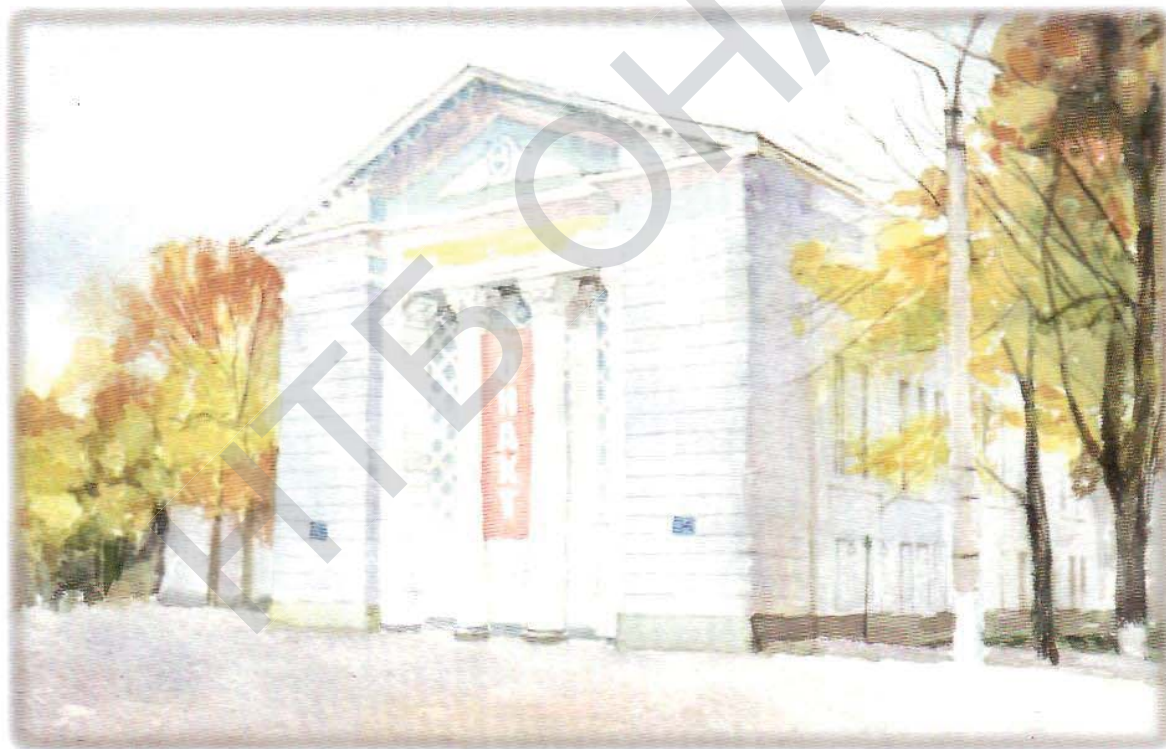


**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

10-11 листопада 2015 року

м. Одеса

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 техн. наук,
професори:

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

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,
О.В. Дишкантюк, С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова,
Т.В. Шпирко, Г.О. Саркісян

Технічний редактор,
канд. техн. наук

Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2015. — 419 с.

Збірник опубліковано за рішенням Ради з гуманітарної освіти та виховання студентів ОНАХТ від 30.11.2015 р., протокол № 3

За достовірність інформації відповідає автор публікації

© Одеська національна академія харчових технологій, 2015

РОЛЬ СТУДЕНЧЕСКОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ

**Молчановская А.С., ОКУ «Магистр» факультета ТППКСЭиТ
Одесская национальная академия пищевых технологий, г. Одесса**

Проблема формирования здорового образа жизни у студенческой молодежи во время обучения в ВУЗе – это, по существу, серьезная проблема, затрагивающая системы самоуправления в учебном заведении. Ведь именно самоуправление способно создавать объективные условия для саморазвития, самовоспитания, самосовершенствования личности студента, в процессе которых, у молодых людей побуждается желание формировать в себе все благоприятные качества для реализации своего потенциала.

Студенческое самоуправление – это форма управления, целью которой является обеспечение прав и обязанностей студентов, формирование конструктивных, организаторских, коммуникативных умений, которые, как правило, повышают ответственность за свои дела и поступки. Развитие самодисциплины, формирование чувства ответственности зачастую играют немаловажную роль в формировании здорового образа жизни среди студенческой молодежи.

Разъяснительная работа и формирование здорового образа жизни среди студентов на сегодня наиболее актуальны и значимы в работе студенческого самоуправления.

Сегодня, здоровый образ жизни среди молодежи – это тренд. Невозможно привлечь студентов посещать занятия физической культурой, если они проводятся по устаревшей системе и не вызывают никакого интереса. К тому же, будет ошибочным мнение, что два занятия в неделю физической культурой сформируют мотивацию к здоровому образу жизни среди студентов.

