

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



## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

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



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

**29 вересня - 1 жовтня 2017 року**

**м. Одеса**

ББК 36.81 + 36.82

УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.  
Заступник головного редактора, канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров  
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,  
доктори техн. наук,  
професори:

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

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,  
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко, Г.А. Шевченко

Технічний редактор,  
канд. екон. наук, доцент

Л.В. Іванченкова

**Одеська національна академія харчових технологій**

Збірник матеріалів X Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2017. —366 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 7 листопада 2017р., протокол № 6

За достовірність інформації відповідає автор публікації

**РОЗДІЛ 1**  
**ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я.**  
**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ**  
**ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

Закінчуючи навчання, майбутній лікар давав «Клятву», якої непохитно дотримувався протягом всього життя. Ось декілька рядків клятви: "Чисто й непорочно провадитиму своє життя і своє мистецтво. В який би дім я не зайшов, я увійду туди для користі хворого, далекий від усього зловмисного, неправедного і згубного. Що б при лікуванні — а також і без лікування — я не побачив й не почув про життя людини, чого не слід коли-небудь розголошувати, я мовчатиму, вважаючи такі речі таємницею". У цій формулі ніщо не застаріло, це, власне, лікарська етика від альфи до омеги на всі часи.

Коли вперше була складена «Клятва», не відомо. В усній формі вона переходила від одного покоління до іншого і в основних своїх рисах була створена до Гіппократа. У III ст. до н. е. «Клятва» увійшла в «Гіппократів збірник», після чого в широких колах її стали називати іменем Гіппократа. Свого часу Гіппократ не був «батьком медицини», яка протягом тисячоліть існувала до нього, він був головою видатної лікарської школи, що уособлювала найкращі досягнення давньогрецької медицини класичного періоду.

Взагалі, розвиток медичної справи в Стародавній Греції прийнято ділити на 2 періоди: догіппократівський і гіппократівський. Дані періоди мали вплив на розвиток медицини не лише в Стародавній Греції. Текст "Клятви Гіппократа" покладено в основу сучасних кодексів медичної етики, сучасних клятв, які дають студенти, одержуючи дипломи лікарів, у більшості країн світу.

Закони лікарської етики в стародавній Греції виконувалися неухильно і були неписаними законами суспільства, бо, як вважали давні греки: де любов до людей, там і любов до свого мистецтва.

Науковий керівник – канд. філос. наук, доцент Тодорова С.М.

## **СТИЛІ КЕРІВНИЦТВА ТА ЇХ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ**

**Кочерга Є.В., аспірант, Інститут вищої освіти Національної академії педагогічних наук України, м. Київ  
методист Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Дніпропетровської області, м. Дніпро, Україна**

Сучасний темп та умови життя безумовно впливають на стан здоров'я кожної людини. Стосовно педагогічної діяльності можна констатувати, що певний, а у деяких випадках значний, вплив на здоров'я особистості справляє обраний стиль педагогічного керівництва. У працях українських та зарубіжних вчених наголошується роль провідних положень наукового менеджменту в розвитку теорії та практики управління педагогічними системами. Тому ми вважаємо актуальним питання про аналіз впливу стилів педагогічного керівництва на здоров'я як педагога, так і тих, хто навчається.

Однозначного визначення поняття про стиль керівництва у науці не існує. Ми погоджуємося з таким визначенням «стиль керівництва – характерна манера поведінки керівника, що переважає в його управлінській діяльності та за допомогою якої управлінець може впливати на підлеглих та стимулювати їх для досягнення цілей» (Н.Т. Мала, 2008). Під стилем педагогічного керівництва ми будемо розуміти типову для педагога систему педагогічних способів і прийомів впливу на поведінку тих, хто

навчається, організації їх діяльності. До основних стилів керівництва відносяться авторитарний (директивний, диктаторський), демократичний (колегіальний) та ліберальний (пасивний, нейтральний).

Стиль керівництва впливає на психологічний клімат у педагогічному колективі, а відтак – і на психологічне здоров'я учасників освітнього процесу. Це підтверджують, наприклад, результати дослідження, наведені у статті А. Земби «Стиль керівництва та професійне здоров'я управлінців» (2009). Для керівників із ліберальним стилем характерна схильність до прояву депресивних станів, агресивних проявів стосовно оточуючих, різкої зміни настрою, емоційної нестійкості, недостатньої саморегуляції, підвищеної збудливості, дратівливості, невпевненості, тривожності, низької стресостійкості. Для керівників із авторитарним стилем характерна схильність до прояву імпульсивної поведінки, неврівноваженості, афективного реагування, агресивності, дратівливості, ймовірність прийняття помилкових рішень. Такі стилі керівництва сприяють створенню несприятливого психологічного клімату, що обумовлює підвищене психологічно-стресове навантаження як на керівника, так і на підлеглих. Відповідно, авторитарний та ліберальний стилі керівництва негативно впливають на здоров'я особистості. Керівники, які використовують колегіальний стиль характеризуються стійкістю до стресових життєвих ситуацій, неімпульсивністю поведінки, незначним рівнем тривожності. Цей стиль педагогічного керівництва забезпечує високу ймовірність правильних, зважених рішень, високі виробничі результати праці, ініціативу, активність співробітників, задоволеність людей своєю роботою і членством у колективі та згуртованість колективу. Таким чином, демократичний стиль керівництва сприяє створенню позитивного психологічного клімату в колективі, а отже і збереженню здоров'я учасників освітнього процесу.

