

SUMMARY

Nevzorov Roman. Ground combat flight training as a condition of qualitative professional training for future tactical aviation pilots.

The constant development of techniques and methods of armed struggle necessitates activation, according to the results of the use of appropriate forms, methods, and techniques of training, the mental activity of military pilots at all stages of their professional training.

The aim of the article is the rationale of the need for introduction of ground combat flight training of future tactical aviation pilots as a separate line of professional training of the designated specialists.

The methods of research: general scientific (analysis, synthesis, comparison, generalization, systematization) were used to study scientific sources for the training of future military pilots and to identify areas for improving ground combat flight training.

Research results. Pedagogical system of ground combat training of future tactical aviation pilots contains the following components: a general system for ground combat flight training; a system of theoretical combat flight training; a systems of practical ground combat flight training; methods of ground combat flight training; a system of tools of ground combat flight training; a system of training of teaching and instructional staff of aviation simulators.

A characteristic feature of the pedagogical system of ground combat training of future tactical aviation pilots is presence of the following specific forms of the pedagogical process: preparation for combat operation before getting combat missions; preparation for combat operation after getting combat missions; examination of readiness for combat flight operation; practicing of combat flights on aviation simulators and modelling devices; analysis of combat flights; preparation for the next combat flight.

Conclusions. The contradictions between the high requirements for preparedness of tactical aviation pilots to perform combat missions and the current condition of training for combat flights of future tactical aviation pilots can be solved by giving the pedagogical process of ground combat flight training the status of discipline of military-pedagogical science.

Key words: *future tactical aviation pilot, training for combat flights, psychological and pedagogical patterns, pedagogical system, training techniques, content of training.*

УДК 613:378.016

Тетяна Парфіненко

Харківський національний
університет імені В. Н. Каразіна

ORCID ID 0000-0001-7442-9027

DOI 10.24139/2312-5993/2020.01/256-266

ВИЗНАЧЕННЯ РІВНІВ СФОРМОВАННОСТІ ЗДОРОВОГО СТИЛЮ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

Метою даної статті є визначення рівнів сформованості здорового стилю життя студентів факультету комп'ютерних наук Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна у процесі навчання основ здоров'я. Для досягнення поставленої мети використовувалися такі методи дослідження: теоретичного аналізу й узагальнення науково-педагогічної літератури, анкетування, тестування, педагогічний експеримент.

У статті наведено результати експериментальної перевірки методики формування здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я. У

педагогічному експерименті взяли участь студенти контрольної групи (n=72 осіб) та експериментальної групи (n=70 осіб). В експериментальній групі отримані дані засвідчили високій рівень сформованості всіх показників здорового стилю життя студентів, що підтвердило доцільність і ефективність упровадження методики формування здорового стилю життя студентів у освітній процес.

Ключові слова: студенти, здоровий стиль життя, педагогічний експеримент, методика навчання, основи здоров'я.

Постановка проблеми. З кожним роком увага до підготовки майбутніх фахівців, як до професіоналів своєї діяльності збільшуються. По-перше, це пов'язано з інтеграцією національної освіти в європейський освітній простір, а по-друге з постійно зростаючими вимогами до навчання студентів у закладах вищої освіти, яке спрямоване на забезпечення їх конкурентоспроможності на сучасному ринку праці. Однак, така ситуація потребує від студентів щоденних інтелектуальних, фізичних і психічних зусиль, які з часом не можуть не позначитися на стані здоров'я молоді.

Загальна тенденція до погіршення здоров'я спонукає реагувати заклади вищої освіти на ситуацію, що склалася. Одним із способів збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді є проведення здоров'яорієнтованої політики, шляхом формування здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

Особливої уваги під час професійної підготовки потребують студенти, які навчаються на факультеті комп'ютерних наук. Спосіб їх життя як майбутніх фахівців, так і безпосередньо працівників ІТ-сфери є дуже обмеженим через тривалу «сидячу» роботу за комп'ютером. Отже, одним із завдань освітнього процесу є допомогти студентам сформувати здоровий стиль життя, який стане невід'ємною частиною життєдіяльності особистості як сьогодні, так і в майбутньому. З цією метою було запроваджено в освітній процес дисципліну «Валеологія». Дана дисципліна спрямована на засвоєння студентами теоретичних основ науки про здоров'я, оволодіння комплексом оздоровчих умінь і навичок, розуміння механізмів організації життєдіяльності на принципах здорового стилю життя.