Именно подача моральных, физических, развивающих аспектов студенческим самоуправлением, в ВУЗе, формируют здоровую и активную молодежь.

Сами студенты могут стать активными пропагандистами здорового образа жизни в молодежной среде при умелом сопровождении студенческого самоуправления, которое будет занимать студенческий досуг разнообразными физическими, моральными, культурными мероприятиями.

Необходимо проводить серьезную работу по преодолению таких негативных проявлений, как жестокость, агрессивность, асоциальное поведение, курение, употребление алкоголя и запрещенных препаратов. Необходимо, прежде всего, воспитывать культуру молодежи, которая впоследствии и станет главным оружием в борьбе за здо-

ровый образ жизни. По моему мнению, именно лидеры студенческого самоуправления должны в первую очередь инициировать движение среди студентов и призывать к здоровому образу жизни.

Студенческое самоуправление – организация, в которой находятся, прежде всего, сами студенты, и уже поэтому, намного легче повысить интерес среди остальной студенческой молодежи не только к творческой и научной деятельности, но и к улучшению благосостояния и самочувствия, как физического, так и морального.

Реализация всех аспектов, которые могут влиять на формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи, зависит в первую очередь от знаний, умений и подхода студенческого самоуправления, поэтому подготовка студентов, занятых в этом процессе просто необходима.

УЧАСТЬ СТУДЕНТСЬКОГО САМОВРЯДУВАННЯ У ПРОФІЛАКТИЦІ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ МОЛОДІ

**Сібова Ю.В., студентка II курсу факультету ЕБіК
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

В останні роки активізувалася увага до здорового способу життя студентів. Це пов'язано із заклопотаністю суспільства з приводу здоров'я фахівців, що випускаються вищою школою, росту захворюваності в процесі професійної підготовки, наступним зниженням працездатності. Необхідно чітко представляти, що не існує здорового способу життя як особливості форми життєдіяльності поза способом життя в цілому. Встановлено, що на здоров'я людини впливає ряд факторів: стан довкілля, спадковість, система охорони здоров'я, спосіб життя людини. В даний час накопичений науковий матеріал, що доводить безпосередній вплив цілого ряду факторів навколишнього середовища (клімат, погода, екологічні обставини) на здоров'я людини (20 %). Зростає захворюваність молоді за багатьма класами хвороб. Все це призводить до багатьох негараздів, а саме: зниження придатності юнаків до служби в Збройних Силах України, значних обмежень профпридатності молоді при виборі професії та роботи в майбутньому, зниження рівня репродуктивного здоров'я та ін.

Формування здорового способу життя, питання протидії неінфекційним захворюванням та шляхи їх вирішення. Студентське самоврядування може розробити комплекс заходів з профілактики про важливість раціонального та збалансованого харчування у запобіганні серцево-судинним захворюванням, раку, цукровому діабету, остеопорозу, карієсу, ожирінню, виснаженню та іншим патологічним станам організму. Дисбаланс між корисними та шкідливими продуктами у раціоні харчування, надмірна кількість цукру, солі, насичених жирів і транс-жирів призводить до того, що більша частина дорослих в Україні мають зайву масу тіла. Надмірне споживання калорій, особливо тих, що походять із технологічно оброблених продуктів, сприяє підвищенню ризику розвитку раку, цукрового діабету, атеросклерозу, артеріальної гіпертензії тощо. Тим самим гарантує значне зниження хронічних захворювань.

Студентське самоврядування повинно проводити заходи, які направлені на профілактику захворювань та зміцнення здоров'я: лекції; плакати; популяризацію видань про здоровий спосіб життя.

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ПРИОБЩЕНИЯ СТУДЕНТОВ ОТК ОНАПТ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ: К ПОСТАНОВКЕ ПРОБЛЕМЫ	
Кармазин Д.В.....	386
ПРОБЛЕМА ДОТРИМАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СЕРЕД СТУДЕНТІВ ВИЩОГО МЕДИЧНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ	
Любомудрова К.С., Крошка В.І., Помогайбо К.Г.....	387
РОЛЬ СТУДЕНЧЕСКОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ	
Молчановская А.С.....	388
УЧАСТЬ СТУДЕНТСЬКОГО САМОВРЯДУВАННЯ У ПРОФІЛАКТИЦІ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ МОЛОДІ	
Сібова Ю.В.....	389
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ	
Скрипніченко Д.М.....	390
СТУДЕНЧЕСКОЕ САМОУПРАВЛЕНИЕ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ОПЫТ КАФЕДРЫ ХИМИЧЕСКОЙ ТЕХНИКИ И ПРОМЫШЛЕННОЙ ЭКОЛОГИИ НТУ «ХПИ»	
Стадник В.Ю.....	391
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ В УКРАИНЕ	
Шульженко В.С.....	392

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
10-11 листопада 2015 р.

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

Технічний редактор, канд. техн. наук Т.С. Лозовська

Підписано до друку 30. 11. 2015 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.

Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 50 прим. Замовлення 969