

**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 13
ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

уроків йоги та спорту. Є додатки, які вимірюють частоту та ступінь головного болю, нагадують про необхідність вживати більше води та аналізують якість сну. Більш того, сьогодні навіть є багато програм, які дозволяють контролювати залежність від смартфонів для покращення самопочуття.

Тому, лише ми самі обираємо, як використовувати інформаційні технології та який вплив вони матимуть на наше життя.

Отже, інформаційні технології є перспективним і швидко розвиваючим напрямком розвитку сучасного суспільства. Їхня позитивна роль в розвитку суспільства полягає в тому, що вони прискорюють процес отримання нових знань та досвіду. Завдяки цьому зростає якість людських ресурсів і збільшується соціальний інтелект.

Вплив інформаційних технологій на молодь треба розглядати з двох сторін як позитивного так і негативного. В сучасному суспільстві молодь використовує інформаційні технології весь свій час, не замислюючись про наслідки. Тому потрібно вміти відокремлювати реальний світ від віртуального, що позитивно сприятиме процесу інтелектуального розвитку молоді.

Науковий керівник – канд. екон. наук,
доцент Маркова Т.Д.

ВПЛИВ ЕКОЛОГІЇ НА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

**Немченко Г.В., доктор філософії,
Єдлічка Є.А., студентка 1 курсу, МТЕ 11
Одеська національна академія харчових технологій,
м. Одеса**

Сьогодні актуальним є питання впливу екологічних факторів на здоров'я людини. Так, виник дисбаланс між людством і навколишнім середовищем. Зараз обсяг допустимої дії на біосферу перебільшено у 8-10 разів. В останні роки, за даними Міністерство охорони здоров'я, 70 % вагітних жінок мають відхилення у стані здоров'я. До 20 % виросла доля новонароджених із фізичними та неврологічними порушеннями. При цьому, за останні п'ять років захворюваність збільшилась у 2,5 рази. Екологічна проблема в нашій країні виходить на перший план перш за все у зв'язку із загрозою

фізичному та психічному розвитку й навіть виживанню. Негативний вплив навколишнього середовища на людину сьогодні настільки великий, що він усе більше й більше руйнує її генотип і завдає шкоди національному генофонду.

Велике значення для збереження здоров'я людини має спосіб її життя. Сучасна молодь у переважній більшості випадків не замислюється над своєю поведінкою, недбало ставиться до власного здоров'я, культивує шкідливі звички. Відомо, що майже 75% захворювань дорослих людей викликані неправильним способом життя у дитинстві та підлітковому віці. Під час медичного обстеження виявляють, тільки приблизно 12% дітей повністю здорові.

Саме тому, вважаємо проблему важливою і негайною для вирішення.

Вагому роль у формуванні патології відіграє сучасна школа. 80% навчального часу належить розумовому розвитку і лише 20% відводиться на фізичний розвиток. Не завжди у школах наявні сприятливі умови для навчання та відпочинку, належний повітряно-тепловий режим, обладнання та інше. У школах спостерігається висока наповнюваність класів, не виконується організація великих перерв, знижена рухова активність. Учні старших класів 99% добового часу знаходяться у приміщенні.

Щоб зберегти своє здоров'я, зміцнити його, реалізувати всі можливості, які надає людині природа, молодь мають знати, як розпізнавати стан власного здоров'я, як запобігти хворобі, дії яких чинників потрібно уникати – це має стимулювати держава – запроваджувати дані міри у житті [1].

Вважаємо, що держава має розробляти ряд заходів, які сприятимуть мотивації молоді до ведення здорового способу життя, а до підприємців, які зловживають екологічністю – застосовувати санкції, штрафи і т.д.

Список використаних джерел

1. Грабовський О.В. Вплив екологічних факторів довкілля на духовне і фізичне здоров'я людини. Електронний ресурс. Режим доступу: <http://zakinppo.org.ua/kafedri/kafedra-prirodnichomatematichnoi-osviti-ta-informacijnih-tehnologij/novini/226-2010-06-24-09-25-13>

РОЗРОБКА СИСТЕМ ОТРИМАННЯ ВОДИ З АТМОСФЕРНОГО ПОВІТРЯ В СКЛАДІ СИСТЕМ ЖИТТЄЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТЛОВОГО БУДИНКУ Годик К.О.....	257
РОЗРОБКА КОНСТРУКТИВНИХ РІШЕНЬ СИСТЕМ ЖИТТЄЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТЛОВОГО БУДИНКУ НА ОСНОВІ ТЕПЛОВИКОРИСТУЮЧИХ ТЕРМОТРАНСФОРМАТОРІВ Дмитренко Д.В.....	259
РОЗРОБКА КОНСТРУКТИВНИХ РІШЕНЬ СИСТЕМ ЖИТТЄЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТЛОВОГО БУДИНКУ В КЛІМАТИЧНИХ УМОВАХ ОДЕСЬКОЇ ОБЛАСТІ НА ОСНОВІ ТЕПЛОВИКОРИСТУЮЧИХ ТЕРМОТРАНСФОРМАТОРІВ Кравченко Д.Ю.....	261
ДО ВИБОРУ КРИТЕРІЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РОБОТИ НАФТОПЕРЕКАЧУВАЛЬНОЇ СТАНЦІЇ Ярославська О.С.....	263
РОЗДІЛ 13 – ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	265
ВПЛИВ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ФІЗИЧНЕ ТА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ Домброван Я.Ю.....	266
ВПЛИВ ЕКОЛОГІЇ НА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ Немченко Г.В., Єдлічка Є.А.....	267
ЦИФРОФІЗАЦІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА РОЗВИТОК СУЧАСНОЇ МОЛОДІ Караніколова С.Ю.....	269
РОЗДІЛ 14 – ІТ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ.....	271
МОБІЛЬНИЙ ДОДАТОК ДЛЯ ВИЗНАЧЕННЯ ОПТИМАЛЬНОГО ШЛЯХУ КАРЕТ ШВИДКОЇ	