Аналіз актуальних досліджень. Сьогодні серед найпопулярніших і найпрестижніших професій на сучасному ринку праці – є професії ІТ-спрямування. Вже з раннього віку діти готують себе до майбутньої професії, просиджуючи велику кількість часу біля комп'ютеру, що не може не позначитися на психічному й фізичному стані здоров'я.

За визначенням фахівців, нині в Україні гостро постала загальна проблема оздоровлення дітей і підлітків та формування здорового способу їх життя. Стан здоров'я української молоді зумовлений багатьма факторами й оцінюється фахівцями медичних, педагогічних, психологічних наук як незадовільний. Формування здорового способу життя студентської молоді є однією з актуальних проблем нашого суспільства (Бублей, 2013).

Специфічність діяльності працівників ІТ-сфери полягає в тому, що люди багато часу проводять за комп'ютером у приміщенні, зберігаючи статичну позу, виконуючи складні завдання в умовах обмеженого часу, а також мало рухаючись та недостатньо спілкуючись зі своїми друзями. Крім того, тривала робота за комп'ютером може супроводжуватися неконтрольованим харчуванням, підвищеною стомлюваністю, зниженням працездатності, роздратуванням, безсонням і погіршенням загального стану здоров'я людини (Гасумова, 2010).

Статистичні дані також свідчать про те, що 70 % студентів технічних закладів освіти, практично, не дотримуються важливих компонентів здорового способу життя, а саме: раціональної праці, збалансованого харчування, помірної рухової активності й не відмовляються від усього того, що суттєво знижує резервні можливості їх організму (Раєвський, 2008).

Фахівці зазначають, що щоденне користування комп'ютерами може призвести до появи специфічного захворювання, такого як синдром комп'ютерного стресу (СКС). Дане захворювання супроводжується головними болями, запаленням очей, алергією, дратівливістю, в'ялістю та загальною депресією. Навіть у деяких випадках у постійних користувачів комп'ютерів може настати глибоке ураження центральної нервової системи, що обумовлює їх віртуальне існування (Залеський, 2013, с. 114).

Варто зазначити, що особливості професійної діяльності програмістів залишають свій відбиток і на особистісних якостях людини. Особи, які постійно працюють за комп'ютером, відрізняються сором'язливістю, некоммунікбельністю, вони не мають постійних друзів і з часом віддають перевагу спілкуванню з комп'ютером спілкуванню з іншими людьми (Грановская, 1997, с. 489).

Окреслена проблема знайшла також своє відображення в багатьох педагогічних, психологічних, медичних і соціологічних працях таких науковців, як О. Балакірева, Б. Бутенко, В. Крамар, О. Гладошук, В. Оржеховська, О. Вакулєнко, М. Самохін, В. Слободяник, Л. Лепіхова, Т. Титаренко, Ю. Ткач та ін.

Водночас, як показує практика більшість студентів, зокрема студентів факультету комп'ютерних наук, недостатньо чітко усвідомлюють залежність здоров'я від способу життя, слабо володіють навичками самоаналізу, самооцінки свого способу життя та стану здоров'я, самостійної діяльності з його збереження та зміцнення. Ураховуючи вище сказане, можна стверджувати, що формування здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я факультету комп'ютерних наук є актуальною і важливою темою дослідження.

Метою даної статті є визначити рівні сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використовувалися такі методи: теоретичного аналізу й узагальнення науково-педагогічної літератури, анкетування, педагогічний експеримент.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проводилося на базі Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Було виокремлено контрольну групу (n=72 осіб) та експериментальну групу (n=70 осіб).

