

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ
ПРОМИСЛОВО-ТОРГІВЕЛЬНА КОМПАНІЯ ШАВО**



SINCE **Ξ** 1822
ШАВО

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

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



5-6 листопада 2013 року

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
наук, професори:

А.Т. Безусов, А.І. Віват, К.Г. Іоргачова,
О.А. Нетребський, Л.М. Тележенко, М.Г. Хмельнюк,
Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно

доктор техн. наук., доцент
доктори наук, ст. наук. співр.
кандидати наук, доценти

О.Б. Ткаченко
О.О.Коваленко, Л.А. Осипова
В.О. Буданов, О.В. Дишкантюк,
М.М. Зацеркляний, С.В. Котлік,
С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова

Технічний редактор

Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2013. — 273 с.

Збірник опубліковано за рішенням вченої ради від 3.09.2013 р., протокол № 1

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2013

РОЗДІЛ 2
МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ЖИТТЯ МОЛОДІ

тимумов свободных и иммобилизованных форм ферментов позволяет констатировать значительное расширение диапазонов их значений. Установлено также, что иммобилизованные ферменты, в отличие от свободных, проявляют стабильность в средах, моделирующих условия желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) и сохраняют способность гидролизировать субстрат (α -амилаза на 65 % от max, трипсин на 47 % от max).

Установлено, что ИПЭК обладают функционально-физиологическими свойствами, присущими природным энтеросорбентам (сорбция ионов свинца – 33,5 мг/г, хлоридов кислот – 6,5 мг/г, ВУС – 6,2 г/г). В связи с этим целесообразным явилось изучение влияния ионов тяжелых металлов на активность ферментов вне и в составе комплекса. Для этого интактные и иммобилизованные ферменты инкубировали в 0,01 н растворе ацетата свинца, затем определяли их активность.

Установлено, что присутствие ионов свинца полностью подавляет активность свободных ферментов. Активность же ферментов в присутствии полисахаридов сохраняется и составляет для амилазы 28,42 % от max, трипсина – 33,85 % от max.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что природные полисахариды являются эффективной матрицей для иммобилизации ферментов, обладающей энтеросорбционной активностью.

Научный руководитель – канд. техн. наук, Капустян А.И.

ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА ПОКАЗНИКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ МОЛОДШИХ КУРСІВ

**Яготін Р.С., ст. викладач кафедри фізичної культури та спорту
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

До пріоритетних напрямів державної політики нашої країни відноситься збереження здоров'я підростаючого покоління, як гарантії успіху економічних, соціальних та освітніх реформ (Репіна А.П., 2012; Шибкова Д.З., 2012). Проте багатьма дослідниками наголошується постійне погіршення стану здоров'я молоді (Климова Т.В., 2005; Березіна Н.О., 2007; Баєвський Р.М., Берсенєва А.П., 2011). За даними Міністерства освіти і науки України продовжує зростати загальна захворюваність дітей, а число здорових випускників шкіл скорочується з кожним роком (Клещініна Ю.В., 2009). Дослідження (Круцевич Т.Ю., 2011) показали, що понад 70 % студентів мають низький і нижче середнього рівні соматичного здоров'я.

Тому однією з найактуальніших проблем у сучасному фізичному вихованні є підбір показників, що дозволять визначити стан функціональної готовності студентів до високого рівня психоемоційних, учбових та соціально-побутових навантажень.

Метою роботи було встановити вплив фізичних навантажень на показники функціонального стану студентів молодших курсів.

Основними задачами дослідження було: Дослідити стан серцево-судинної системи студентів у покої та при стандартних фізичних навантаженнях. Визначити вплив фізичних навантажень на показники функціонального стану та фізичних можливостей студентів молодших курсів.

Дослідження проводилися у продовж 2012-2013 навчального року на базі кафедри фізичного виховання і спорту ОНАХТ. У тестуванні взяли участь студенти I-го курсу всіх факультетів. Тестування проводилось за допомогою функціональної проби Ру-

ф'є-Діксона, де в якості фізичного навантаження використовували 30 присідань за 45с. Даний метод, згідно наказу Міністерства охорони здоров'я України, є основним показником здоров'я школярів і встановлює готовність до занять фізичною культурою та спортом.

Отримані данні показали, що лише 2,2 % – студентів мають відмінні показники, 11,2 % – добрі, 21,8 % мали задовільний результат, 41,7 % – поганий та 23,1 % – дуже поганий.

Для проведення експерименту було сформовано дві групи чоловіча та жіноча. 17 дівчат тричі на тиждень протягом трьох місяців займалася фітнесом, а 13 хлопців - боксом. Аналіз отриманих наприкінці дослідження результатів показав, що регулярні заняття фітнесом та боксом сприяють підвищенню показників та призводять до достовірно значущих змін у розвитку сили (25,6 %) , швидкісно-силових якостей (13,5 %) та витривалості (18,5 %). Рівень розвитку інших якостей свідчить про тенденцію до покращення показників. Найбільш заняття фітнесом вплинули на рівень розвитку гнучкості студенток (18,1 %).

