

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



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

4 жовтня - 6 жовтня 2018 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

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

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,
доктори техн. наук,
професори:

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

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

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

Технічний редактор,
канд. екон. наук, доцент

Л.В. Іванченкова

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2018. —360 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 6 листопада 2018р., протокол № 4

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2018

РОЗДІЛ 12
ІТ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ЖИТТЯ МОЛОДІ

РОЛЬ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРАВИЛЬНОМУ ХАРЧУВАННІ

**Іванова А.Г., студентка 1 курсу ОКР «магістр» факультету КПтаКЗ
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

У двадцять першому столітті досить гостро стоїть питання стосовно дотримання здорового способу життя, оскільки існує велика кількість факторів, які несуть загрозу нашому здоров'ю. До цих факторів необхідно віднести забруднення повітря промисловими підприємствами та вихлопами, неякісна питна вода, шкідливі звички, неправильний раціон харчування тощо.

В даній роботі ми акцентуємо увагу саме на неправильному харчуванні. За статистикою на даний моменту світі 640 мільйонів людей страждають на ожиріння, а кожна п'ята смерть відбувається через нездоровий раціон харчування. Саме через такі жахливі цифри дієтологи, лікарі, психологи, спеціалісти даної предметної галузі кожен день випускають книги з інноваційними методологіями боротьби з ожирінням, новітні дієти та правила харчування, способи боротьби з даною проблемою на психологічному рівні, тощо.

Інформаційні технології грають вагомую роль у сприянні поширення правильного погляду на здоровий спосіб життя серед людей різної вікової категорії. На сьогодні існує велика кількість інструментарію для зручного доступу до інформації про правильне харчування чи ведення щоденного контролю свого раціону та фізичної активності, розроблено різноманітні програмні продукти, онлайн сервіси та мобільні додатки. Кожен програмний продукт має своє напруження та цільову аудиторію, деякі з них містять набір різних дієт, рецептів, розрахунок поживної цінності продуктів, формування власного раціону та перелік необхідних порад для дотримання правильного методики харчування. Крім того, до переваг додатків здорового харчування потрібно віднести контроль випитої води за день, фізичної активності, нагадування про прийом їжі чи питної води. Певні сервіси контролю ваги будують таблиці споживання жирів, білків та вуглеводів за кожен день, на основі кількості вжитих калорій дають поради про фізичні навантаження.

До окремої ніші у правильному харчуванні необхідно віднести фізичну активність. Для поліпшення та зручності виконання фізичних навантажень існує великий обсяг додатків для тренувань. Дані програмні продукти надають перелік можливих напрямків тренувань, тести на перевірку фізичної підготовки, статистичні дані, такі як кількість пройдених кроків, час, витрачений на тренування, та кількість скинутих калорій, можливість скласти власний план тренувань.

Зважаючи на всі розглянуті аспекти, маємо можливість зробити висновок про те, що на даний момент інформаційні технології є невід'ємною частиною людського буття і його головної складової - здоров'я. У даній роботі розглянуто тільки маленьку частину впливу інформаційних технологій на здоров'я людини, оскільки без них неможливо уявити сучасної медицини, правильного функціонування лікарень, комунікації між світовими знавцями, розвитку новітніх способів лікування та профілактики. Однак ми завжди повинні пам'ятати, що наше здоров'я знаходиться тільки в наших руках.

Науковий керівник - к.т.н., доцент Ольшевська О.В.

ВПЛИВ ЕКОНОМІЧНИЙ ФАКТОРІВ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	
Приймак В.О.	316
МІКРОЕКОНОМІЧНИЙ ПОГЛЯД НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ	
Стрепенюк М.М., Римар Г.А.	317
КАДРОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПІДПРИЄМСТВА ТА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ	
Ткачук А.В., Щукіна О.В.	318
РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ТА ЗАГАРТУВАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ПІДПРИЄМСТВА – ОСНОВА ЇХ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Тропанець І.С., Усенко М.С., Фреїшин І.В.	320
БІНЕС-ПЛАНУВАННЯ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ЕКОНОМІЧНОЇ БЕЗПЕЧНОСТІ МІЖНАРОДНИХ ІНВЕСТИЦІЙНИХ ПРОЕКТІВ	
Федорова В.Д.	321
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК ЕКОНОМІЧНА КАТЕГОРІЯ	
Черненко С.А.	322
ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ФАХІВЦІВ ЕКОНОМІЧНОЇ СФЕРИ	
Шляміна К.С.	323
 РОЗДІЛ 12 - ІТ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ	
АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ РОБОТИ WEB-САЙТУ ТУРИСТИЧНОЇ АГЕНЦІЇ «TASTY TOUR» (НА БАЗІ ОНАХТ)	
Ганжи Д.Г.	326
РОЛЬ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРАВИЛЬНОМУ ХАРЧУВАННІ	
Іванова А.Г.	327
КОМП'ЮТЕРИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ ПО ЗОРУ	
Костюк М.Т.	328
РОЗРОБКА WEB-САЙТУ КАФЕ «ФАРШ»	
Лободянський В.О.	329
ВИКОРИСТАННЯ КОМП'ЮТЕРА ПРИ ПОРУШЕННЯХ СЛУХУ	
Лозинська М.Є.	330
ИНФОРМАТИЗАЦИЯ ОБЩЕСТВА И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА	
Овчинников М.К.	331
КОМП'ЮТЕРНА ПРОГРАММА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ	
Радченко М.Ю., Карпач А.М.	332
ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ	
Скалій Д.О.	333
РОЗРОБКА ЕКСПЕРТНОЇ СИСТЕМИ ДЛЯ ОПРАЦЮВАННЯ ДАНИХ ІУС	

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
XI Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
4 жовтня - 6 жовтня 2018 р.

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

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

Технічний редактор, канд. екон. наук Л.В. Іванченкова

Підписано до друку 6.11.2018 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. **24,6** Тираж 100 прим. Замовлення **2848**