

**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

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В СІЛЬСЬКІЙ МОЛОДІ

**Куліш І. М., к.держ. упр., с.н.с., с.н.с. відділу
регіональної екологічної політики та
природокористування ІРД НАН України,
м. Львів**

Термін «спосіб життя» (далі – СЖ) увійшов до обігу відносно недавно завдяки А. Адлеру і означав «основа характеру людини, що сформувався у ранньому дитинстві». Пізніше першопочаткове значення зазнало чисельних змін і сьогодні способом життя вважають комбінацію матеріальних та нематеріальних чинників, які дають доволі чітке уявлення про особистість.

Поряд із можливостями духовного розвитку, такі вагомі складові СЖ, як житлові умови, культура харчування, поведінки, вподобання та інше комплексно характеризують людину. З огляду на місце та умови проживання можна виділити цілий ряд аспектів, що суттєво змінюватимуть сприйняття людини іншими людьми, а також самовідчуття людиною себе. Зокрема, за місцем проживання люди підрозділяються на:

- жителів міст, серед них: жителі столиць, регіональних і районних центрів, крупних, середніх і малих міст, селищ міського типу.

- жителів сільської місцевості, серед них: жителі крупних сіл, жителі середніх та маленьких сіл, хуторяни, відлюдники.

Великий вплив на формування світогляду має навіть частина міста у якій проживає особа, наприклад, промислові райони завжди вважались менш привабливими.

Вже тривалий час існує переконання про престижність проживання у місті, і жителі сіл намагаються покинути домівки і переселитись. Ця тенденція з'явилась відразу Жовтневої революції. Саме тоді почалася масова експропріація житла і виникла велика кількість комунальних квартир або «комуналок». Термін «комунальна квартира» у законодавстві не з'явився, хоча житло такого типу існувало [1, с. 139].

Проживання у комуналці виявляло багато таких рис людей, які зазвичай приховуються, тому діти у комуналках з народження привчалися до виживання у специфічному, часто агресивному конфліктному та схильному до алкогольних зловживань середовищі, що не могло не відобразитись на їхньому способі життя.

Тому, з точки зору комфорту, проживання у сільській місцевості має безсумнівні переваги. Так у сільській місцевості сьогодні на одну особу припадає більша житлова площа, ніж у місті, окрім того, кожен член сім'ї, зазвичай, має власну кімнату. Будинки облаштовані водопостачанням та водовідведенням. Щодо телебачення, то в умовах майже повного охоплення мережами Інтернету, це вже не є проблемою.

Слід, також, звернути увагу на екологічну чистоту середовища перебування жителів сіл: їжа котру вони споживають набагато корисніша, оскільки харчова продукція, здебільшого, власного виробництва. Вона хоч і менш різноманітна, ніж та, що представлена на полицях супермаркетів, однак, зазвичай, значно корисніша та поживніша.

На жаль, у суспільній свідомості дуже сильно вкорінений стереотип низької якості життя в селі, вважається, що робота, яку можна тут виконувати є дуже тяжкою та низько оплачуваною. Але, поперше, на селі сьогодні масово використовуються досягнення науки і техніки; по-друге, слід згадати, що виробництво сільськогосподарської продукції є дуже прибутковим і вона становить значну частку експорту України.

Наявність у селянських господарств досить великої кількості вільної житлової площі також є одним з потенційних джерел для розвитку сільського зеленого туризму, який суттєво сприяє диверсифікації економічної діяльності на сільських територіях [2, с. 85].

Таким чином, необхідно доносити до сільської молоді думку, що здоровий спосіб життя не лише є корисним для навколишнього середовища і людини, але й, за невеликих вкладень, може стати джерелом утримання родини, особливо, якщо зайнятись виробництвом органічної продукції котра сьогодні у тренді або розвивати сільський зелений туризм.

Література

1. Куліш І.М. Особливості вирішення житлового питання в Україні / І.М. Куліш // Регіональна економіка. — 2013. — № 1(67). — С. 138-145.
2. Куліш І.М. Екологічний туризм як чинник розвитку сільських територій України / І. М. Куліш // Економіка АПК. — 2013. — № 2. — С. 80-85.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1 - ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	3
BUILDING A HEALTHY LIFESTYLE IN STUDENT ENVIRONMENT BY VOLUNTARY ACTIVITIES Vojtech Bartoska.....	4
ШКІЛЬНІ ЧИННИКИ РИЗИКУ ПОГІРШЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ Апенько Д.В.....	6
ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ОНАХТ ДО СИСТЕМАТИЧНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ Бойцова М.П.....	7
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ – ШЛЯХ ДО АКТИВНОГО ДОВГОЛІТТЯ! Брюшков К.Ю.....	14
ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПЕРІОД ЇХ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ Величко О.М.	16
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ Гріщенко А.В.....	19
ЩОДО ПРОБЛЕМИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ НАСИЛЬСТВА СЕРЕД ПІДЛІТКІВ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ Кобзева І.М.....	21
ПСИХОЛОГІЧНЕ ТА СОЦІАЛЬНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Крилов Н.Г., Баріна Л.Д.....	24
ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В СІЛЬСЬКОЇ МОЛОДІ Куліш І. М.....	26