



EUROPEAN CONFERENCE

Conference Proceedings



**The IV International Science Conference
«ACTUAL PROBLEMS OF PRACTICE AND
SCIENCE AND METHODS OF THEIR
SOLUTION»**

January 31 – February 02, 2022

Milan, Italy

ACTUAL PROBLEMS OF PRACTICE AND SCIENCE AND METHODS OF THEIR SOLUTION

Abstracts of IV International Scientific and Practical Conference

Milan, Italy

(January 31 – February 02, 2022)

ACTUAL PROBLEMS OF PRACTICE AND SCIENCE AND METHODS OF THEIR SOLUTION

UDC 01.1

ISBN – 978-9-40364-508-7

The IV International Scientific and Practical Conference «Actual problems of practice and science and methods of their solution», January 31 – February 02, Milan, Italy. 699 p.

Text Copyright © 2022 by the European Conference (<https://eu-conf.com/>).

Illustrations © 2022 by the European Conference.

Cover design: European Conference (<https://eu-conf.com/>).

© Cover art: European Conference (<https://eu-conf.com/>).

© All rights reserved.

No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted, in any form or by any means, or stored in a data base or retrieval system, without the prior written permission of the publisher. The content and reliability of the articles are the responsibility of the authors. When using and borrowing materials reference to the publication is required. Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine, Russia and from neighboring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

The recommended citation for this publication is: Ashtayeva M. Environmental trends in modern landscape design // Actual problems of practice and science and methods of their solution. Abstracts of IV International Scientific and Practical Conference. Milan, Italy 2022. Pp. 22-24.

URL: <https://eu-conf.com>.

ACTUAL PROBLEMS OF PRACTICE AND SCIENCE AND METHODS OF
THEIR SOLUTION

173.	Мордвинцев М.В., Демидов З.Г., Колмик О.О. ПРОГНОЗ У СФЕРІ КОНФЕДЦІЙНОСТІ	672
174.	Неженцев О.Б. ДО ПИТАННЯ СТІЙКОСТІ МАТЕМАТИЧНИХ МОДЕЛЕЙ ВАНТАЖОПІДЙОМНИХ КРАНІВ	676
175.	Шавкун В.М., Окрутний А.Б. АВТОМАТИЗАЦІЯ ДІАГНОСТИКИ І МОНІТОРИНГУ ДІЛЯНОК КОНТАКТНОЇ МЕРЕЖІ НА ЕЛЕКТРИЧНОМУ ТРАНСПОРТІ	680
176.	Қожамқұлова Г., Кадрешев Е. ЗЕРТХАНАДА ПРАКТИКАЛЫҚ ПІШІНДЕГІ СУАҒАР МОДЕЛІНДЕ ЗЕРТТЕУ НӘТИЖЕЛЕРІ ТУРАЛЫ	683
TOURISM		
177.	Медведовська Т.П. ЗНАЧЕННЯ ТУРИЗМУ ДЛЯ РОЗВИТКУ ДЕРЖАВНОЇ ЕКОНОМІКИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ	687
178.	Халайджі С.В., Сергеева Т.П., Мільковський В.М. ТУРИЗМ ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ПОКРАЩЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	690
VETERINARY SCIENCES		
179.	Шин Д.С., Бабалиев С.У. ВЛИЯНИЕ РАДИОТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ НА ОРГАНИЗМ ЖИВОТНЫХ В ЗАБРОШЕННЫХ УРАНОВЫХ РУДНИКАХ В СЕВЕРО-КАЗАХСТАНСКОЙ ОБЛАСТИ	695

ТУРИЗМ ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ПОКРАЩЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Халайджі Світлана Владиславівна

Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання і спорту
Одеський національний технологічний університет

Сергєєва Тетяна Петрівна

Старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Одеський національний технологічний університет

Мільковський Владислав Михайлович

Студент II курсу
Одеський національний технологічний університет

Відомо, що за останнє десятиріччя завдяки діджеталізації та активному використанню молоддю України електронних засобів спілкування суттєво зменшилася їх фізична активність.

