

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ  
ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



**ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ**

**80 НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
ВИКЛАДАЧІВ АКАДЕМІЇ**

**Одеса 2020**

Наукове видання

Збірник тез доповідей 80 наукової конференції викладачів академії  
7 – 8 травня 2020 р.

Матеріали, занесені до збірника, друкуються за авторськими оригіналами.  
За достовірність інформації відповідає автор публікації.

Рекомендовано до друку та розповсюдження в мережі Internet Вченою радою  
Одеської національної академії харчових технологій,  
протокол № 15 від 05.05.2020 р.

Під загальною редакцією Заслуженого діяча науки і техніки України,  
Лауреата Державної премії України в галузі науки і техніки,  
д-ра техн. наук, професора Б.В. Єгорова

Укладач Т.Л. Дьяченко

Редакційна колегія

Голова Єгоров Б.В., д.т.н., професор  
Заступник голови Поварова Н.М., к.т.н., доцент

Члени колегії: Амбарцумянц Р.В., д-р техн. наук, професор  
Безусов А.Т., д-р техн. наук, професор  
Бурдо О.Г., д.т.н., професор  
Віннікова Л.Г., д-р техн. наук, професор  
Гапонюк О.І., д.т.н., професор  
Жигунов Д.О., д.т.н., доцент  
Іоргачова К.Г., д.т.н., професор  
Капрельянц Л.В., д.т.н., професор  
Коваленко О.О., д.т.н., ст.н.с.  
Косой Б.В., д.т.н., професор  
Крусір Г.В., д-р техн. наук, професор  
Мардар М.Р., д.т.н., професор  
Мілованов В.І., д-р техн. наук, професор  
Павлов О.І., д.е.н., професор  
Плотніков В.М., д-р техн. наук, доцент  
Станкевич Г.М., д.т.н., професор,  
Савенко І.І., д.е.н., професор,  
Тележенко Л.М., д-р техн. наук, професор  
Ткаченко Н.А., д.т.н., професор,  
Ткаченко О.Б., д.т.н., професор  
Хобін В.А., д.т.н., професор,  
Хмельнюк М.Г., д.т.н., професор  
Черно Н.К., д.т.н., професор

достовірні зміни виявлено за всіма тестами. Рівні показників усіх фізичних якостей зазнали позитивних змін у дівчат експериментальної групи.

Так під впливом занять середній результат у дівчат експериментальної групи бігу на 30 м наприкінці дослідження вже склав  $5,09 \pm 0,05$  с і відповідав середньому рівню, порівняно з початком дослідження, де він відповідав низькому. Аналогічних змін зазнали рівні показників дівчат в інших тестах, окрім стрибка в довжину з місця. У стрибку в довжину з місця рівень показника змінився з низького на нижчий за середній.

Результатами дослідження підтверджено ефективність застосування системи «пор де бра» в процесі фізичного виховання зі студентками I-II курсів. Заняття позитивно вплинули на показники функціональних систем організму дівчат та на рівень їхньої фізичної підготовленості. Отже, систему занять «пор де бра» можна рекомендувати для застосування в процесі фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.

**Висновки.** Під впливом занять фітнесом за системою «Пор Де Бра» в експериментальній групі дівчат покращилися показники серцево-судинної і дихальної систем. Проведений аналіз результатів вихідного та заключного тестування функціональних показників серцево-судинної і дихальної систем за обраними показниками переконливо свідчить про позитивну динаміку більшості досліджуваних показників у дівчат, як контрольної групи, так і експериментальної. Проте більш суттєвими є зміни показників у дівчат експериментальної групи під впливом занять за системою «Пор Де Бра». Наприкінці експерименту зазнав впливу показник оптимального співвідношення між масою тіла та довжиною дівчат експериментальної групи і вже відповідав рівню вище за середній. Зафіксовано статистично достовірні зміни за показником індексу Скібінського в дівчат експериментальної групи наприкінці експерименту. Виявлено зниження середніх значень показників ЧСС і АТ. Функціональний стан дівчат експериментальної групи достовірно покращився за результатами показників ЖЄЛ, а за результатами затримки дихання на вдику, затримка дихання на видиху встановлено тенденцію до достовірності у зміні показників.

Значення показників фізичної підготовленості дівчат експериментальної групи від початку до кінця експерименту достовірно покращилась в усіх тестах, у контрольній групі достовірного покращення не спостерігалось за жодним з тестів. Заняття фітнесом покращили рівень фізичного стану, фізичної підготовленості дівчат I-II курсів і можуть бути рекомендовані для покращення фізичного стану організму та обґрунтування оздоровчих занять зі студентами вишів.

Подальші дослідження вбачаємо в проведенні комплексного оцінювання фізичної підготовленості дівчат, які займаються за системою «Пор Де Бра».

## **ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ШЛЯХОМ ДОТРИМАННЯ РАЦІОНАЛЬНОГО РЕЖИМУ ДНЯ**

**Халайджі С.В., доцент, Лаговська Н.Г., ст. викладач, Захлевська Т.В., ст. викладач  
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

**Постановка проблеми.** Відомо, що основні особистісні особливості людини, його світогляд, установки на майбутню успішність в обраній професії, а також основи самостійної організації власної діяльності закладаються у період навчання у ЗВО. При цьому в багатьох працях фахівців з валеології та фізичного виховання констатується, що рівень здоров'я студентської молоді погіршується з рік в рік. Одною з причин вважається недотримання студентами основних положень здорового способу життя, зокрема невміння раціонально планувати свою діяльність, правильно чергувати фізичне і розумове навантаження. На нашу думку, від якісного і грамотного її планування залежить збереження міцного здоров'я на протязі всього періоду навчання, ефективність їх навчальної діяльності, і, як наслідок, покращення якості освіти.

