



International Science Group

ISG-KONF.COM

VIII

**INTERNATIONAL SCIENTIFIC
AND PRACTICAL CONFERENCE
"DISTANCE LEARNING IN UNIVERSITIES
AND MODERN PROBLEMS"**

Budapest, Hungary

November 07-10, 2023

ISBN 979-8-89238-620-3

DOI 10.46299/ISG.2023.2.8

DISTANCE LEARNING IN UNIVERSITIES AND MODERN PROBLEMS

Proceedings of the VIII International Scientific and Practical Conference

Budapest, Hungary
November 07-10, 2023

UDC 01.1

The 8th International scientific and practical conference “Distance learning in universities and modern problems” (November 07-10, 2023) Budapest, Hungary. International Science Group. 2023. 314 p.

ISBN – 979-8-89238-620-3

DOI – 10.46299/ISG.2023.2.8

EDITORIAL BOARD

<u>Pluzhnik Elena</u>	Professor of the Department of Criminal Law and Criminology Odessa State University of Internal Affairs Candidate of Law, Associate Professor
<u>Liudmyla Polyvana</u>	Department of Accounting and Auditing Kharkiv National Technical University of Agriculture named after Petr Vasilenko, Ukraine
<u>Mushenyk Iryna</u>	Candidate of Economic Sciences, Associate Professor of Mathematical Disciplines, Informatics and Modeling. Podolsk State Agrarian Technical University
<u>Prudka Liudmyla</u>	Odessa State University of Internal Affairs, Associate Professor of Criminology and Psychology Department
<u>Marchenko Dmytro</u>	PhD, Associate Professor, Lecturer, Deputy Dean on Academic Affairs Faculty of Engineering and Energy
<u>Harchenko Roman</u>	Candidate of Technical Sciences, specialty 05.22.20 - operation and repair of vehicles.
<u>Belei Svitlana</u>	Ph.D., Associate Professor, Department of Economics and Security of Enterprise
<u>Lidiya Parashchuk</u>	PhD in specialty 05.17.11 "Technology of refractory non-metallic materials"
<u>Levon Mariia</u>	Candidate of Medical Sciences, Associate Professor, Scientific direction - morphology of the human digestive system
<u>Hubal Halyna Mykolaiivna</u>	Ph.D. in Physical and Mathematical Sciences, Associate Professor

ТЕНДЕНЦІЯ ЗБІЛЬШЕННЯ РІВНЯ ГІПОДИНАМІЇ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ

Щербань Микола Гаврилович

д.мед. н., професор,
Харківський національний медичний університет

Древаль Мар'яна Василівна

асистент, аспірант,
Харківський національний медичний університет

Бойко Ілля Сергійович

студент,
Харківський національний медичний університет

Калінін Данило Емільович

студент,
Харківський національний медичний університет

Актуальність. Здобувачі вищої медичної освіти – це майбутні медичні працівники. Їхнє власне здоров'я та благополуччя мають велике значення, оскільки вони будуть відповідальні за здоров'я інших. Розуміння та вирішення проблеми гіподинамії серед медичних студентів є важливим для підтримки здорової молоді. Здобувачі часто проводять багато годин сидячи, вивчаючи заняття, що може призвести до сидячого способу життя. Такий спосіб життя під час медичної освіти може призвести до довгострокових проблем зі здоров'ям, таких як ожиріння, серцево-судинні захворювання та психічні труднощі. Юні лікарі часто виступають як приклад для пацієнтів та громади. Шляхом сприяння активному способу життя під час їх освіти вони можуть надихати інших на більш здорові вибори. З урахуванням цих причин розгляд тенденції зростання гіподинамії серед здобувачів вищої медичної освіти є не лише актуальним, але й важливим для благополуччя майбутніх медичних працівників та здоров'я населення, яке вони будуть обслуговувати.

Метою дослідження є оцінка тенденції збільшення рівня гіподинамії серед здобувачів вищої медичної освіти різних курсів та факторів що на це впливають.

Матеріали та методи. Статистичний аналіз даних отриманих з 86 анкет. Середній вік респондентів склав 19 років з 18 до 25. Курс: 1 – 20,9%; 2 – 18,6%; 3 – 26,7%; 4 – 16,3%; 5 – 17,4%. Стать: жіноча – 90,7%; чоловіча – 9,3%.

Результати. Респондентам було запропоновано оцінити власну фізичну активність протягом дня по 5-ти бальній шкалі від мінімальної до максимальної позначки: оцінку «1» поставили 17,4%; «2» – 33,7%; «3» – 32,6%; «4» – 9,3%; «5» – 7%. Час який респонденти проводять працюючи за комп'ютером або в телефоні: 10 годин – 30,2%; 9 – 10,5%; 8 – 23,3%; 7 – 10,5%; 6 – 14%;

Захворювання опорно-рухового апарату мають 24,4% опитаних. 61,6% відповіли, що вони працюють у положенні сидячи. Лише 16,3% роблять активні перерви кожні 30 хвилин нерухою праці. Кількість занять спортом за тиждень: 1 раз – 17,4%; 2 – 20,9%; 3 – 12,8%; зазначили, що взагалі не займаються спортом – 38,4%. Фактори, які на думку респондентів сприяють зменшенню фізичної активності: трудомістка програма навчання – 70,9%; небезпека через військовий стан – 25,6%; лінь – 66,3%; робота – 38,4%; стрес – 41,9%. При цьому 54,7% живуть у прифронтовій зоні. Середня кількість годин, яку здобувачі проводять на вулиці за день: 1 – 27,9%; 2 – 39,5%; 3 – 18,6%; 4 – 7%.

Висновок. Більшість респондентів оцінюють свою фізичну активність на досить низькому рівні. Значна частина респондентів проводить багато часу працюючи за комп'ютером або в телефоні (понад 70% працюють 8-10 годин на день). Приблизно чверть опитаних має проблеми з опорно-руховим апаратом. Понад 60% респондентів вказують, що вони працюють у положенні сидячи. Лише невелика частина респондентів робить активні перерви в роботі кожні 30 хвилин. Велика кількість респондентів зазначили, що вони не займаються спортом взагалі або роблять це дуже рідко. Основними факторами, які на думку респондентів сприяють зменшенню фізичної активності, є трудомістка програма навчання, лінь, робота і стрес. Понад половина респондентів живуть у прифронтовій зоні, що може впливати на їх фізичну активність. Більшість здобувачів проводять на вулиці від 1 до 2 годин на день. Загалом, інформація вказує на те, що багато здобувачів медичної освіти мають обмежену фізичну активність через низьку оцінку власної активності, тривалий час проведений перед комп'ютером, інші фактори, такі як лінь та стрес, а також внутрішні і зовнішні обставини.