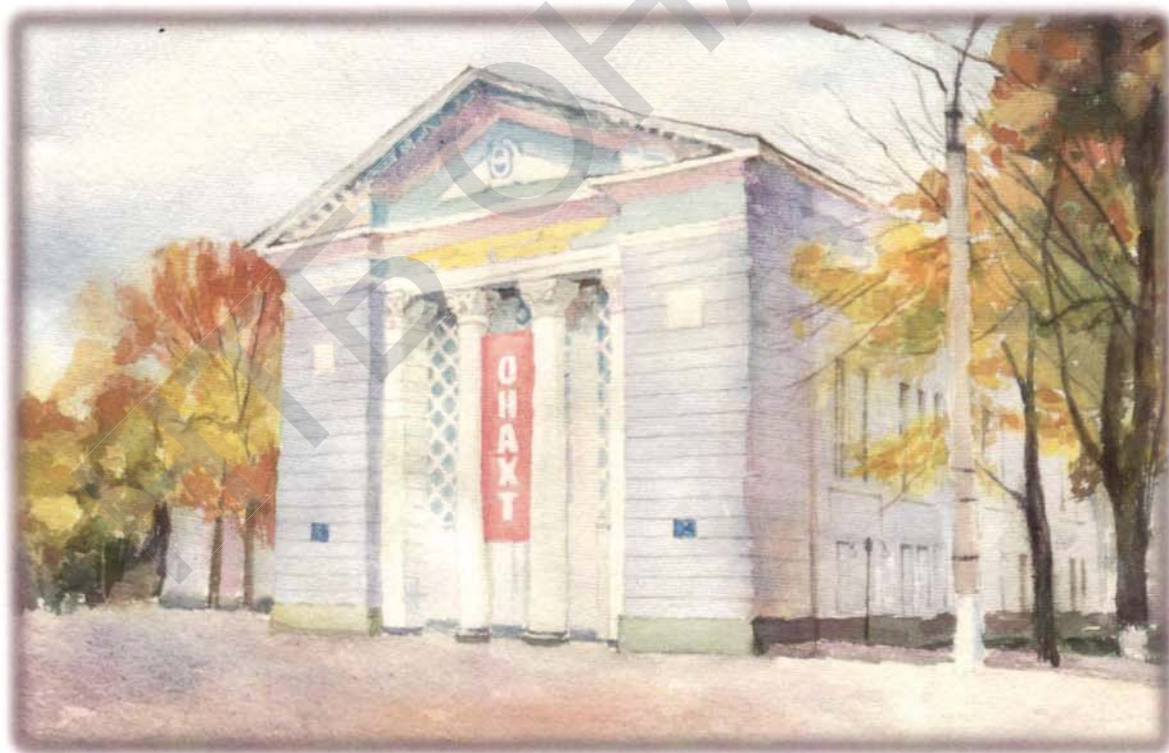


**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

30 вересня - 2 жовтня 2016 року

м. Одеса

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

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

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

30 вересня - 2 жовтня 2016 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

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

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна
Н.М. Поварова

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. техн. наук

Л.В. Іванченкова

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2016. — 296 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 1 листопада 2016 р., протокол № 6

За достовірність інформації відповідає автор публікації

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

СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОГО СЕРЕДОВИЩА ДО ЗДОРОВОГО ОБРАЗУ ЖИТТЯ

**Терещенко І.В., студентка 2 курсу факультету економіки бізнесу і контролю
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

Стан здоров'я молоді є найважливішою складовою здорового потенціалу нації, тому збереження і розвиток здоров'я студентів і формування у них здорового способу життя сьогодні має пріоритетне значення.

Але в останні роки відзначається погіршення показників здоров'я молодості. Це свідчить про те, що багато факторів сучасного життя є джерелами різних захворювань і психологічних навантажень.

Здоровий образ життя як цінність і мета освіти може стати можливим мотивом становлення професійної кар'єри, сімейного благополуччя, творчого довголіття. Головним у способі життя людини є вибір способів і форм життєдіяльності (праці, дозвілля, спілкування), що відповідають відповідним вимогам.

У молодій людини завжди є вибір способу і стилю життя. Від того, що вона вважає для себе прийнятним або неприйнятним, що для нього є цінним у житті, залежить його здоров'я, самопочуття, фізичний і психологічний стан. Створення здорового «ідеального» стилю життя здійснюється самим студентом, суб'єктом життєдіяльності.

