять хладнокровие и точность действий в экстренной ситуации. Эти качества формируются именно сейчас, в стенах вуза, через ежедневную практику самодисциплины и самоорганизации.

Студенты аграрных вузов сталкиваются с уникальными вызовами, которые делают развитие самоконтроля особенно актуальным. Это и необходимость совмещать теоретические занятия с интенсивной практикой, часто выезжая на поля или фермы, и работа с живыми организмами, требующая постоянного внимания и ответственности.

Например, уход за экспериментальными посевами или животными не терпит отлага-

тельств. Пропущенный день полива или несвоевременное кормление могут привести к необратимым последствиям. Именно здесь самоконтроль помогает студенту не поддаться соблазну пропустить занятие из-за усталости или плохой погоды, а добросовестно выполнить свои обязанности.

Как же студентам аграрных вузов развивать самоконтроль в учебе?

- Ставьте четкие цели и разбивайте их на этапы.

Вместо абстрактного «выучить предмет» поставьте конкретную цель: «разобраться в теме X к среде», «подготовить доклад по теме Y к пятнице». Разбивайте большие задачи на маленькие, достижимые шаги. Это делает процесс менее пугающим и дает ощущение прогресса.

Планируйте свой день и неделю.

Используйте ежедневники, календари или приложения для планирования. Записывайте не только лекции и семинары, но и время для самостоятельной работы, отдыха и физической активности. Придерживайтесь своего плана, но будьте готовы к гибкости.

- Создайте рабочую атмосферу.

Найдите место, где вас ничто не будет отвлекать. Это может быть тихая комната в общежитии, библиотека или даже специально оборудованное место дома. Уберите телефон, закройте ненужные вкладки в браузере.

- Практикуйте осознанность (mindfulness).

Учитесь быть здесь и сейчас. Когда вы чувствуете, что отвлекаетесь, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов, вернитесь к своей задаче. Осознанность помогает лучше понимать свои мысли и эмоции, а значит, и лучше ими управлять.

- Используйте техники самомотивации.

Находите то, что вас вдохновляет. Это может быть предвкушение будущей успешной карьеры, желание внести вклад в развитие сельского хозяйства или просто интерес к изучаемой теме. Награждайте себя за выполнение задач – это может быть небольшой перерыв, любимое лакомство или просмотр интересного видео.

- Учитесь говорить «нет».

Важно уметь отказывать себе в сиюминутных удовольствиях, если они мешают достижению долгосрочных целей. Это касается и чрезмерного времяпрепровождения в социальных сетях, и согласия на все предложения друзей, если они идут вразрез с вашим учебным планом.

- Развивайте самодисциплину через малые шаги.

Начните с малого. Например, каждое утро делайте зарядку в течение 10 минут, или читайте по одной странице учебника перед сном. Постепенно увеличивайте нагрузку и сложность задач.

Успех в малых делах укрепляет уверенность в своих силах и формирует привычку к самоконтролю.

- Анализируйте свои ошибки и неудачи.

Неудачи – это не повод опускать руки, а ценный опыт. Если вы не справились с заданием или отвлеклись, проанализируйте, почему это произошло. Что помешало? Какие выводы можно сделать? Такой анализ поможет выработать стратегии для предотвращения подобных ситуаций в будущем.

- Ищите поддержку.

Общайтесь с однокурсниками, которые также стремятся к саморазвитию. Делитесь своими трудностями и успехами. Иногда простое обсуждение проблемы с кем-то, кто вас понимает, может дать новый импульс и помочь найти решение. Преподаватели и кураторы также могут оказать ценную поддержку и дать полезные советы.

- Заботьтесь о своем физическом и психическом здоровье.

Недостаток сна, неправильное питание и стресс негативно сказываются на способности к самоконтролю. Регулярный сон, сбалансированное питание, физическая активность и техники релаксации – все это фундамент для эффективного управления собой. Когда тело и разум в порядке, гораздо легче сосредоточиться и противостоять соблазнам.

