

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



SINCE **Ξ** 1822
ШАВО

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

4-5 листопада 2014 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:

А.Т. Безусов, О.Г. Бурдо, А.І. Віват, Л.Г. Віннікова,
К.Г. Іоргачова, Г.В. Крусір, Л.М. Тележенко,
М.Г. Хмельнюк, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно
О.Б. Ткаченко,

доктор техн. наук., доцент
доктори техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

О.О. Коваленко, Л.А. Осипова,
О.В. Дишкантюк, С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова,
Т.В. Шпирко

Технічний редактор,
канд. техн. наук

Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів VII Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2014. — 368 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 4.11.2014 р., протокол № 3

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-х

© Одеська національна академія харчових технологій, 2014

СОСТАВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**Колесниченко Н.А., аспирантка факультета ПЭЭиНГТ
Одесская национальная академия пищевых технологий**

Здоровый образ жизни в Украине сегодня определяет как социальный уровень, так и качество жизни человека. Здоровье – это не отсутствие болезни, а физическая, социальная, психологическая стабильность человека. Наука разрабатывает методологию и мировоззренческие аспекты глобальных проблем, и, главное, она решает задачи их правильной постановки. Авторы по-разному формулируют глобальную проблему здоровья людей: от частичной задачи ликвидации опасных инфекционных заболеваний до вопроса выживания человечества на планете.

Если рассматривать факторы профессиональной подготовки будущих специалистов, то важнейшим из них является состояние здоровья. Успешность профессиональной деятельности будущего специалиста, в частности инженера-педагога, в большей степени зависит от физического состояния его организма, что, в свою очередь, характе-

ризується показателями його фізического розвитку. Все це знаходиться в прямій залежності від фізическої активності, способности студентів к самостійним регулярним фізическим і інтелектуальним заняттям, котрі в структурі професіональної діяльності будучого інженера-педагога мають определене значення. Іменно організація режиму направлена на використання засвідків фізическої культури для укреслення і розвитку фізических і духовних якостей студентів, общення і отдыха, формирования орієнтації на свободу вибору форм заняття, возможности проявлення ініціативи і самостійности.

Нормирований режим труда и отдыха благоприятно влияет на здоровье как будущего специалиста, так и инженера-педагога. Для молодого учёного важными факторами являются высокий уровень интеллектуальных способностей (уровень внимания, памяти, креативности, мышления), его работоспособность и умение преподнести информацию аудитории. Для этого каждый педагог, учёный, инженер обязан соблюдать и поддерживать такие формы и средства повседневной жизнедеятельности, которые отвечают гигиеническим принципам, укрепляют адаптивные возможности организма, способствуют успешному восстановлению, поддержке и развитию резервных возможностей организма, полноценному выполнению социально- профессиональных функций.

Что касается способности студентов воспринимать информацию, были проведены исследования зависимости уровня обучаемости от нормированного режима труда-отдыха. Анализ результатов проведенного исследования показал, что лучшие результаты получены в группе Э-I, в которой у студентов были развиты двигательные качества личности, а именно: сила, гибкость и выносливость за счет акцента в обучении на осуществление индивидуальной коррекции состояния и возможностей организма студентов. В группе Э-II в большей степени обеспечен рост уровня качества знаний и умений за счет применения их на практике с использованием естественных условий организации и проведения самостоятельных занятий.

Установлено, что после проведения эксперимента формирование организационных качеств на высоком и достаточном уровнях выявили 88,5 % студентов группы Э-I согласно рисунку и 62,5 % — группы Э-II (до эксперимента соответственно 57,7 % и 20,8 %), что объясняется эффективностью реализации педагогических условий (рис.). Это позволило студентам актуализировать, систематизировать, укрепить, расширить и применить организационные знания в практических ситуациях как в аудиторное, так и во внеаудиторное время.

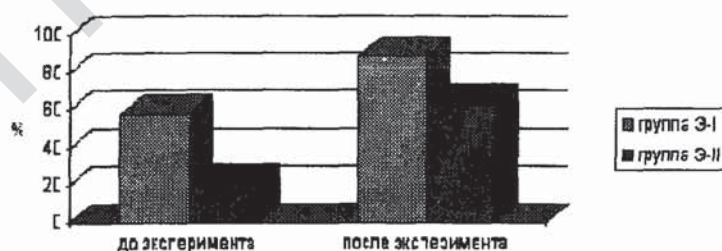


Рис. 1 – Уровень формирования ценности здоровья и здорового образа жизни у студентов

Данная диаграмма показывает, насколько важным является проведение занятий со студентами по организации форм и методов удовлетворения, физических и духовных потребностей в учебе, труде, быту, активном отдыхе, которые способствуют фор-

мированию здорових норм життя. В цих умовах стан здоров'я студентів є показателем їх загальнокультурного розвитку, найважливішої ціннісної орієнтації, і має велику соціальну значимість.

Научный руководитель – канд. техн. наук, доцент Бошкова И.Л.

З М І С Т

РОЗДІЛ 1 – ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНСЬКОГО НАРОДУ Адельзберг Г.В.....	4
ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Башавець Н.А.....	5
ІНФОРМАЦІЯ КАК ФАКТОР ВЛИЯНИЯ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ Бевзюк Т.В., Копейко А.В.....	6
ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ІНТЕНСИВНОГО НАВЧАННЯ У ВИЩІЙ ШКОЛІ Васько В.І.....	7
ЗДОРОВЬЕ КАК ФИЛИСОФСКАЯ КАТЕГОРИЯ Возный А.П.....	8
ЗДОРОВ'Я – ЦЕ МОВА, А МОВА – ЦЕ ЗДОРОВ'Я Войтенко Г.М., Казарян Т.Г.....	9
ФИЛОСОФИЯ ЗДОРОВЬЯ Грекова К.С.....	10
ВЕЛОСПОРТ: ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ПОТРЕБНОСТИ В ОБЩЕНИИ Дрозд Е.А.....	11
ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ Жидак О.І.....	12
ВОСПИТАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВА В АНТИЧНОСТИ Зюганов А.П.....	13
АВТОМАТИЗОВАНА СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ ФІЗІОЛОГІЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ ЛЮДИНИ Івасюк П.О., Марченко С.С.....	14
ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПРИ РЕАЛІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ВНЗ Коваль Ю.В.....	15
СОСТАВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ Колесниченко Н.А.....	16
ФИЛОСОФСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ Коломиец К.А.....	18