Відомо, що є пряма залежність рівня здоров'я людини від її фізичної активності. Тому в останні роки ми спостерігаємо збільшення хронічних захворювань студентської молоді, особливо серцево-судинних захворювань та патологій розвитку дихальної системи. Одним зі шляхів вирішення цієї проблеми є розвиток і популяризація спортивного туризму в ЗВО України [1, 2]. Спортивний пішохідний туризм сприяє фізичному та інтелектуальному розвитку людини, підтримці хорошої фізичної форми завдяки перебуванню в природних умовах навколишнього середовища. Маршрут пішого туризму може містити в собі програму фізичної чи спортивно-оздоровчої підготовки, ознайомлення з історією і культурною спадщиною населення регіону.

Тому кафедрою фізичного виховання і спорту Одеського національного технологічного університету (донедавна Одеській національній академії харчових технологій) було прийняте рішення про створення туристичного клубу «САЛО», що російською мовою розшифровується як «самые активные люди Одессы» [3]. Клуб «САЛО» заснований в 2009 році. Основне його завдання максимально збільшити кількість студентів, які хоча б раз за період навчання взяли участь у туристичній подорожі мальовничими місцями України. Тому пріоритетний напрямок роботи клубу це проведення походів вихідного дня тривалістю 2-3 дні. Походи вихідного дня - один із наймасовіших видів активного відпочинку населення, метою якого є спілкування з природою, знайомство з життям та побутом свого регіону, краю та країни.

Походи вихідного дня є одним із засобів тренування, підготовки до майбутніх далеких подорожей і туристських змагань. У цих походах турист-початківець одержує перші знання про похідне життя, удосконалює

технічні туристські навички, підвищує свою загальну та спеціальну фізичну підготовку, вчиться долати складні ділянки маршруту, виробляє певний туристський крок і сталий темп руху. Ночівлі в польових умовах у наметах і біля вогнища сприяють вихованню навиків бівуачного життя й загартовуванню організму.

У пішохідних походах вихідного дня, під керівництвом досвідчених інструкторів, можуть брати участь всі бажаючі. Навіть деякі відхилення в стані здоров'я не можуть стати на заваді. (Рис.1).



Рис.1 Похід у Карпати (травень 2021 р.)

Походи проводяться систематично 1-2 рази на місяць, в основному у святкові та вихідні дні. Крім того, всі студенти, які навчаються за спеціальністю «Туризм», в обов'язковому порядку повинні стати учасниками хоча б одного походу, що є необхідною умовою для отримання заліку з цієї дисципліни.

За час існування клубу було здійснено 128 походів у наймальовничіші місця України. Загалом пройдено 6324 км. Походи проводяться протягом року, але для підготовлених студентів, які багато разів приймали участь у таких подорожах, практикується зимове сходження на Говерлу, яке стало вже традиційним. В останні місяці зимового періоду студенти виїжджають на зимове катання на лижах.

Кафедрою фізичного виховання були проведені дослідження щодо впливу фізичного навантаження під час туристичного походу та передпохідної підготовки на стан серцево-судинної та дихальної системи студентів. В дослідженні взяли участь 126 студентів всіх факультетів університету. Кожен з цих студентів здійснив від 5 до 7 подорожей. На початку першого та наприкінці п'ятого походу в кожного учасника був визначений рівень фізичного здоров'я за експрес-шкалою Апанасенко [4] та за допомогою проби Штанге проведена оцінка стану дихальної системи. За розробленою програмою між походами для студентів заплановано: 2 рази на тиждень – кросова підготовка уздовж моря по

