

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



## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

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



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

**1 жовтня - 3 жовтня 2020 року**

**м. Одеса**

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

## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

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

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

**1 жовтня - 3 жовтня 2020 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, О.В. Бочарова,  
Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,  
Г.В. Крусір, В.М. Плотніков,  
Л.М. Тележенко, Н.А. Ткаченко  
О.О. Меліх, В.В. Немченко  
О.Б. Ткаченко

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

О.О. Коваленко  
А.О. Соловей  
Т.П. Сергеєва, О.О. Фесенко

Технічний редактор,  
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

### **Одеська національна академія харчових технологій**

Збірник матеріалів XIII Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2020. — 251 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради  
від 3 листопада 2020 р., протокол №5

За достовірність інформації відповідає автор публікації

© Одеська національна академія харчових технологій, 2020

**РОЗДІЛ 2**  
**МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО**  
**СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ**

человек. Удовлетворительное состояние определили у 48 студентов (28%) у остальных результат соответствовал хорошему гигиеническому состоянию полости рта. Несоответствие достаточного уровня теоретических знаний о гигиене полости рта и реализацией их на практике участники исследования объясняли загруженностью, На отсутствие возможности полноценно завтракать из-за отсутствия времени утром указали как студенты, проживающие в общежитии, так и те, кто жил с семьей дома. Они указали на то, что вынуждены завтракать фаст-фудом по дороге на занятия или кофе с выпечкой в буфетах учебных заведений, естественно нарушая правило, рекомендуемое чистку зубов после завтрака. Кроме этого, для тех, кто почистил зубы и не завтракал, существенно сокращалось время, когда полость рта оставалась «чистой». Следует отметить, что лишь небольшой процент опрошенных скептически отнесся к полученным результатам исследования, а именно результатам оценки гигиенического состояния их полости рта. Большинство отметило важность внимания к проблеме.

Выводы. Установлено, что отсутствие у студенческой молодежи возможности завтракать, влечет за собой нарушение ежедневного известного алгоритма гигиенического ухода за полостью рта, препятствует реализации имеющихся знаний. В связи с этим, организация режима дня, а также полноценного питания в общежитиях, является одним из направлений формирования здорового способа жизни молодежи.

Научный руководитель – канд. мед. наук,  
доцент Кузина В.В.

## **ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ**

**Григорян Е.К., Григорян В.К.**  
**Харківський національний медичний університет,**  
**м. Харків**

Через пандемію коронавірусу (COVID-19), яка поширювалася по країні, навчальні заклади закрили свої двері, а заняття перейшли в Інтернет, щоб уповільнити його поширення. Перехід до онлайн-навчання вплинув не лише на вчителів, яким довелося внести зміни до

своїх навчальних програм, а й на студентів, яким довелося адаптуватися до нового навчального середовища. Одним з основних наслідків переходу до навчання в Інтернеті є його вплив на здоров'я студентів:

1. Онлайн-навчання може впливати на рівень фізичної активності студентів. Відсутність фізичної активності у перервах між заняттями змусила деяких студентів залишатись годинами нерухомо біля своїх комп'ютерів.

2. Багато іноземних студентів, які перебувають у різних часових поясах, повинні були скоригувати свій цикл сну, щоб відвідувати заняття. Зміна регулярного режиму сну впливає на циркадний ритм організму або на внутрішні біологічні годинники. Циркадний ритм заснований на освітленні світлом, яке підтримується пробудженням, коли немає світла, і відходом до сну, коли темно.

3. Віртуальне навчання неминуче збільшує кількість часу, який студенти щодня проводять за цифровими пристроями. [1]

Зміна психічного стану або емоційний стрес може спричинити серйозні труднощі для студентів вищих навчальних закладів і часто впливає на їх успішність у навчанні. Для викладачів онлайн-курсів основними академічними проблемами студентів, які викликають занепокоєння, є неповноцінне виконання студентами завдань вчасно, відсутність участі в онлайн-дискусіях та відсутність завчасної відповіді на електронні листи та/або на телефонні дзвінки. [2]

У своїй книзі "College Students in Distress: A Resource Guide for Faculty, Staff and Campus Community", Sharkin (2006) запропонував ряд корисних вказівок щодо використання моделей повторної поведінки для виявлення попереджувальних ознак проблем психічного здоров'я у студентів:

- Моделі *атипової* поведінки: це поведінка, яка "не відповідає характеру конкретного студента"

- Моделі *незвичної* поведінки: поведінка, яка є ненормальною або дивною, навіть у колективній громаді; такі як параноя, постійне магічне чи фантастичне мислення або дії, що заважають навчальній атмосфері.

