

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ
ПРОМИСЛОВО-ТОРГОВЕЛЬНА КОМПАНІЯ ШАБО**



SINCE **Ξ** 1822
ШАВО

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**VII Всеукраїнської науково-практичної конференції
молодих учених та студентів
з міжнародною участю**



**«Проблеми формування
здорового способу життя у молоді»**

4-5 листопада 2014 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф.
канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров
Л.В. Капрельянц
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,
доктори техн. наук,
професори:

доктор техн. наук., доцент
доктори техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

А.Т. Безусов, О.Г. Бурдо, А.І. Віват, Л.Г. Віннікова,
К.Г. Іоргачова, Г.В. Крусір, Л.М. Тележенко,
М.Г. Хмельнюк, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно
О.Б. Ткаченко,

О.О. Коваленко, Л.А. Осипова,
О.В. Дишкантюк, С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова,
Т.В. Шпирко

Технічний редактор,
канд. техн. наук

Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів VII Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2014. — 368 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 4.11.2014 р., протокол № 3

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-х

© Одеська національна академія харчових технологій, 2014

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ХАРЧОВИКІВ

**Друмова К.І., студентка III курсу факультету ТЗХКВКІБ
Одеська національна академія харчових технологій**

Аналіз фізичного стану здоров'я молоді сьогодні є досить невтішним. Цьому є декілька причин. По-перше, сучасна екологічна ситуація, катастрофічні наслідки Чорнобильської аварії; по-друге – ускладнення соціального та економічного становлення України, особливо в сільській місцевості; по-третє, низький рівень культури харчування; по-четверте, недостатній рівень медичних та валеологічних знань. А всезростаюча оптимізація навчального процесу, використання нових технологій навчання, нових засобів навчання, особливо комп'ютерних приводять до зростання числа студентів не здатних без особливої напруги та сторонньої допомоги адаптуватися до навчальних навантажень тому все гостріше постає питання про впровадження здоров'язберігальних технологій.

Під здоров'язберігальною освітньою технологією розуміють систему, що створює максимально можливі умови для збереження, зміцнення і розвитку духовного, емоційного, інтелектуального, особового і фізичного здоров'я всіх суб'єктів освіти.

Теоретичні дослідження показали, що в освітніх закладах не створено системи формування, збереження і зміцнення здоров'я. Причинами низького рівня сформованості культури здоров'язбереження молоді є відсутність особистісного ціннісного ставлення у студентів до власного здоров'я, заходів стимулювання здоров'язбережувальної діяльності студентів у навчальній та позанавчальній діяльності, недостатня мотивація у руховій активності, низький рівень здоров'язберігальної компетентності, відсутність знань, умінь та навичок профілактики професійних хвороб. Відомо, що на сьогодні зро-

стає кількість студентів із хронічними захворюваннями. За результатами медичних досліджень лише 10 % випускників можуть вважатися здоровими, 40 % мають хронічну патологію. У кожного виявлено декілька хронічних захворювань.

Підготовка студентів за кожним фахом володіє певними особливостями. Не є винятком і майбутні харчовики. Розглянемо особливості підготовки і професійної діяльності фахівців харчового профілю. Професійна діяльність харчовика характеризується навантаженням на нижні кінцівки, а відповідно і на хребет, їх діяльність пов'язана з продуктами харчування, побутовими хімікатами, які використовуються у вигляді харчових доповнень, перегрівом та переохолодженням. Тому, типовими захворюваннями для фахівців харчового профілю є варикоз, тромбофлебіт, захворювання кишково-шлункового тракту, нирок, органів дихання та алергічні захворювання. Майбутні харчовики мають бути ознайомлені з цими особливостями їхньої професійної діяльності і повинні знати, як їм запобігати. Тобто, цілісний підхід до вирішення проблеми здоров'язбереження та формування культури здорового способу життя виявляється у формуванні культури здоров'язбереження шляхом об'єднання зусиль викладачів, кураторів груп і сім'ї, спортивних клубів. Студенти мають бути навчені робити ранкову зарядку, вміти захищатись від отруйних речовин, проводити додаткову вентиляцію легенів, надавати першу допомогу при нещасних випадках і собі і своїм колегам. У вищому навчальному закладі має бути розроблена і впроваджена спеціальна система здоров'язбереження майбутніх фахівців харчового профілю, у спеціально створеному освітньому середовищі на основі принципів здоров'язберігаючих технологій.

