УДК 613.88:631.147:504.03

МІСЬКЕ АГРОВИРОБНИЦТВО ЯК ЧИННИК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ

Т. Кондратюк, група АГ-25-2
Центральноукраїнський національній технічний університет

Міське агровиробництво поступово перетворюється на важливий елемент сучасного життя, особливо для студентської молоді. Воно поєднує вирощування продуктів у міських умовах із формуванням здорового способу життя та екологічної культури. Участь студентів у таких проєктах забезпечує доступ до свіжих овочів і фруктів, сприяє фізичній активності, знижує рівень стресу та формує відповідальне ставлення до харчування й довкілля. Власноручне вирощування їжі розвиває командні навички, екологічну свідомість і водночас зменшує екологічний слід міст завдяки скороченню транспортних викидів та використанню екологічно чистих технологій. Для університетів це можливість поєднати теорію з практикою та виховати покоління студентів, готових до життя у сталому суспільстві.

Історичний контекст

У сучасних містах дедалі гостріше постає проблема забезпечення населення екологічно чистими продуктами та зменшення негативного впливу урбанізації на довкілля. Одним із рішень є міське агровиробництво – вирощування овочів і фруктів безпосередньо у міському середовищі: на дахах, балконах, у дворах та парках.

Ця практика має давню історію. У Давньому Римі та Єгипті внутрішні двори використовували для вирощування рослин, а в середньовічній Європі монастирі забезпечували громади продуктами та ліками. У XX столітті міське садівництво активно розвивалося у США та Європі – так звані «переможні сади» під час Другої світової війни допомагали долати дефіцит продуктів.

Сьогодні міське агровиробництво трансформувалося у високотехнологічні рішення – вертикальні ферми, гідропоніку та аквапоніку, які дозволяють ефективно використовувати обмежений простір, створювати зелені зони та покращувати якість повітря в мегаполісах.

Сучасні приклади

Сучасні приклади показують, що міське агровиробництво може бути інтегроване у міську інфраструктуру: сади на дахах університетських корпусів, теплиці у внутрішніх дворах, навчальні лабораторії з гідропоніки. Використання сонячних панелей та систем збору дощової води робить ці проєкти ще більш екологічними. У світі вже існують успішні моделі: у Сінгапурі вертикальні ферми забезпечують частину потреб міста у свіжих овочах, у Японії університети створюють навчальні лабораторії з гідропоніки, а у США кампуси обладнують теплицями та «зеленими дахами».

Вплив на здоров’я студентів

Міське агровиробництво поєднує фізичну активність із корисною працею. Робота з рослинами – від висаджування насіння до догляду за врожаєм – зміцнює м’язи, покращує координацію та допомагає уникати малорухливого способу життя [2].

- **Фізичні переваги**: регулярна робота на свіжому повітрі сприяє зміцненню імунітету, зниженню ризику серцево-судинних захворювань, підтримує загальний тонус організму.
- **Психологічні переваги**: догляд за рослинами знижує рівень стресу, сприяє виробленню ендорфінів і покращує психологічний стан [1]. Взаємодія з природою допомагає знизити рівень тривожності та депресії, що особливо важливо для студентів із високим навчальним навантаженням.
- **Соціальні переваги**: колективні агропроєкти стимулюють командну роботу, розвивають комунікацію та формують відчуття причетності до спільноти [3].

Власноруч вирощені овочі та фрукти забезпечують організм необхідними вітамінами й формують відповідальне ставлення до раціону. Правильне харчування є фундаментом здоров'я студентів і позитивно впливає на когнітивні функції, концентрацію та академічну успішність [2].

Екологічні аспекти

Міське агровиробництво має потенціал значно зменшити викиди парникових газів за рахунок скорочення транспортних перевезень продуктів харчування. Продукти, вирощені в місті, не потребують довгих подорожей до споживачів, що зменшує кількість викопного палива, використаного для їх транспортування.