- Моделі *низької успішності*: стурбовані студенти часто потрапляють у цикл емоційних проблем, що призводить до академічних проблем, які призводять до подальшого погіршення емоційного стресу та зниження успішності студента.

Настанови Sharkin (2006) для викладачів легко адаптуються до середовища онлайн-курсу. В онлайнівій обстановці важко спостерігати змін у гігієнічних звичках, одязі чи фізичній

поведінці; але зміни в якості роботи чи змісті дискусійних повідомлень студента підлягають оцінці викладачами. Якщо зміна успішності студентів є раптовою, незвичною, супроводжуються неповагою до однолітків та викладачів або призводить до зниження успішності студента; потрібно враховувати можливість певного втручання викладача. Початкова дія викладачів у такій ситуації – особиста розмова зі студентом про стурбованість викладача (Sharkin, 2006).

Викладачі онлайн-курсів можуть бути основним зв'язком між студентом та університетом і мають унікальну можливість допомогти у вирішенні проблем психічного здоров'я. Стрес від курсових робіт у коледжі може призвести до емоційного переживання у студентів, незалежно від того, перебувають вони у традиційних чи на дистанційних заняттях. З цих причин дуже важливо, щоб адміністрація ВНЗ розробляла ресурси для психічного здоров'я та оздоровлення для викладачів та студентів. А безпосередньо студентам та викладачам, у період дистанційних занять, рекомендується притримуватись необхідної перерви між заняттями, намагатись залишатися фізично активними та повноцінно харчуватися. [1,2]

Список використаних джерел:

1. Amrita Balram (2020) How online learning can affect student health. The Johns Hopkins News-Letter.
2. Bonny Barr (2014) Identifying and addressing the mental health needs of online students in higher education. Online Journal of Distance Learning Administration, Volume XVII, Number II.

Науковий керівник – д-р. мед. наук,  
професор Ольховський В.О.

## **САМООБМЕЖЕННЯ У ГЕМБЛІНГУ: НОВЕЛІЗАЦІЯ ДЕРЖАВНОГО РЕГУЛЮВАННЯ ГРАЛЬНОГО БІЗНЕСУ**

**Кіріяк О. В.**

**Чернівецький національний університет ім. Ю.Федьковича,  
м. Чернівці**

Проблеми патологічної залежності від азартних ігор різного роду у наш час не втрачає свого поширення ні серед осіб похилого віку, ні серед молоді. Щорічно статистичні дані фіксують невпинне

ФАКТОРЫ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ЗНАНИЙ ОБ УХОДЕ ЗА ПОЛОСТЬЮ РТА У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ Бугаев В.Ю.....	44
ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ Григорян Е.К., Григорян В.К.....	46
САМООБМЕЖЕННЯ У ГЕМБЛІНГУ: НОВЕЛІЗАЦІЯ ДЕРЖАВНОГО РЕГУЛЮВАННЯ ГРАЛЬНОГО БІЗНЕСУ Кіріяк О.В.....	48
ВЛИЯНИЕ ВИРТУАЛЬНОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА Максимов А.А.....	50
ПРОБЛЕМА ТЮТЮНОПАЛІННЯ У МОЛОДІ: ПЕРСПЕКТИВНІ ШЛЯХИ ЛІКУВАННЯ Цветковська А.В.....	52
<b>РОЗДІЛ 3 – ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ.....</b>	<b>55</b>
<b>ТЕХНОЛОГІЯ ХЛІБА, КОНДИТЕРСЬКИХ, МАКАРОННИХ ВИРОБІВ І ХАРЧОКОНЦЕНТРАТІВ.....</b>	<b>56</b>
ОСОБЛИВОСТІ РОЗРОБКИ КОМПОЗИЦІЇ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО БОРОШНЯНОГО КОНДИТЕРСЬКОГО ВИРОБУ Дубина Аліна, Дубина Анна.....	56
МИНЕРАЛЬНЫЙ СОСТАВ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ НЕДРОБЛЕНОЙ ИЗ ТВЕРДОЙ ПШЕНИЦЫ, ВЫРАЩЕННОЙ В УСЛОВИЯХ БЕЛАРУСИ Лысенкова А.И., Леглик О.М.....	57
РОЗШИРЕННЯ АСОРТИМЕНТУ КЕКСІВ НА ДРІЖДЖАХ З ПІДВИЩЕНОЮ ХАРЧОВОЮ ЦІННІСТЮ Чабан А.Б., Грiщенко А.В.....	60