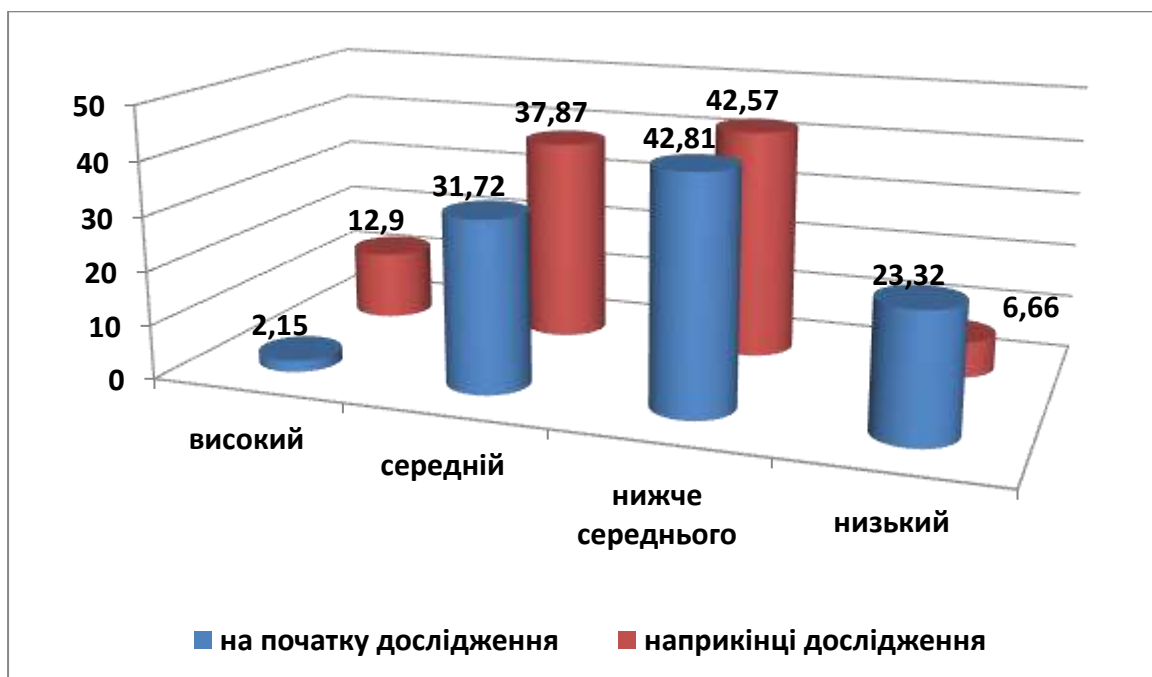
ACTUAL PROBLEMS OF PRACTICE AND SCIENCE AND METHODS OF THEIR SOLUTION

Трасі здоров'я та раз на тиждень – силова підготовка в тренажерному залі. Експеримент носив накопичувальний характер, здійснювався протягом 2 років. Результати були оброблені у 2021 році і виявилися наступними.

На початку експерименту було виявлено, що тільки у 2,15 % досліджених спостерігався високий рівень фізичного здоров'я, у 31,72 % він був середній, у 66,13 % студентів нижче середнього і низький (42,8 та 23,32 % відповідно).

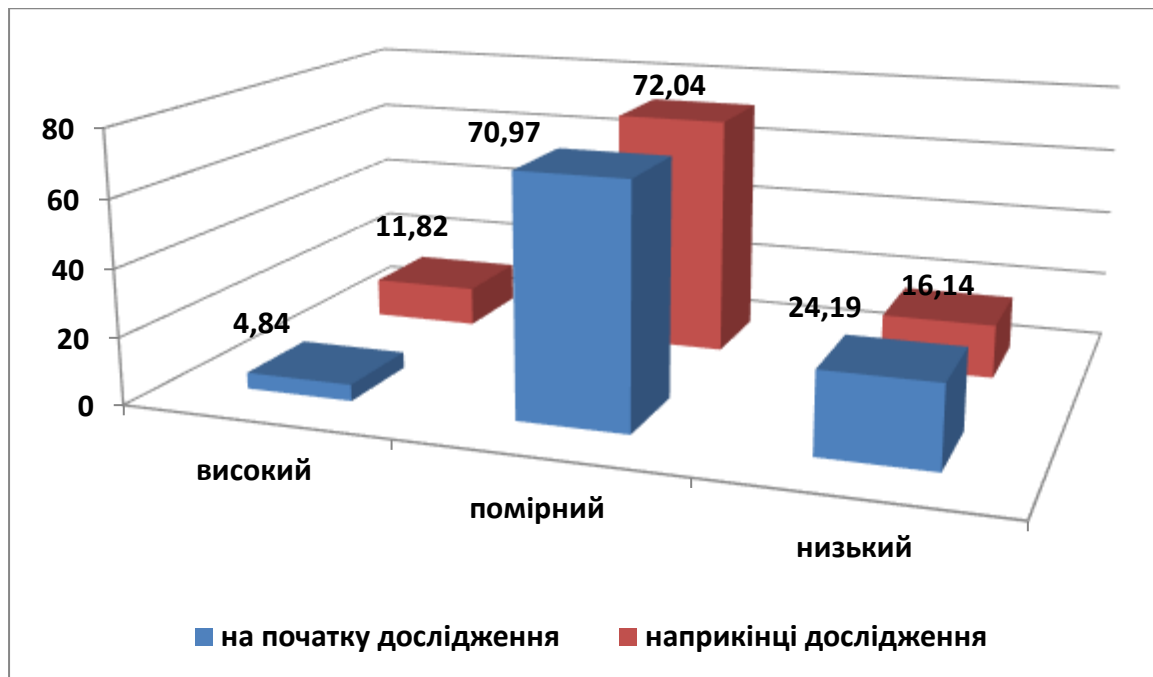
Високий рівень розвитку дихальної системи на початку досліджень мали лише 4,84 % досліджених. Помірний стан розвитку дихальної системи спостерігався у 70,97 % досліджених, у 24,19 % - низький.

