

МАТЕРІАЛИ VI МІЖНАРОДНОЇ
СТУДЕНТСЬКОЇ НАУКОВОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ

СУЧАСНІ АСПЕКТИ ТА
ПЕРСПЕКТИВНІ НАПРЯМКИ
РОЗВИТКУ НАУКИ



М. ХАРКІВ, УКРАЇНА

**19 СІЧНЯ
2024 РІК**

МАТЕРІАЛИ VI МІЖНАРОДНОЇ
СТУДЕНТСЬКОЇ НАУКОВОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ

.....

**СУЧАСНІ АСПЕКТИ ТА
ПЕРСПЕКТИВНІ НАПРЯМКИ
РОЗВИТКУ НАУКИ**

.....

м. Харків, Україна
19 січня 2024 рік

СЕКЦІЯ 23.

МЕДИЧНІ НАУКИ ТА ГРОМАДСЬКЕ ЗДОРОВ'Я

ОСОБЛИВОСТІ ЗБОРУ АНАМНЕЗУ ЗА ДОПОМОГОЮ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ Громко Є.А., Крохмаль Г.Д., <i>Науковий керівник: Єрьоменко Г.В.</i>	394
СУЧАСНЕ ЛІКУВАННЯ БРОНХОЕКТАЗІВ У ДОРΟΣЛИХ Гуманець К.Р., <i>Науковий керівник: Брек В.В.</i>	396
СУЧАСНІ МОЖЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ ГЕННОЇ ІНЖЕНЕРІЇ У ЛІКУВАННЯ КАРДІОМІОПАТІЙ Долгору́к М.І., <i>Науковий керівник: Ільченко І.А.</i>	399
ФАКТОРИ РИЗИКУ ТА ПОШИРЕНІСТЬ АРТЕРІАЛЬНОЇ ГІПЕРТЕНЗІЇ СЕРЕД МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ Бирка Є.О., Соловей А.Ф., <i>Науковий керівник: Ільченко І.А.</i>	402

СЕКЦІЯ 24.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ ТА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ

ВАЖЛИВІСТЬ СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ПРИ МАЛОРУХЛИВІЙ РОБОТІ Краси́лич О.Г., <i>Науковий керівник: Гелета Д.Д.</i>	405
ВПЛИВ ГАДЖЕТІВ І КОМП'ЮТЕРІВ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ Потапов Р.О., <i>Науковий керівник: Гелета Д.Д.</i>	408
ВПЛИВ ЗМІНИ РІВНЯ ТЕСТОСТЕРОНУ НА СИЛОВІ ПОКАЗНИКИ ТА ГІПЕРТРОФІЮ Бажанов Д.О., <i>Науковий керівник: Церковна О.В.</i>	410
ВПЛИВ СНУ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ Раптанов Д.А., <i>Науковий керівник: Гелета Д.Д.</i>	414
ДІЄТА ТА ЇЇ ВПЛИВ НА СПОРТИВНІ РЕЗУЛЬТАТИ Лантінов В.О., <i>Науковий керівник: Церковна О.В.</i>	416
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ Доценко В.В., <i>Науковий керівник: Церковна О.</i>	418
КОМПЛЕКСИ СПЕЦІАЛЬНИХ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ Жемчужний Р.І., <i>Науковий керівник: Церковна О.В.</i>	422
КОНТРОЛЬ І САМОКОНТРОЛЬ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ Алферова К.Ю., <i>Науковий керівник: Церковна О.В.</i>	424
ОСНОВИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ У СУЧАСНОМУ СВІТІ Висоцький В.В., <i>Науковий керівник: Гелета Д.Д.</i>	425
РОЗВИТОК І СТАН ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ВОЄННОГО ПОЛОЖЕННЯ З ПОЧАТКУ ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ КРАЇНИ АГРЕСОРКИ Литовка Д.В., <i>Науковий керівник: Гелета Д.Д.</i>	427

Потапов Ростислав Олександрович, здобувач вищої освіти
факультету комп'ютерної інженерії
*Національний технічний університет «Харківський національний
університет радіоелектроніки», Україна*

Науковий керівник: Гелета Діана Дмитрівна, старший викладач
кафедри фізичного виховання та спорту
*Національний технічний університет «Харківський національний
університет радіоелектроніки», Україна*

ВПЛИВ ГАДЖЕТІВ І КОМП'ЮТЕРІВ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

1. Вступ

Розквіт технологій у наш час суттєво змінив спосіб життя людей. Особливо це стосується студентського середовища, де сучасні технології стали не тільки необхідним інструментом для навчання, але й значним чинником, що впливає на здоров'я та загальний спосіб життя молоді.