Педагогічний експеримент складався з двох етапів – констатувального та формувального. На першому етапі було проведено анкетування студентів із метою визначення обізнаності їх у питаннях здорового стилю життя. Результати опитування показали недостатній рівень теоретичних і практичних знань у студентів щодо збереження та зміцнення здоров'я, а також наявність ситуативної мотивації, яка спрямована на задоволення тимчасових потреб. Ситуація, що склалася, засвідчила про необхідність розробки й упровадження методики формування здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

На другому формувальному етапі було узагальнено експериментальні дані та виявлено ефективність формування здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

Для встановлення змін, що відбуваються під час формування здорового стилю життя студентів, у ході реалізації методики формування здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я було уточнено критерії та показники:

мотиваційно-ціннісний (наявність у студентів ієрархії мотивів, установок, ціннісних орієнтацій, життєвих принципів, позиції),

когнітивно-теоретичний (наявність у студентів системи знань і уявлень про способи дій, форми й методи організації здорової життєдіяльності),

операційно-технологічний (наявність у студентів необхідних умінь і навичок для реалізації здоров'язберезувальних технологій за допомогою складання індивідуальних та евристичних програм, що впливають на всебічний розвиток особистості),

рефлексивно-оціночний (наявність сформованості самооцінки та самоконтролю студентів до реалізації здорового стилю життя). На їх підставі уточнено рівні сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я, а саме: *високий, середній, низький*.

1. За результатами педагогічного експерименту було встановлено, що на початку експерименту в контрольній групі високий рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компонента здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я мали 6,9 % студентів, середній рівень – 31,7 %, низький рівень – 61,4 % респондентів.

На завершальному етапі педагогічного експерименту, відповідно, 9,8 % студентів мали високий рівень сформованості мотиваційно-ціннісного

компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я, 36,1 % студентів – середній рівень, 54,1 % студентів – низький рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

В експериментальній групі на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я мали 7,8 % студентів, середній рівень – 28,5 %, низький рівень – 63,7 % студентів.

На завершальному етапі педагогічного експерименту, відповідно, 18,7 % студентів експериментальної групи мали високий рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я, 58,2 % студентів – середній рівень, 23,1 % студентів – низький рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

За період навчання в експериментальній групі в студентів покращилися показники сформованості здорового стилю життя та зросли на 10,9 %, а в контрольній групі тільки на 2,9 % порівняно з початковими значеннями. Результати дослідження засвідчили, що в студентів експериментальної групи значно підвищилася мотивація до здорового стилю життя, вони стали замислюватися над своїм здоровим стилем життя та прагнули переглянути деякі звички й моменти своєї життєдіяльності, які не відповідали принципам здорового способу життя. Студенти, також, по-іншому стали сприймати здоров'я. Вони зрозуміли, що здоров'я є тією цінністю, втративши яку, встановити майже не можливо.

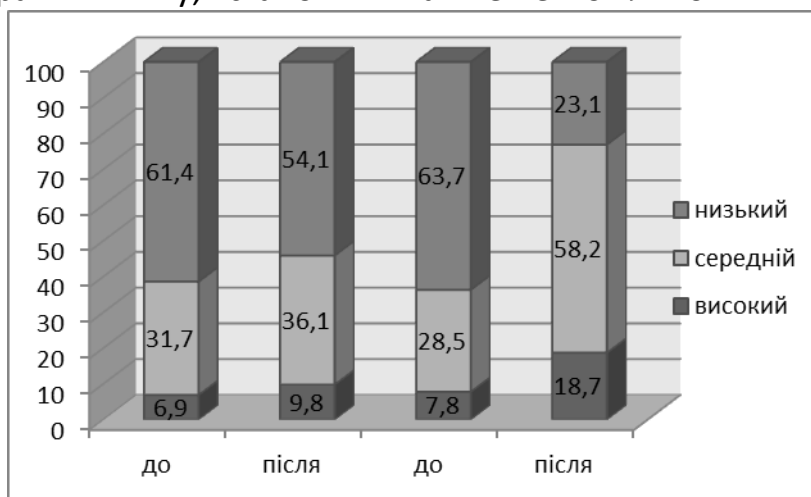


Рис. 1. Динаміка рівнів сформованості мотиваційного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я, у %

2. У контрольній групі на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості когнітивно-теоретичного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я мали 7,9 % студентів, середній рівень – 34,8 %, низький рівень – 57,3 % студентів.

Наприкінці педагогічного експерименту високий рівень сформованості когнітивно-теоретичного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я складав – 13,6 %, середній рівень – 38,1 % і 48,3 % студентів – низький рівень.

В експериментальній групі на початку експерименту високі показники когнітивно-теоретичного компоненту сформованості здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я мали: 8,2 % студентів, середній рівень – 31,1 % студентів, низький рівень – 60,7 % студентів.

