

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ  
ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

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



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

**7 жовтня - 9 жовтня 2021 року**

**м. Одеса**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

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

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

**7 жовтня – 9 жовтня 2021 року**

**м. Одеса**

УДК 663 / 664

Головний редактор,  
канд. техн. наук, доцент

О.М. Кананихіна

Заступник головного редактора,  
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

Редакційна колегія,  
доктори техн. наук, професори:

О.Г. Бурдо, Я.Г. Верхівкер ,  
Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,  
О.О. Коваленко, Г.В. Крусір,  
В.М. Плотніков, Л.М. Тележенко,  
Н.А. Ткаченко, О.Б. Ткаченко  
Л.В. Іванченкова, О.О. Меліх  
А.В. Макаринська  
А.О. Соловей  
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко

доктори екон. наук, професори  
доктор техн. наук, доцент  
канд. істор. наук, доцент  
канд. техн. наук, доценти

Технічний редактор,  
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

**Одеська національна академія харчових технологій**

Збірник матеріалів XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: ОНАХТ, 2021. – 308 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради  
від 10 листопада 2021 р., протокол №5

За достовірність інформації відповідає автор публікації

© Одеська національна академія харчових технологій, 2021

**РОЗДІЛ 1**  
**ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я.**  
**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ**  
**ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

## ОЗДОРОВЧЕ ПРОФЕСІЙНО СПРЯМОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО ВІДДІЛЕННЯ

**Шмикова А. О., студентка II курсу факультету НГ та Е  
Одеська національна академія харчових технологій,  
м. Одеса**

**Актуальність.** Рациональне і ефективне використання засобів і методів фізичної культури є актуальною задачею, тим більше, що в вищих навчальних закладах досить велика кількість студентів, які мають відхилення у стані здоров'я і віднесені до спеціального медичного відділення. Таких студентів за даними МОЗ України більше ніж 70%. При цьому для економічного розвитку України необхідні фахівці, які окрім необхідної професійної підготовки мали би міцне здоров'я. Вирішити цю проблему можливо ефективно використовуючи основні елементи професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП), залучаючи до неї не тільки студентів основного і підготовчого відділень, а й студентів, віднесених до спеціальної медичної групи.

У літературних джерелах є достатньо інформації щодо професійно-прикладної фізичної підготовки студентської молоді, але відсутній комплексний підхід до її реалізації для студентів всіх відділень. Тому проблема нашого пошуку полягає у відсутності медико-експериментальних досліджень в області комплексного підходу до виховання майбутніх фахівців і включає не тільки підтримання рівня і зміцнення здоров'я, фізичну підготовку, а також виховання особистості студента, його загальної культури з питань фізичного виховання, формування необхідних для майбутньої професійної діяльності важливих фізичних якостей і навичок.

**Завдання дослідження:** виявити рівень рухової активності, фізичного стану студентів спеціального медичного відділення, їхньої фізичної та функціональної підготовки, визначити роль оздоровчо-прикладної спрямованості фізичного виховання на студентів з відхиленнями у стані здоров'я.

**Методи дослідження:** анкетування, тестування рівня фізичного стану, фізичної та функціональної підготовки студентів.

У дослідженні взяли участь студенти I курсу факультетів економіки, бізнесу і контролю та менеджменту, маркетингу і логістики, які за станом здоров'я були віднесені до спеціального медичного відділення. У ході дослідження був проведений аналіз

показників їхнього здоров'я, рухової активності та ролі фізичної культури в житті студентів.

Відомо, що недолік рухової активності у підлітковому віці сприяє обмеженню росту організму, що в значній мірі обумовлює стан здоров'я в студентський період. Здоров'я в чималому ступені послаблене ще й тому, що студенти не привчені піклуватися про нього. Недостатність рухової активності призводить до неузгодженості взаємодії як окремих систем організму між собою, так і організму в цілому з зовнішнім середовищем, що, в свою чергу, різко знижує адаптивні здатності організму.

В процесі експерименту був виявлений низький рівень рухової активності студентів спеціальної медичної групи. В останній рік на цей показник додатково вплинули декілька карантинів, які унеможлилювали в необхідному об'ємі самостійні заняття фізичними вправами у фітнес-клубах і на спортивних майданчиках. А погіршення рівня фізичної активності студентів призвело до того, що тільки 31,85 % з них змогли виконати запропоновані їм тести на оцінки «добре» і «відмінно».

Аналізуючи результати медичного огляду можна констатувати, що у третини обстежених були виявлені патологічні зміни з боку серцево-судинної системи. А це, за результатами статистичних досліджень, стає першорядними причинами непрацездатності.

**Висновки.** Виходячи з вищезазначених положень, особливого значення набуває оздоровчо-прикладна спрямованість фізичного виховання, яка передбачає забезпечення цілеспрямованого впливу на стан здоров'я і має велике значення при вихованні особистісних якостей і професійно значущих знань, умінь, навичок і здібностей.

Науковий керівник – ст. викладач Лаговська Н.Г.

ОЗДОРОВЧЕ ПРОФЕСІЙНО СПРЯМОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО ВІДДІЛЕННЯ Шмикова А.О.....	48
СУЧАСНІ МЕТОДИ КОНТРОЛЮ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ Яготін Р.С., Похлебїна Н.О.....	50
<b>РОЗДІЛ 2 - МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ.....</b>	<b>52</b>
ANALYSIS OF ADAPTATION FEATURES OF STUDENTS OF DIFFERENT COURSES AND IDENTIFICATION OF THEIR REGULARITIES AT HIGHER EDUCATION Yeskova Y.S.....	53
ГІПСІЧНА ОЦІНКА ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ НАВЧАННЯ Василенко С.Г., Воробйова К.В.....	57
ФАСТФУД – НЕБЕЗБЕКА, ЛЕГКОДОСТУПНІСТЬ ТА НАСОЛОДА В ОДНОМУ ФЛАКОНІ Волонтіров М. В.....	59
ОСОБЕННОСТИ НЕБЕЗОПАСНОСТИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ Козеренко М.П.....	61
ПРОБЛЕМА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА Фурса Р. Г.....	63
<b>РОЗДІЛ 3 – ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ.....</b>	<b>65</b>
<b>ТЕХНОЛОГІЯ ХЛІБА, КОНДИТЕРСЬКИХ, МАКАРОННИХ ВИРОБІВ І ХАРЧОКОНЦЕНТРАТІВ.....</b>	<b>66</b>
ВИКОРИСТАННЯ ПСИЛІУМУ В ТЕХНОЛОГІЇ ЗДОБНОГО ПЕЧИВА ЗІ ЗНИЖЕНИМ ВМІСТОМ ЖИРУ Божко М.М. ....	66