В ході дослідження виявлено, що системний підхід до засобів, методів й змісту занять з фізичного виховання, що базується на оцінці фізичних можливостей організму та їх резерву, позитивно впливає на стан здоров'я та рівень фізичних можливостей студентів.

Отримані дані дозволяють надати рекомендації викладачам, щодо методичної організації та проведення занять, в умовах закладів освіти. Подібні заняття можуть бути використані у позаучбових оздоровчих заняттях зі студентами основної та підготовчої групи.

ПРОБЛЕМА НАДМІРНОГО СПОЖИВАННЯ ЦУКРУ

**Литвин Я.С., студентка V курсу факультету МТМС
Донецького національного університету економіки і торгівлі
ім. М. Туган-Барановського, м. Донецьк**

У формуванні здорового способу життя важливу роль відіграє споживання цукру у тій кількості, яка не чинить шкідливого впливу на здоров'я людини.

Рафінований цукор, який отримують в результаті переробки цукрового буряка та очерету вважається одним із найшкідливіших продуктів харчування: він не містить ані мінеральних речовин, ані вітамінів або харчових волокон.

За даними Державної служби статистики України споживання цукру населенням нашої країни майже у два рази перевищує норму добового споживання цукру (включаючи сахарозу, глюкозу і фруктозу), встановлену Всесвітньою організацією охорони здоров'я. Ця норма складає 10 % від добової енергетичної цінності раціону людини, що становить у середньому не більше 50 грамів на добу для жінок і 60 грамів для чоловіків.

Надмірне споживання цукру призводить до низки серцево-судинних захворювань, розвитку ожиріння, виникнення цукрового діабету, послаблення імунітету, передчасного старіння організму, поганого засвоєння кальцію та вітамінів групи В.

Особливої уваги потребує факт збільшення кількості випадків дитячого ожиріння в усьому світі. Україна не є виключенням у цій тенденції. Поряд із гіподинамією та іншими чинниками цьому сприяє надмірне споживання цукру. Слід зазначити, що у червні 2013 року членами Американської медичної асоціації ожиріння офіційно було ви-

ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ВЖИВАННЯ ПИТНОЇ ВОДИ, ЗАБРУДНЕНОЇ НІТРАТ-ІОНАМИ Малюченко Ю.С.....	55
ОГЛЯД РИНКУ ПРЕПАРАТІВ ДЛЯ БОРОТЬБИ ІЗ ЗАЙВОЮ ВАГОЮ Сєногонова Г.І.....	56
НАПИТКИ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ В ПИТАНИИ МОЛОДЕЖИ Крукович О.В.....	57
ПРОСТОРОВО-ТЕРИТОРІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЗАХВОРЮВАНOSTI НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ Ярьоменко С.Г.....	58
РЕАКЦІЇ АДАПТАЦІЇ ОРГАНІЗМУ ТА ЇХ ХАРАКТЕРИСТИКА У ДІТЕЙ ІЗ ХРОНІЧНИМ ГАСТРИТОМ Ласюк К.В.....	59
ВЕГЕТАРІАНСТВО В СИСТЕМІ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ МОЛОДІ Бондаренко О.М.....	60
ОСОБЛИВОСТІ ХАРЧУВАННЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ Валевська Л.О.....	61
СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ Лисицина Ю.В.....	62
СТАБИЛЬНОСТЬ ИММОБИЛИЗОВАННЫХ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНЫХ ФЕРМЕНТОВ ПО ОТНОШЕНИЮ К ИОНАМ ТЯЖЕЛЫХ МЕТАЛЛОВ Силенко М.С.....	63
ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА ПОКАЗНИКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ МОЛОДШИХ КУРСІВ Яготін Р.С.....	64
ПРОБЛЕМА НАДМІРНОГО СПОЖИВАННЯ ЦУКРУ Литвин Я.С.....	65
ОБГРУНТУВАННЯ ТЕРМІНУ ЗБЕРІГАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ПРОДУКТУ ДЛЯ СПОРТИВНОГО ХАРЧУВАННЯ Варфоломєєва О.А.....	66
ПРОБЛЕМЫ КАЧЕСТВА ПРОДУКТОВ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ Оганезова К.В.....	67
СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ Потамошнієва О.М., Сінопальнікова Н.М., Туренко Н.М.....	68
РОЛЬ ДОСЛІДЖЕННЯ СПОЖИВНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ Каркачова Н.К.....	70

Наукове видання

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
VI Всеукраїнської науково-практичної конференції
молодих учених та студентів
з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді»
5-6 листопада 2013 року

Головний редактор, д-р техн. наук, проф. Б.В. Єгоров
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф. Л.В. Капрельянц
канд. техн. наук, доц. О.М. Кананихіна
Технічний редактор Т.С. Лозовська

Підписано до друку 03.09.2013 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848