На кінець педагогічного експерименту, відповідно, 23,1 % студентів експериментальної групи мали високий рівень сформованості когнітивного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я, 50,8 % студентів – середній рівень, 26,1 % студентів – низький рівень.

За період навчання в контрольній групі збільшилася кількість студентів із високим рівнем сформованості когнітивно-теоретичного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я на 5,7 %, в експериментальній групі – на 14,9 %. Середній рівень сформованості когнітивно-теоретичного-компоненту в контрольній групі збільшився на 3,3 %, а в експериментальній групі – на 19,7 %. Низький рівень зменшився в контрольній групі на 9 %, а в експериментальній на 34 %.

На завершальному етапі студенти експериментальної групи показали високі результати щодо сформованості когнітивно-теоретичного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я. Вони мали достатньо високий рівень теоретичних знань, добре володіли категоріально-понятійним апаратом, мали уявлення про способи дій, форм і методів організації здорової життєдіяльності.

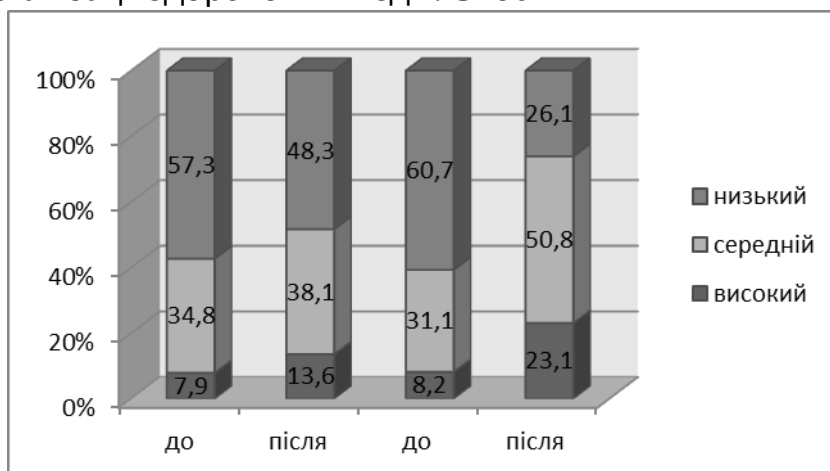


Рис. 2. Динаміка рівнів сформованості когнітивно-теоретичного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я, у %

3. У контрольній групі результати оцінювання показників сформованості операційно-технологічного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я на початок

педагогічного експерименту високий рівень мали 8,1 % студентів, середній рівень – 28,5 %, низький рівень – 63,4 % студентів. На кінець педагогічного експерименту, відповідно, 14,7 % студентів мали високий рівень, 34,7 % студентів – середній рівень, 50,6 % студентів – низький рівень.

В експериментальній групі на початок педагогічного експерименту високий рівень сформованості операційно-технологічного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я мали 8,5 % студентів, середній рівень – 26,9 % студентів, низький рівень – 64,6 % студентів. На кінець педагогічного експерименту, відповідно, 24,1 % студентів експериментальної групи мали високий рівень сформованості операційно-технологічного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я, 54,3 % студентів – середній рівень, 21,6 % студентів – низький рівень.

Наведені результати свідчать про позитивні зміни відносно формування операційно-технологічного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я. В контрольній групі показники збільшилися на 6,6 % за період навчання, в експериментальній групі – на 15,6 %. Зросла також кількість студентів із середнім рівнем у контрольній групі – на 6,2 %, в експериментальній групі – на 27,4 %. Низький рівень сформованості операційно-технологічного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я в контрольній групі зменшився – на 12,8 %, в експериментальній групі – на 43 %.

Результати сформованості операційно-технологічного компоненту педагогічного експерименту засвідчили наявність у студентів необхідних умінь і навичок для реалізації здоров'язберезувальних технологій за допомогою складання індивідуальних та евристичних програм, що впливають на всебічний розвиток особистості.

