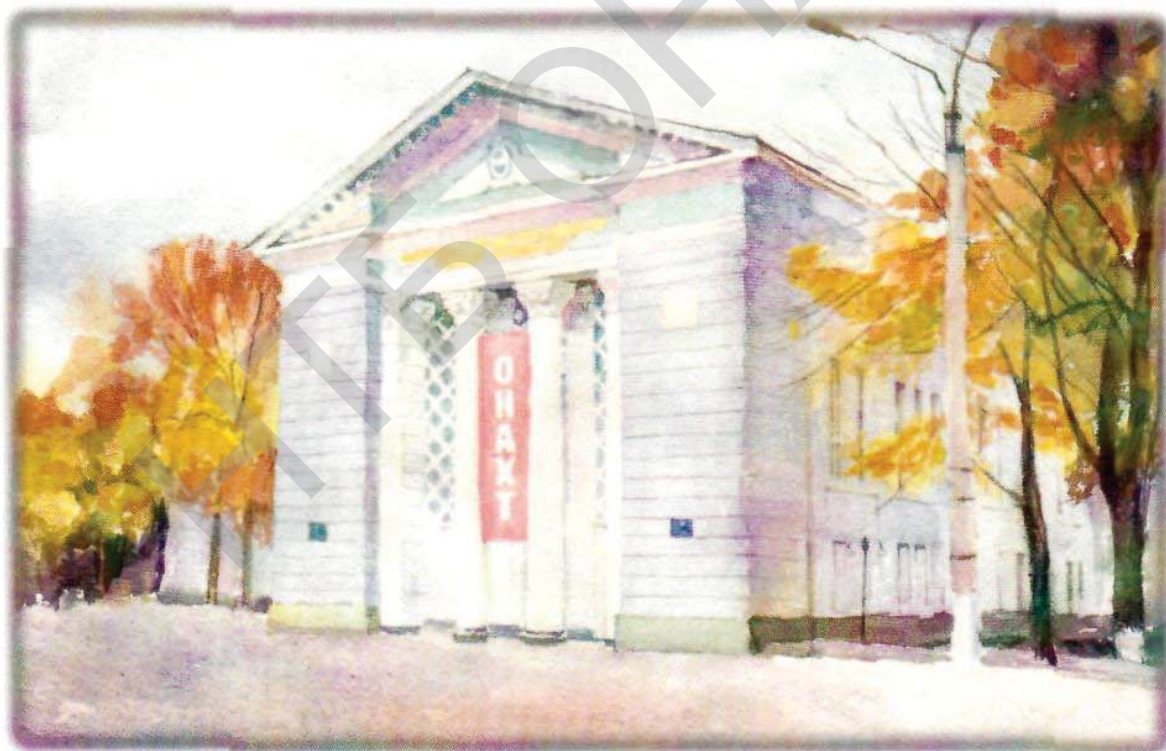


**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



## **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**

го, м'язистого тіла (фітнес, бодібілдинг та ін.), дуже часто на шкоду духовному та інтелектуальному розвитку. Подібне діалектичне протиріччя перешкоджає створенню «цілісної» особистості, у якій би гармонійно поєднувалися всі складові її буття.

Тому для вирішення цього питання, як і для вирішення будь-якого іншого питання в цьому всесвіті, необхідно використовувати такі філософські поняття як «гармонія» та «міра».

Науковий керівник — к.ф.н., доцент Мельник Ю.М.

## **ЖІНОЧИЙ ФУТЗАЛ У СИСТЕМІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ**

**Похлебінa Н.О. , студентка V курсу факультету АМтаР  
Одеська національна академія харчових технологій  
м. Одеса, Україна**

Історія міні-футболу своїми коренями сягає у 20-30-ті роки ХХ століття.

Назва цього виду спорту походить від португальського «futebol de salão» або іспанської «futbol de salon», який перекладають як футбол в залі. Міні-футбол, в інших країнах поширений під назвою «футзал», - один з варіантів футболу, в який в загалом грають у закритих приміщеннях. Історія міні-футболу бере початок в Уругваї в 1930-х роках, коли країну захопила ейфорія, спричинена перемогою на Чемпіонаті світу з футболу. Після цього гра почала поширюватися всіма країнами, не оминаючи також і Україну.

Футзал як один із напрямків футболу полюбився не тільки чоловікам, а й жінкам. Жіночий футзал в Україні почав свою історію в кінці 80-х років ХХ століття. 1997 року Україна вперше брала участь у міжнародному турнірі з футзалу серед жіночих збірних команд. Турнір проводився в Іспанії. Після участі збірної жіночої команди України на міжнародному турнірі цей напрямок став поширюватися серед жінок та дівчат з неймовірною швидкістю. Це стало приводом появи нових клубів та підняло жіночий футбол в цілому на новий рівень. Наразі існує жіноча ліга з футзалу, проводяться різноманітні турніри серед команд.

Незважаючи на свою простоту, футзал має ряд цікавих особливостей, що роблять цю гру своєрідною та привабливою.

По-перше, кожний гравець значно частіше, ніж у великому футболі, торкається м'яча та бере участь у всіх етапах нападу та захисту. По-друге, голів у міні-футболі забивається значно більше. По третє, гравці повинні діяти з повною віддачею сил, встигаючи захищати свої ворота та атакувати чужі. Крім цього, під час гри у залі м'яч майже весь час перебуває у грі, що допомагає швидко освоїти техніку і тактику гри, що зменшує шлях до вершин спортивної майстерності.

