

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



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

7 жовтня - 9 жовтня 2021 року

м. Одеса

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

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

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

7 жовтня – 9 жовтня 2021 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, Я.Г. Верхівкер ,
Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,
О.О. Коваленко, Г.В. Крусір,
В.М. Плотніков, Л.М. Тележенко,
Н.А. Ткаченко, О.Б. Ткаченко
Л.В. Іванченкова, О.О. Меліх
А.В. Макаринська
А.О. Соловей
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко

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

Технічний редактор,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: ОНАХТ, 2021. – 308 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради
від 10 листопада 2021 р., протокол №5

За достовірність інформації відповідає автор публікації

© Одеська національна академія харчових технологій, 2021

РОЗДІЛ 2
МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ

тестової комп'ютерної перевірки знань студентів із дисципліни "Безпека життєдіяльності" // Матеріали дев'ятої міжнар. наук.-метод. конф. "Безпека життя і діяльності людини – освіта, наука, практика". Львів : ЛНУ, 2010. С. 217-218.

Научний руководитель – канд. техн. наук,
доцент Березюк О.В.

ПРОБЛЕМА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

**Фурса Р. Г. – студент III курсу ІМІ
Державний університет «Одеська політехніка»,
м. Одеса**

Психофізичне здоров'я населення в будь-якому суспільстві і за будь-яких соціально-економічних умов є актуальною проблемою і предметом першочергової уваги, оскільки воно визначає генофонд нації і економічний потенціал суспільства, і поряд з іншими демографічними показниками є чуйним барометром соціально-економічного розвитку країни.

Провідні шляхи вирішення цих проблем в освіті визначені Національною доктриною розвитку освіти, Законами України «Про загальну середню освіту», «Про охорону дитинства», які беззаперечно стверджують пріоритет збереження фізичного та психічного здоров'я учнів, виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я громадян як найвищої соціальної цінності.

Здоров'я – це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя та здатність пристосовуватися до мінливих умов зовнішнього і внутрішнього середовища, природному процесу старіння, а також відсутність хвороб і фізичних дефектів. Здоров'я дитячого населення являє собою інтегральний параметр – загальний вплив соціальних, культурних, екологічних, медичних та інших факторів та генетичних задатків, тобто є комплексним результатом складної взаємодії дитини з природою і суспільством.

У наукових дослідженнях показано, що стан здоров'я дітей і підлітків особливо погіршується в установах нового типу (гімназіях, ліцеях, авторських і приватних школах), де час, витрачений в освітній установі і на виконання домашніх завдань – фактичний обсяг тижневого навантаження, – призводить до збільшення так званого

робочого дня школяра: до 10-12 годин для учнів початкових класів і до 15-16 годин на добу – для старшокласників. Брак часу учні компенсують за рахунок сну, в тому числі нічного, і рухової активності (75% школярів мало займаються фізичною культурою, тобто знаходяться в умовах гіподинамії).

Результатом інтенсифікації навчального процесу є виражене стомлення до кінця дня і тижня у 40-55% учнів, тоді як в загальноосвітніх школах частка таких дітей становить 20-30%; у 60-63% реєструється зміна артеріального тиску (як правило, за гіпертонічним типом), у 78-85% відзначаються неврозоподібні реакції. Більше половини учнів шкіл нового типу мають різні хронічні захворювання.

З кожним роком навчання збільшується кількість хворих дітей: I вікова група – 46%, II вікова група – 76%, III вікова група – 93,8%. Більшість дітей (60-70%) у всіх вікових групах мають по 3-4 морфофункціональних відхилення.

Значне місце займають відхилення з боку центральної нервової системи, в основному за рахунок збільшення розумового навантаження та зменшення обсягу фізичної діяльності на тлі стресу, якій кожний день супроводжує навчання в школі.

Безумовно, на стан здоров'я дітей істотно впливають такі чинники, як несприятливі соціальні і екологічні умови.

Аналіз стану здоров'я школярів України і традиційної системи освіти окреслює кілька взаємопов'язаних негативних тенденцій, які істотно впливають на безперервність і ефективність навчально-виховного процесу. Перша тенденція – значне зниження зацікавленості і активності населення в навчанні; друга – помітне уповільнення і дисгармонія фізичного і психічного розвитку значної частини дітей; третя – особливо небезпечна за своїми наслідками, – стрімке погіршення здоров'я дітей та учнівської молоді.

Науковий керівник Смолякова І.Д. – к.п.н., доцент, зав.каф.
фізичного виховання і спорту Державного
університету «Одеська політехніка»

ОЗДОРОВЧЕ ПРОФЕСІЙНО СПРЯМОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО ВІДДІЛЕННЯ Шмикова А.О.....	48
СУЧАСНІ МЕТОДИ КОНТРОЛЮ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ Яготін Р.С., Похлебїна Н.О.....	50
РОЗДІЛ 2 - МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ.....	52
ANALYSIS OF ADAPTATION FEATURES OF STUDENTS OF DIFFERENT COURSES AND IDENTIFICATION OF THEIR REGULARITIES AT HIGHER EDUCATION Yeskova Y.S.....	53
ГІПСІЧНА ОЦІНКА ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ НАВЧАННЯ Василенко С.Г., Воробйова К.В.....	57
ФАСТФУД – НЕБЕЗБЕКА, ЛЕГКОДОСТУПНІСТЬ ТА НАСОЛОДА В ОДНОМУ ФЛАКОНІ Волонтіров М. В.....	59
ОСОБЕННОСТИ НЕБЕЗОПАСНОСТИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ Козеренко М.П.....	61
ПРОБЛЕМА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА Фурса Р. Г.....	63
РОЗДІЛ 3 – ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ.....	65
ТЕХНОЛОГІЯ ХЛІБА, КОНДИТЕРСЬКИХ, МАКАРОННИХ ВИРОБІВ І ХАРЧОКОНЦЕНТРАТІВ.....	66
ВИКОРИСТАННЯ ПСИЛІУМУ В ТЕХНОЛОГІЇ ЗДОБНОГО ПЕЧИВА ЗІ ЗНИЖЕНИМ ВМІСТОМ ЖИРУ Божко М.М.	66