

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:

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,

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

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

тическим вкусом, художникам, писателям удаётся открыть её в неповторимых индивидуальных чертах характера.

Платон, задумываясь над человеческой красотой, подчёркивал её связь со здоровьем. Он считал, что первое благо человека – здоровье, второе – красота. Красота в чистом виде не существует, она связана с высокой нравственностью. Мужественность, благородство, отзывчивость – всё это отражается во внешнем облике и поведении человека. Поэтому от физического развития, умения владеть своим телом, мимикой лица, жестами во многом зависит то, как человек будет понят и оценен окружающими людьми.

Идеал физического совершенства в понимании Платона соотносится с понятием «калокагатия» – характеристикой благородного, прекрасного и совершенного человека (калокагата). Для философа калокагатия – идеал гармонического сочетания физических и духовных способностей человека, естественно дополняемых его богатством и благородством души. Калокагат должен был всецело стремиться к осуществлению коллективных чаяний полиса.

Физическое совершенство оттачивалось в спортивных состязаниях, являвшихся высшим проявлением соревновательности, стремления к первенству, победе над соперниками.

В работах античных мастеров запечатлён эталон человека – победителя Олимпийских игр, обладающего невероятной физической силой и высокой духовностью.

Научный руководитель – профессор Шевченко А.А.

АВТОМАТИЗОВАНА СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ ФІЗІОЛОГІЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ ЛЮДИНИ

**Івасюк П.О., Марченко С.С., студенти ІV курсу факультету ІТІКБ
Одеська національна академія харчових технологій**

Програмний комплекс клієнт-серверного типу електронного щоденника, призначений досягнути своєї мети в спорті, шляхом розрахунку і складання правильного харчування, тренувань, щотижневого аналізу та коректування даних користувача, використовуючи комп'ютер та інтернет, повинен залучити величезну аудиторію людей, яким не байдужий стан свого здоров'я. Виконана робота складається з аналізу існуючих і розробки власних методів рішення виділених підзадач. Під час розробки системи використовувалися такі програмні компоненти, як *Microsoft SQL Server 2008*, *Microsoft Visual Studio*.

Розроблений програмний продукт повинен забезпечувати найбільш ефективне рішення конкретних задач, задовольнити потреби користувачів, незважаючи на досвід занять і поставлені цілі.

Мета роботи – підвищення ефективності електронного щоденника, що дозволяє виконувати всі перераховані вище дії, істотно покращуючи якість заняття спортом.

Щоденник тренувань – записи атлетів, що дозволяють відслідковувати прогресію в навантаженнях (пауерліфтинг), масі м'язів (бодібілдинг), корекції фігури фітнес-

моделі або адаптації (швидкість, витривалість та інші якості), аналізувати і складати більш ефективний силовий тренінг з урахуванням своєї фізіології та підготовки.

Крім прогресії навантажень, тренувальний щоденник дасть унікальну можливість для аналізу. За допомогою нього можна удосконалити свою тренувальну програму.

Щоденник допомагає сконструювати більш відповідну персональну програму з високим ККД (коефіцієнтом корисної дії).

Починаючи заняття спортом, неминучість допущення помилки цілком допустима. Тому для досягнення своєї мети потрібно знайти і справити помилку. А зробити це можна найчастіше тільки за допомогою глибокого аналізу тренувального щоденника.

З усього вище сказаного можна визначити переваги щоденника:

1. Наявність плану дій для досягнення спортивних результатів.
2. Щоденник допомагає налагодити тренувальний режим і план під ваше індивідуальне «я» і витягти з ваших індивідуальних особливостей максимум вигоди для тренувального прогресу.
3. Щоденник організовує і дисциплінує. А здатність планування та поетапного просування за планом до своєї мети дуже знадобиться вам у подальшому житті.
4. Загалом, для досягнення певних результатів у плані своєї статури, тренувальний щоденник – інструмент першої необхідності.

Науковий керівник – ст. викладач Бондаренко В.Г.

З М І С Т

РОЗДІЛ 1 – ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНСЬКОГО НАРОДУ Адельзберг Г.В.....	4
ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Башавець Н.А.....	5
ІНФОРМАЦІЯ КАК ФАКТОР ВЛИЯНИЯ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ Бевзюк Т.В., Копейко А.В.....	6
ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ІНТЕНСИВНОГО НАВЧАННЯ У ВИЩІЙ ШКОЛІ Васько В.І.....	7
ЗДОРОВЬЕ КАК ФИЛИСОФСКАЯ КАТЕГОРИЯ Возный А.П.....	8
ЗДОРОВ'Я – ЦЕ МОВА, А МОВА – ЦЕ ЗДОРОВ'Я Войтенко Г.М., Казарян Т.Г.....	9
ФИЛОСОФИЯ ЗДОРОВЬЯ Грекова К.С.....	10
ВЕЛОСПОРТ: ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ПОТРЕБНОСТИ В ОБЩЕНИИ Дрозд Е.А.....	11
ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ Жидак О.І.....	12
ВОСПИТАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВА В АНТИЧНОСТИ Зюганов А.П.....	13
АВТОМАТИЗОВАНА СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ ФІЗІОЛОГІЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ ЛЮДИНИ Івасюк П.О., Марченко С.С.....	14
ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПРИ РЕАЛІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ВНЗ Коваль Ю.В.....	15
СОСТАВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ Колесниченко Н.А.....	16
ФИЛОСОФСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ Коломиец К.А.....	18