2. Вплив на фізичне здоров'я

З впровадженням технологій у щоденне життя студентів, активність тіла може зменшитися. Використання комп'ютерів, смартфонів та інших гаджетів протягом тривалого часу може призвести до сидячого способу життя, що може впливати на здоров'я серця, метаболізм та змінити масу тіла. Брак руху й активності може призвести до набуття зайвої ваги та інших проблем із здоров'ям. Технології забезпечують безліч можливостей для забав та розваг, що може зменшити бажання студентів займатися фізичною активністю. Багато часу, який раніше витрачався на фізичні вправи, зараз витрачається на перегляд відео, гру в ігри або перегляд соціальних мереж. Використання технологій пізно ввечері може впливати на якість сну. Екранні пристрої випромінюють світло, яке може пригнічувати виділення мелатоніну, гормону, що регулює сон. Це може спричинити проблеми зі сном у студентів. Постійне використання екранів може призвести до втоми очей, сухості, подразнень та інших проблем зі здоров'ям очей.

3. Вплив на психічне здоров'я

Інформаційні навантаження від постійного доступу до інтернету, соціальних мереж, новин може спричинити стрес. Студенти можуть почувати себе перевантаженими обсягом інформації та потоком подій. Хоча технології забезпечують безліч можливостей для спілкування, деякі студенти можуть відчувати соціальну ізоляцію або відчуття самотності через віртуальне спілкування, яке не завжди заміщує особисті контакти та взаємодію з реальними людьми. Постійний потік інформації, швидкість життя в інтернеті та соціальних мережах може впливати на увагу та здатність студентів до концентрації на важливих завданнях. Онлайн-булінг, негативні коментарі в соціальних мережах або почуття некомфортності від того, як студенти представляють себе в онлайн-середовищі, можуть впливати на їхнє емоційне самопочуття.

4. Вплив на навчання та розвиток

Інтернет надає безмежний доступ до інформації, що сприяє швидкому

отриманню знань. Студенти можуть легко знаходити матеріали для вивчення, досліджень та розвитку своїх інтересів. Можливість використовувати онлайн-ресурси, курси та платформи для навчання робить процес освіти більш гнучким і доступним, дозволяючи студентам вивчати нові предмети або отримувати знання в зручний для них час і місце. Технології, такі як віртуальна реальність, інтерактивні веб-сайти та програми, роблять навчання цікавішим та залучаючим, сприяючи активному залученню студентів у процес навчання. Інструменти для спільної роботи, відеоконференції та спільне використання документів полегшують співпрацю між студентами та викладачами, сприяючи обміну знаннями та взаємному навчанню.

5. Висновок

Сучасні технології суттєво впливають на фізичне здоров'я, психічний стан, навчання та розвиток студентів. Їхній вплив може бути як позитивним, сприяючи доступності інформації та новим формам навчання, так і негативним через збільшення сидячого способу життя, стрес, залежність від технологій та інші фактори. Дослідження в цій області важливе для розуміння та збалансування впливу технологій на студентську спільноту. Подальше дослідження може спрямовуватися на вивчення оптимальних стратегій використання технологій для підтримки фізичного та психічного здоров'я студентів, а також розробку педагогічних підходів, що сприяють ефективному використанню технологій для покращення навчання та розвитку особистості. Також, важливо досліджувати вплив новітніх технологій, таких як штучний інтелект, віртуальна реальність та інші, на студентське співтовариство з огляду на їхню ефективність, етичні аспекти та можливі ризики.

Список використаних джерел:

1. Н. Г. Кучук. Інформаційні технології та їх можливості у формуванні здорового способу життя студентів. 2013. С. 1–3.
2. Дарина Призенко, Онищенко Наталія. Інформаційні технології та їх можливості у формуванні здорового способу життя студентів. 2021. С. 1.

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

МАТЕРІАЛИ VI МІЖНАРОДНОЇ
СТУДЕНТСЬКОЇ НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

**«СУЧАСНІ АСПЕКТИ ТА ПЕРСПЕКТИВНІ
НАПРЯМКИ РОЗВИТКУ НАУКИ»**

19 січня 2024 рік • м. Харків, Україна

Українською та англійською мовами

*Всі матеріали пройшли перевірку на плагіат та експертизу за формальними ознаками
(форматування, стиль мови, оформлення цитувань та списку використаних джерел).
За точність викладеного матеріалу відповідальність несуть автори та їх наукові керівники.
Організаційний комітет не завжди поділяє позицію авторів.*

Підписано до друку 19.01.2024.

Папір офсетний. Цифровий друк. Формат 60×84/16.

Гарнітура Times New Roman, Poiret One та Arial.

Умовно-друк. арк. 26,97. Замовлення № 24/001.

Тираж: 100 екземплярів. Віддруковано з готового оригінал-макету.

Контактна інформація організаційного комітету:

Громадська організація «Молодіжна наукова ліга»
21037, Україна, м. Вінниця, вул. Зодчих, 40, офіс 103
Телефони: +38 098 1948380; +38 098 1526044
E-mail: info@liga.science | URL: www.liga.science

Видавець: ТОВ «УКРЛОГОС Груп».
21037, Україна, м. Вінниця, вул. Зодчих, 18, офіс 81. E-mail: info@ukrlogos.in.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи: ДК № 7860 від 22.06.2023.