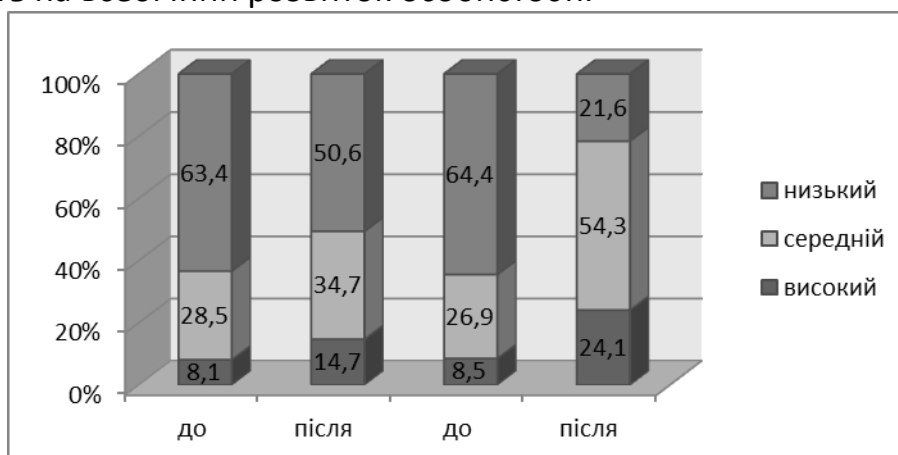


Рис. 3. Динаміка рівнів сформованості операційно-технологічного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я, у %

4. Результати оцінювання показників сформованості рефлексивно-оціночного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

У контрольній групі на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості рефлексивно-оціночного компоненту здорового стилю життя мали 9,3 % студентів, середній рівень – 23,9 %, низький рівень – 66,8 % студентів. Наприкінці педагогічного експерименту, відповідно, 15,1 % студентів мали високий рівень, 33,7 % студентів – середній рівень, 51,2 % студентів – низький рівень.

В експериментальній групі на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості рефлексивно-оціночного компоненту здорового стилю життя мали 9,9 % студентів, середній рівень – 27,3 % студентів, низький рівень – 62,8 % студентів. На кінець педагогічного експерименту, відповідно, 24,5 % студентів мали високий рівень сформованості рефлексивно-оціночного компоненту здорового стилю життя, 53,8 % студентів – середній рівень, 21,7 % студентів – низький рівень.

За період навчання збільшилася кількість студентів із високим рівнем сформованості рефлексивно-оціночного компоненту здорового стилю життя в контрольній групі на 5,8 %, а в експериментальній групі – на 14,6 %.

Середній рівень сформованості рефлексивно-оціночного компоненту здорового стилю життя студентів у процесі навчання здоров'я збільшився в контрольній групі – на 9,8 %, в експериментальній групі – на 26,5 %.

Зменшилася кількість студентів із низьким рівнем сформованості рефлексивного компоненту здорового стилю життя студентів у контрольній групі на 15,6 %, в експериментальній групі – на 41,1 %.

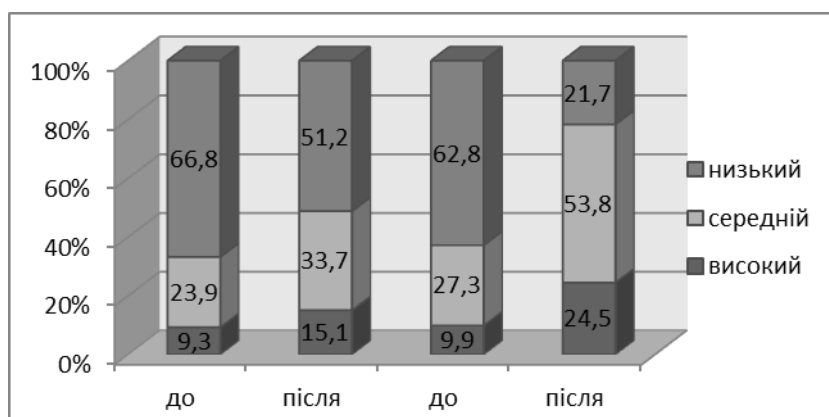


Рис. 4. Динаміка рівнів сформованості рефлексивно-оціночного компоненту здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я, у %

5. Динаміка рівнів сформованості компонентів здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

Підсумкові дані рівнів сформованості розраховувалися у відсотках від загальної кількості визначених рівнів сформованості компонентів здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я відповідно до сформованості мотиваційного-ціннісного, когнітивно-теоретичного, операційно-технологічного та рефлексивно-оціночного компонентів.

На початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я мали 8,1 % студентів контрольної групи, середній рівень – 29,7 %, низький рівень – 62,2 % студентів.

На кінець педагогічного експерименту, відповідно, в контрольній групі 13,3 % студентів мали високий рівень сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я, 35,6 % студентів – середній рівень, 51,1 % студентів – низький рівень сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

В експериментальній групі на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я мали 8,6 % студентів, середній рівень – 28,4 %, низький рівень – 63 %.

На кінець педагогічного експерименту, відповідно, в експериментальній групі 22,6 % студентів мали високий рівень сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я, 54,2 % студентів – середній рівень, 23,2 % респондентів – низький рівень сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я.

Отже, за період навчання збільшилася кількість студентів із високим рівнем сформованості здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я в контрольній групі на 4,9 %, в експериментальній – на 14 %.

Збільшилася кількість студентів із середнім рівнем сформованості здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я в контрольній групі – на 5,9 %, в експериментальній групі – на 25,8 %.

При цьому зменшилася кількість студентів із низьким рівнем сформованості здорового стилю життя в процесі навчання основ здоров'я в контрольній групі на 11,1 %, в експериментальній групі – на 39,8 %.

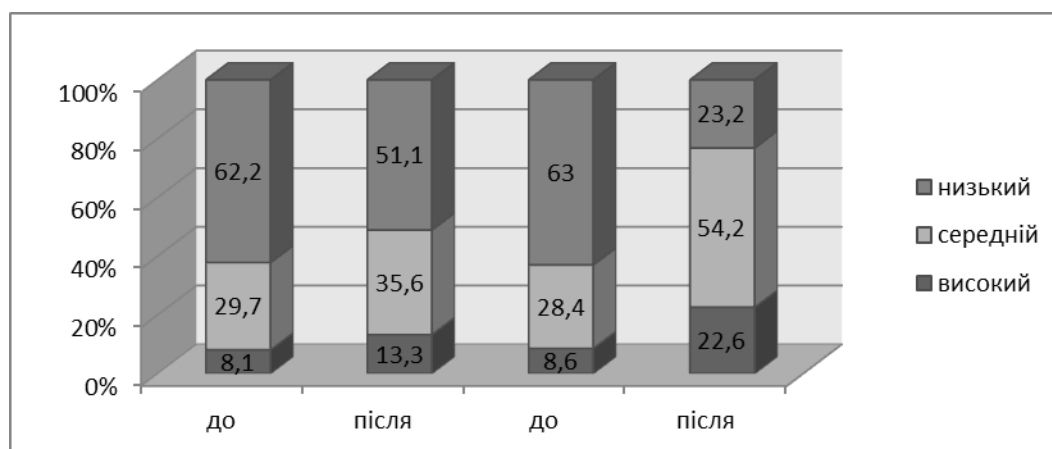


Рис. 5. Динаміка рівнів сформованості здорового стилю життя студентів у процесі навчання основ здоров'я, у %

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Метою педагогічного експерименту було перевірити ефективність запропонованої методики формування здорового стилю життя студентів у процесі навчання здоров'я. Отримані результати підтвердили ефективність форм, методів і способів їх інтеграції в освітній процес на факультеті комп'ютерних наук.

Перспективними напрямками роботи є розроблення оптимальних методичних рекомендацій і посібника, що передбачають застосування здоров'язберезувальних технологій, за допомогою яких кожен студент зможе сформувати здоровий стиль життя відповідно до своїх особистісних потреб.

ЛІТЕРАТУРА

- Бублей, Е. М. (2013). *Формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів I-II рівня акредитації*. Режим доступу: http://ru.osvita.ua/school/lessons_summary/education/38457/. (Bubly, E. M. (2013). *Formation of healthy way of life of students of higher educational establishments of I-II level of accreditation*. Retrieved from: http://ru.osvita.ua/school/lessons_summary/education/38457/).
- Гасумова, С. Е. (2010). Информационные технологии в социальной сфере (учебное пособие). *Международный журнал экспериментального образования*, 3, 16-17. Режим доступу: <http://www.expeducation.ru/ru/article/view?id=306>. (Gasumova, S. E. (2010). Information technology in the social sphere (study guide). *International Journal of Experimental Education*, 3, 16-17. Retrieved from: <http://www.expeducation.ru/ru/article/view?id=306>).
- Грановская, Р. М. (1997). *Элементы практической психологии*. Санкт-Петербург (Granovskaya, R. M. (1997). *Elements of practical psychology*. St. Petersburg).
- Залеський, І. І. (2013). *Екологія людини*. Рівне (Zalessky, I. I. (2013). *Human ecology*. Rivne).
- Раевский, Р. Т., Канишевский, С. М. (2008). *Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов*. Одесса (Raevsky, R. T., Kanishevsky, S. M. (2008). *Health, healthy and wellness lifestyle of students*. Odessa).