Використання екологічно чистих методів вирощування в міських умовах сприяє збереженню довкілля. Це передбачає застосування органічних добрив, мінімізацію використання пестицидів та гербіцидів, а також раціональну оптимізацію водних ресурсів. Сучасні технології включають компостування органічних відходів, повторне використання води, застосування сонячних панелей та систем збору дощової води. Це не лише зменшує екологічний слід, а й формує у студентів практичні навички раціонального використання ресурсів [4].

Роль університетів

Вищі навчальні заклади можуть стати ключовими майданчиками для розвитку міського агровиробництва. Це можливо через:

- інтеграцію спеціальних курсів і семінарів у навчальні програми;
- створення студентських клубів та спільнот;
- організацію практичних проєктів на території кампусів.

Наприклад, у Києві студенти вже організовували невеликі садки на дахах гуртожитків, у Львові міське садівництво стало частиною студентських фестивалів.

Виклики та перспективи

Попри численні переваги, міське агровиробництво стикається з проблемами: обмежений простір, потреба у фінансуванні та догляді за рослинами. Часто виникає скептицизм з боку населення, яке не завжди готове змінювати звички. Водночас інноваційні технології відкривають нові можливості для розвитку цієї сфери.

Зростаючий інтерес до екологічних практик і необхідність продовольчої безпеки роблять міське агровиробництво перспективним напрямом для міст майбутнього. Використання вертикальних ферм, гідропоніки та аеропоніки дозволяє ефективно використовувати простір і забезпечувати студентів свіжими продуктами навіть у густонаселених районах.

Міське агровиробництво є важливим чинником формування здорового способу життя студентів. Воно поєднує фізичну активність, правильне харчування, психологічну підтримку та соціальну взаємодію. Одночасно ця практика зменшує екологічний слід міст і сприяє розвитку екологічної свідомості.

Для закладів вищої освіти рекомендується:

- впроваджувати освітні програми з міського агровиробництва;
- використовувати екологічно чисті методи вирощування та відновлювані джерела енергії;
- залучати місцеві громади й бізнес до підтримки таких ініціатив.

Інтеграція агропроєктів у діяльність університетів допоможе виховати покоління молоді, готової до створення сталого майбутнього. Міське агровиробництво не лише забезпечує студентів корисними продуктами, а й формує нову культуру взаємодії з природою, виховує відповідальність за власне здоров'я та навколишнє середовище.

У перспективі такі практики можуть стати частиною державної освітньої політики, інтегруватися у міські стратегії сталого розвитку та сприяти формуванню екологічно свідомого суспільства. Важливо, щоб університети не лише підтримували локальні ініціативи, а й створювали умови для їх масштабування – від студентських клубів до міжуніверситетських

проєктів.

Таким чином, міське агровиробництво виступає багатофункціональним інструментом: воно одночасно вирішує проблеми харчування, здоров'я, екології та соціальної інтеграції. Для студентів це шанс отримати практичні навички, що знадобляться у майбутньому, а для міст – можливість зробити крок до більш стійкого й гармонійного розвитку.

Список літератури

1. Когут І. В., Каценко А. Л., Литовка В. В. Формування здорового способу життя студента: реалії та виклики в сучасному суспільстві // Наукові записки Полтавського національного педагогічного університету. — 2020. — № 2.
2. Левицький О. І., Ковальчук В. В. Особливості формування здорового способу життя студентів в умовах навчального закладу // Педагогічні науки. — 2020. — № 93.
3. Orsini F. Innovation and sustainability in urban agriculture: the path forward // Journal of Consumer Protection and Food Safety. — 2020. — Vol. 15. — P. 203–204. DOI: 10.1007/s00003-020-01234
4. Taylor J. R. Modeling the potential productivity of urban agriculture and its impacts on soil quality // Frontiers in Sustainable Food Systems. — 2020. — Vol. 4. — Article 00089. DOI: 10.3389/fsufs.2020.00089