

**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. Турпунова

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. Турпунова

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 14
ІТ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ

Надалі планується розвивати додаток за рахунок автоматизації розрахунків рецептур виробів.

У якості висновків можна зазначити, що

- На основі аналізу предметної області та аналогічних продуктів було сформульовано загальний підхід до реалізації системи;

- Додаток спроектовано таким чином, щоб була можливість додавати модулі у майбутньому, не змінюючи вже реалізований функціонал.

- Практична цінність роботи полягає у підвищенні ефективності роботи хлібопекарського виробництва за рахунок автоматизації розрахунків параметрів виробництва та інформатизації документації технологічних процесів.

- Додаток доступний для використання на будь-якому пристрої – будь то стаціонарний комп'ютер, ноутбук або ж мобільний телефон.

Науковий керівник – канд. техн. наук,
доцент Котлик С.В.

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ІТ-ТЕХНОЛОГІЇ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДІ

**Подолан А.О., студентка III курсу факультету
педагогіки, психології та мистецтв
Центральноукраїнський державний педагогічний
університет імені Володимира Винниченка,
м. Кропивницький**

Здоров'я людини – одна із глобальних проблем, яку намагаються вирішувати лікарі, педагоги, психологи. Проблема вже давно вийшла за межі особистісного рівня. Свою діяльність з позицій здоров'язбереження вибудовують заклади освіти всіх типів. На рівні держави приймаються нормативні документи, які окреслюють напрями діяльності різних галузей суспільства, дотичні до проблеми здоров'я населення загалом та дітей, зокрема. Останніми з цих документів є Указ Президента України від 7 грудня 2019 року № 894 «Про невідкладні заходи щодо покращення здоров'я дітей»; Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року, схвалена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27

грудня 2017 року № 1018; Національний план заходів щодо неінфекційних захворювань для досягнення глобальних цілей сталого розвитку, затверджений розпорядженням Кабінету Міністрів України від 26 липня 2018 року № 530; Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі, прийнята Указом Президента України від 25 травня 2020 року № 195/2020 (Здоров'я як особистий, освітній і суспільний феномен, 2020).

Нова українська школа визначає десять ключових компетентностей. Особливе місце займає компетентність здоров'язбереження. Це пояснюється, насамперед, тим, що стан здоров'я є показником духовного, соціально-економічного й людино-біологічного добробуту населення, рівня цивілізованості країни. Тому гуманізація освіти вимагає якісно нового підходу до потреб людини, формування стійких мотивацій до здорового способу життя, позитивної соціальної поведінки (Олешко П. С., 2018).

У сфері осіб, причетних до соціальної адаптації дітей з особливими потребами, досить часто спостерігаються психологічні явища, що ведуть до погіршення настрою, стресів, депресії, зниження загального емоційного тону. Емоції є складною реакцією організму на різноманітні подразники. Вони можуть як позитивно, так і негативно впливати на стан і процес життя людини в оточуючому соціальному середовищі. Фізична культура і спорт, їх розумне використання у соціальній адаптації осіб, причетних до цього процесу, сприятимуть підвищенню емоційного тону, настрою, оздоровленню як дітей, так і їх батьків та спеціалістів психолого-педагогічного профілю (Шишова І.О., 2019).

Метою цієї публікації є дослідження місця та можливостей арт-терапевтичних ІТ-технологій у формуванні здоров'язбережувальної компетентності молоді.

Дослідження місця та можливостей арт-терапевтичних ІТ-технологій у формуванні здоров'язбережувальної компетентності молоді передбачає аналіз використання систем зв'язку у розвитку студентів. Актуальним при цьому є впровадження технологічних засобів, які є основою інформаційних технологій, електронних видань та посібників; комп'ютерних навчальних систем; мультимедійних комплексів; аудіо- та відеонавчальних матеріалів; комп'ютерних систем тестування.

Лікування за допомогою руху передбачає використання всіх його видів і форм в якості лікувальних факторів. Для позначення даного виду терапії пропонують термін «кінезітерапія» (англ. kinesiotherapy, від давньогрецького «кінезис» – рух + «терапія» – лікування або лікування рухом) – напрям фізичної терапії, що

передбачає виконання активних і пасивних рухів, певних вправ лікувальної гімнастики та роботи на тренажерах для досягнення конкретного терапевтичного результату. Кінезітерапію відносять до групи неспецифічно діючих терапевтичних факторів. Кінезітерапія стимулює інтелектуальний розвиток і моторику дитини. Кінезіологічні вправи покращують розумову діяльність, синхронізують роботу півкуль, сприяють поліпшенню запам'ятовування, підвищують стійкість уваги, полегшують процес письма. Складовими арт-терапії (цей термін увів до наукового обігу англійський лікар і художник А. Хілл у 40-ві р. XX ст.) є музикотерапія, терапія образотворчим мистецтвом, танцетерапія, драматерапія, казкотерапія, піскова терапія тощо» (Шишова І.О., 2021).

Види арт-терапії можуть відповідати видам мистецтвам. Найпоширенішими серед них в наш час вважають: музикотерапію, малювання, танцювальну терапію, казкотерапію, кольоротерапію, фототерапію, драматерапію, маскотерапію, образотерапію, орігамітерапію, бібліотерапію та інші. Цікавою вважаємо кінотерапію, музестерапію.