РЕЗЮМЕ

Парфиненко Татьяна. Определение уровней сформированности здорового стиля жизни студентов в процессе обучения основам здоровья.

Целью данной статьи является определение уровней сформированности здорового стиля жизни студентов факультета компьютерных наук Харьковского национального университета имени В. Н. Каразина в процессе обучения основам здоровья. Для достижения поставленной цели использовались следующие методы исследования: теоретического анализа и обобщения научно-педагогической литературы, анкетирование, тестирование, педагогический эксперимент.

В статье приведены результаты экспериментальной проверки методики формирования здорового стиля жизни студентов в процессе обучения основам здоровья. В педагогическом эксперименте приняли участие студенты контрольной группы ($n = 72$ человек) и экспериментальной группы ($n = 70$ человек). В экспериментальной группе полученные данные показали высокий уровень сформированности всех показателей здорового стиля жизни студентов, что подтвердило целесообразность и эффективность внедрения методики формирования здорового стиля жизни студентов в учебно-воспитательный процесс.

Ключевые слова: *студенты, здоровый стиль жизни, педагогический эксперимент, методика обучения, основы здоровья.*

SUMMARY

Parfinenko Tatiana. Determination of the levels of a healthy lifestyle formation of students in the health fundamentals learning process.

The purpose of this article is to determine the levels of a healthy lifestyle formation of students of the Computer Science Department of V. N. Karazin Kharkiv National University in the health fundamentals learning process. To achieve this goal, the following research methods have been used: theoretical analysis and generalization of scientific and pedagogical literature, questionnaire, and testing, pedagogical experiment.

The article presents the pilot testing results of the formation methods of a healthy lifestyle of students in the health fundamentals learning process. The article contains the pilot testing results of the formation methods of a healthy lifestyle of students in the health fundamentals learning process. To set changes that occur during the formation of a healthy lifestyle of students in the implementation of the formation methods of a healthy lifestyle of students in the health fundamentals learning process the criteria and indicators were specified: motivational-value (the students have a hierarchy of motives, attitudes, values, life principles, positions), cognitive-theoretical (presence of students' system of knowledge and ideas about ways of actions, forms and methods of organization of healthy functioning), operational-technological (presence of necessary skills to implement health conservation technologies through preparation of individual and heuristic programs that affect the overall development of the individual), reflexive-evaluative (presence of established self-esteem and self-control to achieve a healthy lifestyle). On the basis of these, the levels of formation of a healthy lifestyle of students in the health fundamentals learning process are specified, namely: high, medium, low.

Students of the control group (n=72 people) and the experimental group (n=70 people) participated in the pedagogical experiment. In the experimental group, the data obtained showed a high formation level of all indicators of a healthy lifestyle of students, which confirmed the feasibility and effectiveness of introducing formation methods of a healthy lifestyle of students in the educational process.

Key words: *students, healthy lifestyle, pedagogical experiment, teaching methodology, health fundamentals.*

УДК 378.014

Валентина Плющ

Центральноукраїнський державний педагогічний

університет імені В. Винниченка

ORCID ID 0000-0002-8099-1566

DOI 10.24139/2312-5993/2020.01/266-276

САМОСТІЙНА РОБОТА ЯК ОДНА З ФОРМ САМООСВІТИ СТУДЕНТІВ

У статті проаналізовано основні підходи до визначення понять «самоосвіта» та «самостійна робота». Здійснено аналіз співвідношення окреслених понять дозволив визначити їх як два складних види діяльності, які можуть бути пов'язані між собою або збігатись один з одним окремими компонентами, зсув цих понять може привести до неправильного вибору форм, засобів і методів їх практичної