За час проведення експерименту кількість студентів з високим та середнім рівнем фізичного здоров'я збільшилася на 10,75 % (з 2,15 до 12,9 %) та 5,91% (з 31,72 до 37,87 %) відповідно. При цьому на 16,66 % зменшилася кількість студентів з низьким рівнем цього показника (з 23,32 до 6,66%). Відсоток студентів, що мали рівень здоров'я нижче середнього практично не змінився. Його зріст спостерігався в межах статистичної похибки - 0,24%. На нашу думку таке мале зрушення в цьому показнику ми отримали завдяки тому, що цю категорію збільшила кількість студентів з групи низького рівня. (Діаграма 1)



Діаграма 1. Динаміка зміни рівня фізичного здоров'я студентів (у %)

Кількість студентів, що мали низький рівень розвитку дихальної системи за період експерименту знизилася на 8,05 % і досягла показника 16,14 % Натомість на 1,07% та 6,98 % відповідно збільшилася кількість студентів, що мала помірний (з 70,97 до 72,04%) та високий (з 4,84 до 11,82 %) рівень розвитку дихальної системи (Діаграма 2).



Діаграма 2. Динаміка зміни показників дихальної системи студентів (у%)

Висновки. Дослідження показали, що стан фізичного здоров'я та дихальної системи більшості студентів університету недостатній для повноцінного продуктивного подальшого життя.

Більш ніж у половини (60,98%) студентів на початку експерименту спостерігався низький та дуже низький рівень фізичного здоров'я. У 95,16 % досліджених стан дихальної системи виявився низьким та помірним.

Заняття спортивним туризмом, участь у походах вихідного дня (навіть в невеликій їх кількості) значно покращує показники фізичного здоров'я та стану дихальної системи у середньому на 16,66 % та 6,98 % відповідно. Крім того, заняття туризмом розвивають особистість, мають пізнавальну цінність, допомагають долати труднощі, самовдосконалюватися, відкривати для себе щось нове, знімати емоційну напругу, покращувати спілкування з однолітками та викладачами тощо.

Рекомендується залучати студентів у спортивну секцію з туризму з метою покращення їх життєвих показників, а також покращення їхнього морального стану та самоорганізації.

Список літератури

1. Булашев А.Я. Спортивно-оздоровительный туризм /А.Я. Булашев, В.И. Нечаев, А.С. Ровный. – Учеб. пособие. – Харьков, 2003, 191 с.
2. Клемба А. Узагальнення досліджень професійної діяльності і досвіду туристської підготовки у навчальних закладах України (підготовка фахівців) /А. Клемба, Л. Зубрицький, А. Кухтій, Л. Шевчук. Молода спортивна Україна. – Львів, Вип. 9. – Т. 3. - 2005, С. 201-205.

3 Халайджі С.В. Спортивний туризм як дієвий засіб укріплення здоров'я студентів/С.В.Халайджі, Д.В.Болтоматіс// Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова Серія №15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/ Фізична культура і спорт». Зб. наукових праць/ За ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид. НПУ ім. М.П. Драгоманова. – 2015. – Випуск ЗК1(56)15. – С.373-377.

4. Апанасенко, Г.Л., Волгіна Л.Н., Бушуєв Ю.В. Експрес – скринінг рівня соматичного здоров'я дітей та підлітків/ Г.Л. Апанасенко., Л.Н Волгіна, Ю.В. Бушуєв. – Методичні рекомендації.– К., 2002. –12с.

Scientific publications

MATERIALS

The IV International Scientific and Practical Conference
«Actual problems of practice and science and methods of their solution»

Milan, Italy. 699 p.

(January 31 – February 02, 2022)