За даними соціологічного опитування, проведеного фахівцями лабораторії конкретних соціологічних досліджень кафедри соціології, філософії і права Одеської національної академії харчових технологій у 2014 – 2016рр. виявлено наступне: молодь одноголосно вважає, що ЗСЖ важливий для людини. Більшість молоді замислюється про правильність свого способу життя (жіноча стаття – 12, чоловіча - 11). Частина, що залишилася, вважає, що іноді варто дотримуватися (жіноча стаття – 3, чоловіча - 4).

Серед причин, які заважають вести здоровий образ життя, молодь виділяє наступні: немає вільного часу (жіноча стаття – 14, чоловіча - 13), шкідливі звички (жіноча стаття – 11, чоловіча - 11), немає бажання (жіноча стаття – 9, чоловіча - 7).

Що стосується правильного режиму праці і відпочинку, то дослідження показало, що більшість молоді дотримується цих режимів (жіноча стаття – 11, чоловіча - 10). Це необхідно, тому що навантаження без певних перерв позначаються на здоров'ї людини. Решті (жіноча стаття – 4, чоловіча - 5) слід про це задуматися.

Серед причин, які заважають вести здоровий спосіб життя, молодь виділяє наступні: немає вільного часу (жіноча стаття – 14, чоловіча - 13), шкідливі звички (жіноча стаття – 11, чоловіча - 11), немає бажання (жіноча стаття – 9, чоловіча - 7).

На питання про шкідливі звички велика частина молоді відповідала, що їх немає (жіноча стаття -10, чоловіча -9), у решти шкідливі звички є (жіноча стаття -5, чоловіча -6).

Усі опитані одноставно вважають, що здоровий спосіб життя сприяє успіху в усіх сферах людської діяльності, тому що у зміст здорового способу життя входить: дотримання впорядкованості режиму праці та відпочинку, харчування і сну, поєднання корисних і приємних гігієнічних заходів і т.д. У кожної людини можливо своєрідне поєднання раціональної поведінки, проте прийняті ціннісні орієнтації відносно стійкі до зовнішніх умов і дозволяють розвиватися, знаходити нові умови, що сприяють зміцненню здоров'я і благополуччя.

Науковий керівник – кандидат історичних наук, доцент Черняк Г.А.

КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я ЯК ОСНОВНА СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ	
Похлебіна Н.О	37
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК ПРЕДМЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ФІЛОСОФІЇ	
Ромець А.В.....	38
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ВЛИЯНИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ НА СОСТОЯНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	
Рудяшко Н.В.....	39
ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ	
Солошенко С.Ю.....	40
ЯК ПРАВИЛЬНО ОБРАТИ МІСЦЕ ДЛЯ ЗАНЯТЬ СПОРТОМ У ВЕЛИКОМУ МІСТІ (НА ПРИКЛАДІ М. ХАРКІВ)	
Стаднік В.Ю.....	41
ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В СИСТЕМІ ЦІННОСТЕЙ ЛЮДИНИ	
Таран В.....	42
СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОГО СЕРЕДОВИЩА ДО ЗДОРОВОГО ОБРАЗУ ЖИТТЯ	
Терещенко І.В.....	44
ФИЛОСОФСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ	
Терземан В.В.....	45
ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я – ЗАПОРУКА ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ МОЛОДІ	
Ткаченко Ю.М.....	46
ФИЛОСОФИЯ ЗДОРОВЬЯ. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	
Хасанова В.Ю.....	47
ЗДОРОВА МОЛОДЬ – ЦЕ ЗДОРОВЕ МАЙБУТНЄ НАЦІЇ	
Хрупчик А.В.....	48
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КОМАНДИ ІГРОВИХ ВИДІВ	
Шандор А.А.....	49
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОК ОНАПТ В БОКСЕ	
Яготин Р.С.....	50

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
IX Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
30 вересня - 2 жовтня 2016 р.

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

Б.В. Єгоров

Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф.
канд. техн. наук, доц.

О.М. Кананихіна

Н.М. Поварова

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

Підписано до друку 4. 11. 2016 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 34,41 Наклад 100 прим. Замовлення 3958

Збірник матеріалів IX Всеукраїнської науково-практичної конференції
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді» 30 вересня -2 жовтня 2016 р 295

Віддруковано в друкарні видавництва «ВМВ»
м. Одеса, пр. Добровольського, 82-а тел.: 751-14-87