До основних напрямів реалізації здоров'язберігаючих технологій відносять: забезпечення реалізації концепцій здоров'язберігаючих технологій; організацію навчально-виховного процесу у закладах освіти на принципах здоров'язбереження; формування культури здоров'язбереження молоді людини.

Науковий керівник – ст. викладач Волкова Т.В.

ВИКОРИСТАННЯ ПРОСА ПРИ ЦУКРОВОМУ ДІАБЕТІ

Каляянова В.В., аспірант кафедри ТЗЗ

Одеська національна академія харчових технологій

Цукровий діабет є досить серйозною проблемою сучасності і для нашої держави зокрема. Цукровий діабет – група ендокринних захворювань, що розвиваються внаслідок абсолютної чи відносної недостатності гормону інсуліну, внаслідок чого виникає стійке підвищення рівня глюкози в крові – гіперглікемія. Існує два види цукрового діабету: діабет I типу інсулінозалежний, та діабет II типу інсулінонезалежний. Кількість хворих неухильно зростає з кожним днем. За даними Міжнародної федерації діабету, 2011 року кількість хворих на цукровий діабет у світі досягла рекордної цифри – 366 мільйонів, а в 2030 році становитиме 552 мільйони. Кількість дітей хворих на цукровий діабет за останні 10 років збільшилася вдвічі.

Таке катастрофічне збільшення кількості хворих вимагає негайного вирішення цієї проблеми на державному рівні. Однією з основних проблем виникнення цукрового діабету є неправильне харчування людини. Сьогодні, через швидкі темпи життя, в хар-

СПОРТИВНІ ТАНЦІ, ЯК ШЛЯХ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ Борисова О.В.....	37
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ Валевська Л.О.....	38
АНИМАЛОТЕРАПІЯ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ Волицкая И.....	39
ФУНКЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Вороновская А.А.....	40
РАЗРАБОТКА СПОСОБА ОЦЕНКИ, ПРОГНОЗИРОВАНИЯ И СТРЕССЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ В ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ ПЕРИОД Галимова Г.Ф.....	42
ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В РЕЖИМІ ПРАЦІ ТА ВІДПОЧИНКУ СТУДЕНТІВ Голубович І.А.....	43
ВИКОРИСТАННЯ ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ДІЄЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ ОНАХТ Гончарук Г.В.....	44
ПРОБЛЕМИ БЕЗПЕЧНОГО ХАРЧУВАННЯ У СФЕРІ ТУРИЗМУ Димань Н.О.....	45
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ХАРЧОВИКІВ Друмова К.І.....	46
ВИКОРИСТАННЯ ПРОСА ПРИ ЦУКРОВОМУ ДІАБЕТІ Калаянова В.В.....	47
ПОЛУЧЕНИЕ И ХАРАКТЕРИСТИКА БИОПОЛИМЕРНЫХ ИММУНОТРОПНЫХ КОМПЛЕКСОВ Капустян А.И., Силенко М.С.....	48
НЕОБХІДНІСТЬ РОЗРОБКИ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ І ЛІКУВАЛЬНО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ПРОДУКТІВ ХАРЧУВАННЯ Каржевська О.М.....	50
ОПТИМІЗАЦІЯ РЕЖИМІВ ПРАЦІ ТА ВІДПОЧИНКУ ЯК ОСНОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ Карплюк А.М.....	51
МЕДИЧНИЙ ТУРИЗМ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЙОГО РОЗВИТКУ В УКРАЇНІ Карплюк А.М.....	52
ОСНОВНЫЕ РИСКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ IT-СПЕЦИАЛИСТОВ ПРИ РАБОТЕ С КОМПЬЮТЕРОМ Коваленко А.В.....	53