Более того, аграрная сфера постоянно развивается, внедряются новые технологии, меняются климатические условия. Чтобы оставаться востребованным специалистом, необходимо постоянно учиться, осваивать новые знания и навыки. Самоконтроль позволяет студенту не останавливаться на достигнутом, а планомерно изучать новые материалы, участвовать в научных конференциях, заниматься исследовательской деятельностью.

Это формирует привычку к непрерывному обучению, которая будет сопровождать его на протяжении всей карьеры.

Преподаватели и администрация вуза также могут играть значительную роль в развитии самоконтроля у студентов. Создание системы поддержки, которая включает в себя не только академическую, но и психологическую помощь, может стать мощным стимулом. Например, проведение тренингов по тайм-менеджменту, развитию стрессоустойчивости и навыков постановки целей. Важно, чтобы студенты понимали, что эти навыки не являются чем-то второстепенным, а составляют неотъемлемую часть их профессиональной подготовки.

Также полезно внедрять в учебный процесс элементы, которые требуют от студентов прояв-

ления самоконтроля. Это могут быть долгосрочные проекты, требующие регулярной работы и самоорганизации, или самостоятельные исследования, где студент сам определяет темп и методы работы. Оценивание не только конечного результата, но и процесса его достижения, с акцентом на самостоятельность и ответственность, будет способствовать формированию нужных качеств.

В конечном итоге, развитие самоконтроля – это не просто академическая задача, а инвестиция в будущее. Студенты аграрных вузов, освоившие этот навык, становятся более уверенными в себе, более организованными и более успешными как в учебе, так и в дальнейшей профессиональной деятельности. Они учатся не только управлять своим временем и вниманием, но и своими эмоциями, что позволяет им справляться с трудностями, принимать взвешенные решения и достигать поставленных целей.

Это те качества, которые отличают настоящего профессионала, способного внести значимый вклад в развитие агропромышленного комплекса и обеспечить продовольственную безопасность страны. Поэтому, уделяя внимание развитию самоконтроля сегодня, студенты закладывают прочный фундамент для своего успешного будущего и становятся настоящими мастерами своего дела.

В заключение можно сказать, что развитие самоконтроля у студентов аграрных вузов является неотъемлемой частью подготовки высококвалифицированных специалистов, способных успешно адаптироваться к меняющимся условиям агропромышленного комплекса и эффективно решать стоящие перед ним задачи. Целе направленное педагогическое воздействие, сочетающее в себе формирование метакогнитивных навыков, обучение техникам управления временем и саморегуляции эмоционального состояния, позволит обеспечить высокий уровень самоконтроля у будущих специалистов и повысить их конкурентоспособность на рынке труда.

Список литературы:

- [1] Андреев В.И. Педагогика высшей школы. Инновационнопрогностический курс: учебное пособие / В.И. Андреев. – Казань: Центр инновационных технологий, 2013 - 500
- [2] Бакшутова, Е. В. Самоорганизация деятельности студентов с разным локусом субъективного контроля / Е. В. Бакшутова, К. Е. Долгушина, Л. Г. Жданова // Развитие человека в современном мире. – 2019. – № 1. – С. 71-80. – EDN XHIYGA.
- [3] Егорова, Т.А. Психологические основы формирования организованности студентов, будущих учителей: диссертация ... кандидата

психологических наук / Татьяна Алексеевна Егорова. Москва, 1994. 153 с. Текст: непосредственный.

- [4] Еремицкая, И. А. Прокрастинация и самоорганизация у студентов вуза / И. А. Еремицкая, И. В. Андреева // Общество: социология, психология, педагогика. – 2019. – № 3(59). – С. 91-97.

- [5] Заенутдинова, Н. А. Формирование готовности к самоорганизации у студентов педагогического колледжа в образовательном процессе: дис. ... канд. пед. наук. – Магнитогорск, 2000. – 159 с. Текст: непосредственный.

