

Доведено, що система (1) має єдиний розв'язок. Останній факт дозволяє застосовувати для її розв'язку метод послідовних наближень за алгоритмом:

1. Вибирається нулеве наближення $u_i^{(0)} = t_{in}, i = \overline{1, n}$

де $t_{in} = t_{in} + t_{cn} + t_{kn} + t_{kn}$,

де $t_{in}, t_{cn}, t_{kn}, t_{kn}$ – відповідно час, відведений в навчальному плані на лекції

її, практичні заняття, консультації, самостійну роботу, та час на контроль за станом навчання.

2. Обчислюються подальші наближення до необхідного стану знань студента

$$\begin{cases} u_k^{(k+1)} = \min_{j \neq i} (t_{ij} + u_j^{(k)}), i = \overline{1, n-1} \\ u_k^{(k+1)} = 0, k = 0, 2, \dots \end{cases}$$

Як бачимо, обчислення послідовних наближень при розв'язку системи (1) потребує виконання лише двох операцій: знаходження сум та порівняння чисел, що забезпечує доступність використання комп'ютерної техніки в процесі СРС.

А.П.Афонін, В.О.Брузгін, І.М.Ковельська

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я – НЕВІД'ЄМНА СКЛАДОВА ОСВІТИ

Of the arider "Formation of health culture is a distinctive part of education." By doctor of medical sciences, professor of zoology faculty A.P. Aphonin, docent Brusgin V.A. and lectures of zoology faculty Kanelskaya I.M. of Krivoy Rog state Pedagogical University.

An important part in bringing up a healthly generation is forming the valeological culture, the need of leading a healthy way of life. Shod, high school must become a center of bringing up a health culture.

Важливою умовою виховання здорового покоління є валеологічна культура батьків, вихователів, вчителів.

Адже здоров'я людини залежить не тільки від біологічних, генетичних і психофізіологічних факторів, але й від її культури, яка містить різноманітні способи реалізації соціальних і природних якостей особи.

Тому збереження і зміцнення здоров'я знаходиться в прямій залежності від культури особистості.

Під культурою здоров'я розуміють не тільки рівень медико-валеологічної освіти населення, але й динамічний стереотип поведінки, стан соціального благополуччя, ступінь розвитку творчих сил, фізичних, психічних і розумових здібностей людини.

Валеологічна культура передбачає тривалий процес глибокого усвідомлення необхідності бути здоровою людиною, відтворювати здорових нащадків і, головне, застосування в повсякденному житті своїх знань і вмінь.

Валеологічна культура повинна бути властивою кожній людині, але для педагога вона є особливо значущою, оскільки кваліфікований спеціаліст у своїй галузі, але й безпосередній вихователь культури здоров'я.

Культура здоров'я педагога повинна містити усвідомлене чітке розуміння різних факторів забезпечення здоров'я людині: генетичних, екологічних, медичних, життєдіяльних, які найбільш впливають на здоров'я майбутнього покоління і, як результат, - оптимальне формування способу життя: спілкування, поведінки, менталітету.

Валеологічна культура - це, безумовно, певний склад мислення, який ґрунтується на знанні підходів до створення свого здоров'я; шляхів до здорового способу життя, вмінь їх реалізувати; здатність до валеологічної рефлексії.

Формування валеологічної культури особистості повинно здійснюватися як її безперервний рух до оптимального саморозвитку, самовдосконалення і самореалізації. Саме школа, ВНЗ і є тими центрами, де повинна формуватися культура здоров'я, валеологічне розуміння цієї проблеми.