Тому у нашому дослідженні ми взяли собі за мету вивчити особливості організації режиму дня студентів першого курсу в період першого семестру їхнього навчання у вузі.

Для цього нами було проведено анкетування 84 студентів 1 курсу різних факультетів академії. Студенти повинні були відповісти на питання стосовно деяких аспектів їхнього режиму дня і відпочинку, а також оцінити їх загальне самопочуття.

**Результати дослідження.** На питання «Чи дотримуетесь ви режиму дня?» лише 16 % відповіли позитивно. З'ясувалося, що 23 % це роблять час від часу, а 61 % не вважає це необхідним. На питання «Коли ви виконуєте домашні завдання?» 68 % першокурсників відповіли, що роблять це у вечірній час, 24 % респондентів – що у нічний час або пізно у вечері, а 8 % відповіли, що не готуються зовсім. При цьому, у 62 % опитаних (з тих, що готуються до занять) на підготовку до занять йде 1-2 години на добу, у 38 % – 3-4 години.

38 % респондентів відзначили, що на повноцінний відпочинок витрачають 3-4 години на добу, 27 % відповіли, що їм достатньо для цього 1-2 годин, а 35 % не знаходять для цього вільного часу у робочі дні і відпочивають тільки у вихідні. 46 % респондентів відзначили, що щоденно втомлюються ввечері, 38 % відчувають вечірню втому тільки іноді, а 16 % відповіли, що не втомлюються зовсім. Вважаючи, що саме у вечірній час більшість студентів виконує домашні завдання, можна констатувати, що ця робота є недостатньо ефективною, тому що виконується на тлі загальної втоми. І, як наслідок, знижується якість навчання.

Опитування стосовно тривалості нічного відпочинку показало, що його режим суттєво залежить від дня тижня. І, якщо у середньому на нічний сон студенти витрачають 6 годин, у вихідні дні вони сплять в середньому на 2 години більше. Крім того, багато студентів у вихідні дні змінюють режим сну (лягають спати на 2-3 години пізніше, ніж у будні) і, відповідно, на 3-4 години пізніше встають. Викликає занепокоєння те, що більше половини опитаних відчувають хронічне недосипання, що в подальшому може призвести до хронічної втоми і, як наслідок, до погіршення стану здоров'я.

Ще одним негативним фактом є те, що майже 40 % першокурсників вказують на часті напади безсоння, що в такому віці свідчить про істотне перевантаження нервової системи. Все це говорить про не усвідомлення більшістю студентів важливості використання нічного часу для повноцінного сну.

**Висновки.** Проаналізувавши результати опитування першокурсників, можна зробити невтішні висновки щодо недооцінки ними необхідності дотримання режиму дня. Це свідчить про необхідність з перших же занять проводити цілий комплекс заходів щодо отримання ними студентами основних знань про необхідність оптимальної організації своєї навчальної діяльності, правильного і найбільш доцільного розподілу часу як в учбові, так і у вихідні дні. Вважаємо, що це покращить якість засвоєння студентами знань і збереже їх здоров'я міцним на всі роки навчання у ЗВО.

## ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОМОТОРНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

Яготін Р.С., ст. викладач, Цапенко Л.М., ст. викладач, Гончарук В.В., ст. викладач  
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса

**Постановка проблеми.** Психомоторні якості особистості мають високий рівень генетично детермінації і залежать від індивідуальних особливостей їх психофізіологічного забезпечення. Актуальним є дослідження психофізіологічного стану студентів ЗВО в контексті визначення їх адаптованості до фізичних навантажень з метою вирішення проблем спортивної фізіології, медицини та фізичного виховання студентської молоді. Наразі науковці приділяють значну увагу складанню програм психофізіологічного обстеження сучасної молоді, які дозволить зберегти здоров'я студентів та запобігти травматизму на

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗДОРОВЯЗБЕРІГАЮЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	
<b>Волкова Т.В., Болтоматіс Д.В., Павлова Н.В.</b> .....	436
ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ІННОВАЦІЙНИХ ПІДХОДІВ ЩОДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ У ЗВО	
<b>Струк Б.І., Сергєєва Т.П., Павлюк О.В.</b> .....	438
ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ШЛЯХОМ ДОТРИМАННЯ РАЦІОНАЛЬНОГО РЕЖИМУ ДНЯ	
<b>Халайджі С.В., Лаговська Н.Г., Захлевська Т.В.</b> .....	440
ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОМОТОРНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ	
<b>Яготін Р.С., Цапенко Л.М., Гончарук В.В.</b> .....	441
СУЧАСНІ ЗАХОДИ ОЧИЩЕННЯ СТІЧНИХ ВОД ХЛІБОПЕКАРСЬКОЇ ПРОМИСЛОВОСТІ	
<b>Кондратенко І.П., Гаркович О.Л.</b> .....	442
ОСНОВНІ ЧИННИКИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕКОНОМІЧНОЇ БЕЗПЕКИ УКРАЇНИ	
<b>Татарик Е.П.</b> .....	443
ШЛЯХИ СТВОРЕННЯ АПАРАТНОГО КОМПЛЕКСУ УПРАВЛІННЯ ТЕХНОЛОГІЧНИМ ТА ТРАНСПОРТНИМ ОБЛАДНАННЯМ	
<b>Гапонюк О. І., Алексахин О.В.</b> .....	446
КОМПЛЕКСНІ СИСТЕМИ ЕКОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ ПРИСТРОЇВ ДЛЯ ПРИЙМАННЯ ЗЕРНА З АВТОМОБІЛЬНОГО ТРАНСПОРТУ	
<b>Гапонюк О. І., Гончарук Г.А.</b> .....	447