- [6] Звонников В.И., Челышкова М.Б. Современные средства оценивания результатов обучения. М.: Изд. центр «Академия», 2007. 224 с

- [7] Кадацких, И. Ю. Взаимосвязь мотивации самоорганизации учебной деятельности студентов вуза / И. Ю. Кадацких // Актуальные проблемы развития вертикальной интеграции системы образования, науки и бизнеса: экономические, правовые и социальные аспекты : материалы VII Международной научно-практической конференции, Воронеж, 26–27 декабря 2018 года / под ред. С.Л. Иголкина. – Воронеж: Воронежский экономико-правовой институт, 2018. – С. 71-74.

- [8] Коньшева А.В. Модульное обучение как средство управления самостоятельной работой студентов // Высшее образование в России. 2009. № 11. С. 18 - 25

- [9] Мальцева Л.В., Суслова Ю.А. Исследование мотивационной сферы студентов в процессе обучения в вузе // Вестник Курганского государственного университета. 2017. № 3 (46). С. 63-68.

- [10] Сильченкова С.В., Царева В.М. Особенности учебной мотивации студентов первого курса, получающих экономическое и медицинское образование // Высшее образование сегодня. 2021. № 4. С. 60-65.

References:

- [1] Andreev V.I. Pedagogy of higher education. Innovative prognostic course: textbook/V.I. Andreev. - Kazan: Center for Innovative Technologies, 2013 - 500
- [2] Bakshutova, E. V. Self-organization of the activities of students with different loci of subjective control/E. V. Bakshutova, K. E. Dolgushina, L. G. Zhdanova//Human development in the modern world. – 2019. – № 1. - S. 71-80. – EDN XHIYGA.
- [3] Egorova, T.A. Psychological foundations of the formation of the organization of students, future teachers: dissertation... Candidate of Psychological Sciences/Tatyana Alekseevna Egorova. Moscow, 1994. 153 p. Text: immediate.
- [4] Eremitzskaya, I. A. Procrastination and self-organization among university students/I. A. Ere-

mitskaya, I. V. Andreeva//Society: sociology, psychology, pedagogy. – 2019. – № 3(59). – S. 91-97.

[5] Zaenutdinova, N. A. Formation of readiness for self-organization among students of the pedagogical college in the educational process: dis.... cand. ped. sciences. - Magnitogorsk, 2000. - 159 s. Text: immediate.

[6] V.I. Zvonnikov, M.B. Chelyshkova. Modern means of evaluating training results. M.: Ed. Academy Center, 2007. 224 s

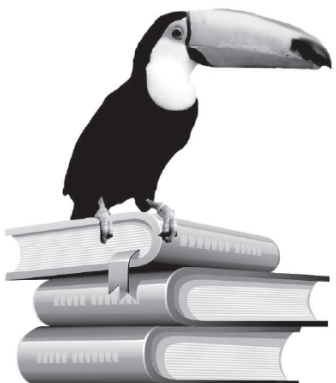
[7] Kadatskikh, I. Yu. Relationship between the motivation of self-organization of educational activities of university students/I. Yu. Kadatskikh//Actual problems of the development of vertical integration of the education system, science and business: economic, legal and social aspects: materials of the VII

International Scientific and Practical Conference, Voronezh, December 26-27, 2018/ed. S.L. Igolkina. - Voronezh: Voronezh Institute of Economics and Law, 2018. - S. 71-74.

[8] Konysheva A.V. Modular training as a means of managing independent work of students//Higher education in Russia. 2009. № 11. S. 18-25

[9] Maltseva L.V., Suslova Yu.A. Research of the motivational sphere of students in the process of studying at the university//Bulletin of Kurgan State University. 2017. № 3 (46). S. 63-68.

[10] Silchenkova S.V., Tsareva V.M. Features of educational motivation of first-year students receiving economic and medical education//Higher education today. 2021. № 4. S. 60-65.



Юридическое издательство
«ЮРКОМПАНИ»

Издание учебников,
учебных и методических
пособий, монографий,
научных статей.

Профессионально.

В максимально
короткие сроки.

Размещаем
в РИНЦ, E-Library.

ЮРКОМПАНИ

www.law-books.ru