Музика впливає на якість виконання рухів: поліпшуються їх виразність, ритмічність, чіткість, координація, плавність, злитість, переключення. Емоційна забарвленість рухів музикою надає рухам енергію або м'якість, розмах або стриманість і в той же час сприяє їх невимушеності. Рухи під музичний супровід позитивно впливають на розвиток слуху, уваги, пам'яті (Шишова І.О., 2021).

В арт-терапевтичному процесі неприйнятні команди, вказівки, вимоги, примуси; в арт-терапії приймаються і заслуговують позитивної оцінки всі продукти творчої образотворчої діяльності незалежно від їх змісту, форми, естетичності вигляду; в арт-терапії прийнята заборона на порівняльні та оціночні судження, оцінки, критику, покарання (Титаренко О. І., 2018)

З появою у перші два десятиліття XXI століття майже у кожної молоді людини різноманітних гаджетів змінився графік їхнього життя. Значна кількість молоді більше часу почала проводити сидячи або лежачі, у безпосередній близькості до електроприборів, які можуть негативно впливати на людський організм. Значний час молодь приділяє начебто, на перший погляд, позитивним видам діяльності, переглядаючи цікавий, інформативний контент у смартфоні або ноутбукі, проте при цьому багато хто майже не рухається, лежить або сидить, нерационально харчується.

При цьому відбувається велике навантаження на органи людського зору, весь організм.

Ми вважаємо, що потрібно намагатися продовжувати використовувати арт-терапевтичні ІТ-технології з пізнавальною,

релаксаційною метою, але вони мають стати ще й такими, які формуватимуть здоров'язбережувальну компетентність молоді. Наприклад, варто намагатися чергувати пасивне проведення часу з активним, дивитися на екран дозовано, провітрювати приміщення, в якому перебуває людина, дивлячись на екран гаджета.

Слухання аудіокниг, вивчення іноземних мов за допомогою телефона можна спробувати поєднувати з прогулянкою, а слухання музики – з активними рухами.

Таким чином, ІТ-технології стануть не тільки корисними в житті молодих людей, які вже у своїй більшості не в змозі без них обійтися, але й допоможуть вести здоровий спосіб життя, покращити настрій, більше дізнаватися, менше зазнаючи впливу негативних, неоднозначних для здоров'я факторів.

Література

1. Здоров'я як особистий, освітній і суспільний феномен: матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції, м. Суми, 26 листопада 2020 р. / за заг. ред. В. М. Успенської. Суми : ФОП Цьома С.П., 2020. 220 с.
2. Титаренко О. І. Арт-терапія як інноваційна здоров'язбережувальна технологія в освіті. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Оригінал, 2018. С. 331-337.
3. Олешко П. С. Вступне слово. Формування інноваційного здоров'язбережувального освітнього середовища: досвід проектування і реалізації : матеріали круглого столу / упоряд. Н. А. Поліщук. Луцьк: ВІППО, 2018. 124 с.
4. Шишова І.О. Оздоровча фізична культура та спорт у підвищенні емоційного тону учасників процесу соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивної освіти.
5. Основи побудови тренувального процесу в циклічних та екстремальних видах спорту: збірник наукових праць [Електронний ресурс]. Харків: ХДАФК, 2019. Вип.3. 222 с. URL: http://journals.uran.ua/cvs_konf/issue/archive. С. 214-222.
6. Шишова І.О. Кінезіарт-терапія у розвитку дітей зі специфічними емоційними особливостями (синдромом Дауна та РАС). Наукові записки / Ред. кол.: В. Ф. Черкасов, В. В. Радул, Н. С. Савченко та ін. Випуск 196. Серія: Педагогічні науки. Кропивницький: РВВ ЦДПУ ім. В. Винниченка, 2021. С. 181-189.

Науковий керівник – канд. пед. наук,
доцент Шишова І.О.

ДОПОМОГИ З ПІДСТАНЦІЇ ДО ПАЦІЄНТА Балинський В. В.....	272
ВПЛИВ ЕКЗОТИЧНИХ РОСЛИН НА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ Дорошенко А.С.....	275
ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДЛЯ РОЗВИТКУ ЗЕЛЕНОГО ТУРИЗМУ М. ОДЕСИ Каліта М.В.....	277
ВПЛИВ МЕТОДІВ СОЦІАЛЬНОЇ ІНЖЕНЕРІЇ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДЕЙ Левитський Ю.О.....	279
СУЧАСНІ ІТ-ТЕХНОЛОГІЇ НА СЛУЖБІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ Лясковська Л.О.....	281
РОЗРОБКА ПРОГРАМНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РОБОТИ ХЛІБОПЕКАРСЬКОГО ВИРОБНИЦТВА Матись В.А.....	283
АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ІТ-ТЕХНОЛОГІЇ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДІ Подольан А.О.....	286
АНАЛІТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ АЛЕРГЕНІВ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ НА ОСНОВІ СТВОРЕНОГО МОБІЛЬНОГО ДОДАТКУ Прусакова Г.М.....	290
ВЕБ-ДОДАТОК ДЛЯ РЕСТОРАННОГО КОМПЛЕКСУ «ODESSA RESTAURANTS MARKET» У М. ОДЕСА Трофимчук В. С.....	291
ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ВЕГЕТАРІАНСЬКОГО КАФЕ ДЛЯ РОЗВИТКУ WELLNESS-ІНДУСТРІЇ М. ОДЕСИ Храновський С.С.....	293