

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

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

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

3 жовтня - 5 жовтня 2019 року

м. Одеса

УДК 663/664
ББК 36.81 + 36.82
3-41

*Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради
від 5 листопада 2019 р., протокол №5*

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, О.В. Бочарова,
Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,
Г.В. Крусір, В.М. Плотніков,
Л.М. Тележенко, О.С. Тітлов,
Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно,

доктори екон. наук,
професори
доктор філол. наук, професор
доктор техн. наук, доцент
доктор техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

О.О. Меліх, В.В. Немченко
Г.І. Віват
О.Б. Ткаченко
О.О. Коваленко
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко,
Г.А. Шевченко

Технічний редактор,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

Збірник матеріалів XII Всеукраїнської науково-практичної
3-41 конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді» /
Міністерство освіти і науки України. – Одеса: ФОП Бондаренко М. О.,
2019. – 496 с., ілл.

ISBN 978-617-7829-27-9

УДК 663/664
ББК 36.81 + 36.82

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 978-617-7829-27-9

© ОНАХТ, 2019

РОЗДІЛ 8
ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ

ЕКОЛОГІЧНОЇ ОСВІТА І ВИХОВАННЯ – ЦІННІСНІ ОРІЄНТИРИ

**Яструб К.В., магістр II курсу факультету НГтаЕ
Одеська національна академія харчових технологій,
м. Одеса**

Здоровий спосіб життя є вирішальним у зміненні споживацького ставлення людини до Природи. Бо саме він враховує екологічний підхід, змінює свідомість особистості, сприяє формуванню у неї відповідального ставлення до свого здоров'я і навколишнього середовища.

Серед компонентів екологічної освіти і виховання важливу роль відіграють розуміння залежності здоров'я окремої людини, всього людства від стану навколишнього середовища та способу життя. Тому здоровий спосіб життя є складовою частиною екологічної культури особистості, формою прояву її відповідальності за ставлення до власного організму як високоорганізованої біологічної системи, здатної до саморегуляції та адаптації. Виконання правил збереження та зміцнення здоров'я дозволяє людині швидше адаптуватися до несприятливих умов довкілля. Здоровий спосіб життя містить у собі елементи екологічної культури.

Серед сфер, з якими людина стикається протягом всього свого життя, є сфера стосунків Людини і Природи: ставлення людини до своєї власної природи (до свого тіла) і ставлення людини до природи довкілля. Ці аспекти потрібно розглядати в єдності (В. Вернадський), тому, що у такій площині можна побачити можливість продуктивного розгортання здоровоохоронних і природоохоронних заходів.

Людина здатна дивитися на своє тіло як на "зовнішній" об'єкт так само, як вона дивиться на елемент навколишнього природного середовища, і сприяти його удосконаленню або руйнуванню. Усе це викликає систему зусиль людини, які спрямовані на підтримку здоров'я свого тіла і профілактику захворювань. З іншого боку, людина є об'єктивно тісно поєднаною з навколишнім середовищем (повітря, харчування, світло сонця, енергетичний обмін тощо), а це також могутній чинник впливу на здоров'я її організму.

До ціннісних орієнтирів екологічної освіти і виховання відносимо ставлення до власного здоров'я, прихильність до спорту і фізичної праці, здоровий спосіб життя, дотримання правил особистої гігієни, усвідомлення своєї єдності з навколишнім середовищем, бережливе ставлення до всього живого на Землі, розвиток здатності відчувати красу Природи, дбайливе ставлення до природних засобів

життя і національних багатств. Це слід розглядати як валеологічний компонент екологічної освіти і виховання. Активне засвоєння валеологічних знань у системі безперервної освіти дає можливість кожному суб'єкту всіх її ланок досягнути свою роль та завдання у справі формування, збереження, зміцнення, відтворення, передачі особистого здоров'я, а також з істотною складовою формування належного ставлення до природного та суспільного середовища.

Велику роль у нормалізації стосунків людини з Природою відіграє розвиток її здатності до самоподолання, саморегуляції і саморегламентації. У сфері свого самозбереження і збереження навколишнього середовища людина може досягнути лише внаслідок цілеспрямованого духовно-естетичного спілкування з природою.

Природу створено так, що кожна її система намагається зберегти стабільність шляхом еволюції своїх складових. Кожна людина є одночасно причиною та жертвою глобальної екологічної кризи. Для вирішення величезних екологічних проблем необхідно змінити хід мислення сучасної людини, відмовитися від ідеї домінування над природою.

Науковий керівник – канд. техн. наук,
доцент Зацерклянний М.М.

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Скляр В.Ю..... | 373 |
| ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСУ КОМПОСТУВАННЯ З ВИКОРИСТАННЯМ ПРЕПАРАТУ «БАЙКАЛ ЕМ» Соколова В.І..... | 374 |
| ПРОБЛЕМА МІКРОПЛАСТИКА Тарасюк О.К..... | 376 |
| ЕКОЛОГІЧНОЇ ОСВІТА І ВИХОВАННЯ – ЦІННІСНІ ОРІЄНТИРИ Яструб К.В..... | 378 |
| РОЗДІЛ 9 – ІНЖЕНЕРНІ ЕКОСИСТЕМИ.РЕСУРСИ І КОМФОРТ..... | 380 |
| ЕНЕРГОЕФЕКТИВНІ ТЕХНОЛОГІЇ ДЕМІНЕРАЛІЗАЦІЇ МОРСЬКОЇ ВОДИ В ОДЕСЬКОМУ РЕГІОНІ Масельська Я.О..... | 381 |
| ЕНЕРГОЕФЕКТИВНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВИГОТОВЛЕННЯ ФРУКТОВИХ ТА ОВОЧЕВИХ ЧПСІВ Пилипенко Є.О..... | 383 |
| ДОСЛІДЖЕННЯ БЕЗПЕКИ ДЛЯ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ ХОЛОДОАГЕНТІВ ПРИ ЕКСПЛУАТАЦІЇ ХОЛОДИЛЬНИХ УСТАНОВОК Петушков Я.Л..... | 384 |
| ЕНЕРГОЕФЕКТИВНІ ТЕХНОЛОГІЇ ОТРИМАННЯ ВИСОКОЯКІСНИХ ХАРЧОВИХ КОНЦЕНТРАТІВ Сиротюк І.В..... | 386 |
| ВАКУУМНІ ТЕХНОЛОГІЇ СУШІННЯ ІЗ ГЛИБОКОЮ ПЕРЕРОБКОЮ ХАРЧОВОЇ СИРОВИНИ Середа О.О..... | 388 |
| РОЗДІЛ 10 – БЕЗПЕКА ЖИТТЯ І ДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДІ... | 390 |
| РЕЖИМ ЗАХИСТУ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ – НАДЗВИЧАЙНА СИТУАЦІЯ | |

Наукове видання

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
XII ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ МОЛОДИХ УЧЕНИХ ТА
СТУДЕНТІВ З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ
«ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ»
3 ЖОВТНЯ - 5 ЖОВТНЯ 2019 РОКУ**

Підписано до друку 04.11.2019 р.
Формат 60×84/16. Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Друк офсетний. Ум. друк. арк. 28,83. Наклад 100 прим.
Зам. № 0412/1.

Надруковано з готового оригінал-макету у друкарні «Апрель»
ФОП Бондаренко М.О.
65045, м. Одеса, вул. В.Арнаутська, 60
тел.: +38 0482 35 79 76
www.aprel.od.ua

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до державного реєстру видавців ДК № 4684 від 13.02.2014 р.