Отже, саме демократичний стиль керівництва повинен переважати у будь-якому педагогічному колективі, оскільки він є найоптимальнішим у контексті збереження здоров'я особистості як самого керівника (педагога), так і тих, хто навчається.

Науковий керівник – доктор пед. наук, доцент Скиба Ю.А.

## **ВИЗНАЧЕННЯ РИЗИКУ РОЗВИТКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ**

**Ларіна К. В., студентка IV курсу факультету ІТХ і РГБ  
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса, Україна**

Сучасне життя вимагає від майбутніх працівників різних галузей нашої країни міцного здоров'я, достатньо високого рівня фізичної підготовленості, фізичної витривалості, гарного стану серцево-судинної та дихальної систем. Разом з тим, за останні 10 років рівень здоров'я та фізичної підготовленості студентів різко знизився. Більш ніж 50 % студентів мають відхилення у стані здоров'я.

Погіршення стану здоров'я та зниження рівня фізичної підготовленості студентів показує неадекватність традиційного підходу до викладання фізичної культури у вузі. Таким чином, пошук нових шляхів та технологій оздоровлення студентської молоді є вельми актуальним.

СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ВЕТЕРИНАРНА МЕДИЦИНА»	
Євстаф'єва В. О., Мельничук В. В. ....	18
АНАЛІЗ СКЛАДОВИХ ЧАСТИН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	
Єльніков О.В. ....	19
ПРОФЕСІЙНІ ХВОРОБИ ОФІСНИХ ПРАЦІВНИКІВ	
Захарук А.Д. ....	20
ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ НАРКОЗАЛЕЖНИХ	
Кадун К. О. ....	21
ВЕДИЧНА КОНЦЕПЦІЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Кирилова В.П. ....	22
ОСНОВИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТА ТА ЙОГО ЦІННІСТЬ	
Кінаш Т.В. ....	23
ВЕЛОСИПЕД ТА ЙОГО КОРИСТЬ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я	
Кічук А.І. ....	24
РЕКРЕАЦІЯ ЯК ОДИН ІЗ АСПЕКТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ	
Клевчук О. І. ....	25
ПИТНИЙ РЕЖИМ СПОРТСМЕНА	
Кобушкіна Н.С. ....	26
ЛІКАРСЬКА ЕТИКА В СТАРОДАВНІЙ ГРЕЦІЇ	
Коваленко К. ....	27
СТИЛІ КЕРІВНИЦТВА ТА ЇХ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ	
Кочерга Є.В. ....	28
ВИЗНАЧЕННЯ РИЗИКУ РОЗВИТКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ	
Ларіна К. В. ....	29
ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ	
Латчук В.П., Притолок Б.Б., Куришко І.О. ....	31
ВОДНІ ВИДИ СПОРТУ	
Лисенко Ю.О. ....	32
ОРГАНІЗАЦІЯ ОЗДОРОВЛЕННЯ І ВІДПОЧИНКУ ДІТЕЙ У ДИТЯЧИХ ТАБОРАХ В УКРАЇНІ (1950-1980 рр.)	
Лупаренко С.Є. ....	33
НАРОДНО ЛІКУВАЛЬНА ПРАКТИКА УКРАЇНЦІВ СЕЛА ПИСАРІВКИ КОДИМСЬКОГО РАЙОНУ ОДЕСЬКОЇ ОБЛАСТІ: ТРАДИЦІЇ І СУЧАСНІСТЬ	
Незгодюк О. А., Петрова Н.О. ....	34
САНАРІУМ- ІННОВАЦІЙНА СПА-ПОСЛУГА В ГОТЕЛЬНОМУ ГОСПОДАРСТВІ	
Окольнича Л. ....	36
ЗДОРОВ'Я ЯК ОСНОВНА УМОВА ТА ЗАПОРУКА ПОВНОЦІННОГО ЖИТТЯ ЛЮДИНИ	

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**  
**X Всеукраїнської науково-практичної конференції,**  
**молодих учених та студентів з міжнародною участю**  
**«Проблеми формування здорового**  
**способу життя у молоді»**  
**29 вересня - 1 жовтня 2017 р.**

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.

Заступник головного редактора, канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров

О.М. Кананихіна

Технічний редактор, канд. екон. наук доц. Л.В. Іванченкова

Підписано до друку 7.11.2017 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.

Ум. друк. арк. 22,9 Тираж 100 прим. Замовлення **2848**