В Одеській національній академії харчових технологій з 2010 року існує жіноча команда з футзалу, яка регулярно проводить тренування та бере участь у різних турнірах. Сьогодні у команді 12 гравців з різних факультетів та курсів. Це свідчить про те, що футзал цікавить дівчат різного віку і не залежить від їхніх напрямків навчання.

Спостерігаючи розвиток жіночого футзалу в ОНАХТ за останні 4 роки, можна відзначити, що до команди потрапляють не тільки досвідчені гравці, а й новачки, які хочуть вчитися цього виду спорту з подальшою спортивною перспективою. За статистикою, за останнім часом команда постійно поповнюється. З тих дівчат, хто вирішив спробувати цей новий для себе вид спорту, понад 60% продовжили тренування, оскільки вже не уявляли своє подальше життя без занять футзалом.

Результатом систематичних тренувань стали призові місця команди на обласних студентських іграх за останні 3 роки.

Займатися міні-футболом корисно для здоров'я, адже спортсмен завжди перебуває в русі, а це позитивно впливає на весь організм загалом. У разі систематичних тренувань міцнішає м'язовий корсет всього організму, кращає його загальна витривалість, прискорюється реакція, укріплюється серцевий м'яз та вищає стійкість до стресу. Тому жіночий футбол потрібно популяризувати в академії для залучення до нього ще більшої кількості дівчат з метою досягнення нових спортивних висот та вдосконалення стану здоров'я тих, хто займається.

Науковий керівник – ст. викладач Болтоматіс Д.В.

## **ПРОФІЛАКТИКА ТА КОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

**Радов С. Ю., студент III курсу, факультету АМ та Р  
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

Сучасний етап реформування системи вищої освіти характеризується значною інтенсивністю навчального процесу. Останнім часом в Україні багатьма фахівцями спостерігається зниження обсягу рухової активності студентів (Т. В. Сичова, 2013; С. В. Романчук, 2014). Така тенденція негативно позначається на фізичному розвитку, фізичній підготовленості та функційному стані молоді, що обумовлює особливу соціальну значущість збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді.

Останньою станом здоров'я студентів стає предметом пильної уваги фахівців (Т. Ю. Круцевич, 2010 –2015; Ю. М. Фурман, 2013). Численні дослідження, проведені донедавна, свідчать про те, що функційні порушення постави є одним з найпоширеніших відхилень у скелетно-м'язовій системі сучасних студентів.

Завдання дослідження: 1. Проаналізувати ступінь наукового опрацювання у фаховій літературі з проблеми корекції порушень постави студентів у процесі фізичного виховання. 2. Визначити теоретичні та практичні засади використання реабілітаційних та профілактичних заходів із студентами, що мають порушення постави.

Актуальними є результати досліджень (Л. І. Юмашевої, 2007; М. А. Колоса, 2010; О. А. Мартинюк, 2011), у яких обґрунтовано технологію профілактики порушень постави студентів, що належать до групи ризику щодо виникнення функційних порушень опорно-рухового апарату у процесі фізичного виховання, що має виражену профілактично-оздоровчу спрямованість. Важливе дослідження А. І. Альшиної (2016), у якому описано концепцію профілактики й корекції функційних порушень ОРА дітей та молоді у процесі фізичного виховання, розроблено з огляду на передумови виконання оздоровчої діяльності (соціально-педагогічних, біологічних, особистісних) та концеп-

Павлюк А.А. ....	37
ТІЛЕСНІСТЬ ЛЮДИНИ У ФІЛОСОФСЬКОМУ КОНТЕКСТІ	
Полоус Д. ....	38
ЖІНОЧИЙ ФУТЗАЛ У СИСТЕМІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	
Похлебінa Н.О. ....	39
ПРОФІЛАКТИКА ТА КОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	
Радов С. Ю. ....	40
СКАНДИНАВСЬКА ХОДЬБА ЯК КОМПЛЕКСНИЙ ЗАСІБ ОЗДОРОВЛЕННЯ ОРГАНІЗМУ	
Рекс Ю. В. ....	41
РОЛЬ ВИНА В РЕЛІГІОЗНИХ ВЕРОВАННЯХ	
Светличная О.А. ....	43
КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНОСТЬ КАК МЕРА ПО УЛУЧШЕННЮ ПРИВЕРЖЕННОСТИ К ОЗДОРОВЛЕННЮ ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ	
Селиванова Т. В. ....	44
ОСНОВИ ТА ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ	
Сентякова К.І. ....	45
WOMEN VIOLENCE AS AN ELEMENT OF YOUTH VIOLENCE	
Stepanenko K. ....	46
МОРАЛЬНА ЦІЛІСНІСТЬ ЛЮДИНИ У ФІЛОСОФСЬКОМУ КОНТЕКСТІ	
Ступницька М.І. ....	47
ЗМІНИ В КОМПЛЕКТІ ШАХОВИХ ФІГУР	
Сярова А.С. ....	48
ПРАВОВИЙ ОБРИС ЗАКОНОДАВСТВА ЩОДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ	
Тараненко В.В., Яворська Я.Л. ....	50
ДО ПРОБЛЕМИ ТІЛЕСНОСТІ ЛЮДИНИ В СУЧАСНОМУ СВІТІ	
Храновський С.С. ....	51
РОЛЬ СТУДЕНТСЬКОГО САМОВРЯДУВАННЯ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ	
Чемикос Т.В., Черняк В.О. ....	53
МЕДИЦИНА ЯК ЧИННИК ФІЛОСОФІЇ ЗДОРОВ'Я	
Шевченко В. Г. ....	54
ОПТИМІЗАЦІЯ САМОСТІЙНОЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ	
Шепеленко А.В. ....	55

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**