

# «ТІЛО — ДІМ ДЛЯ ДУШІ»

## «Екологія здоров'я» як наукове поняття та складова екологічної культури людини

**Валерія ПІКЕЛЬНА.**

*доктор педагогічних наук, професор*



*Серед найактуальніших проблем сучасної педагогіки (теоретичних та практичних) є проблема екологічного виховання. Йдеться не тільки про формування екологічної культури вчителів, бо це положення вже визнано аксіометричним, а й про необхідність формування екологічної культури у будь-якої особистості як об'єктивно і суб'єктивно необхідної якості сучасної людини.*

*У «Декларації прав людини», «Конвенції про права дитини» визначено, що найвищою цінністю в суспільстві є здоров'я людини (насамперед — дитини), бо від цього залежить майбутнє фізіологічного і соціального здоров'я нації.*

*«Здоров'я» визначено як складне міжгалузеве наукове поняття, яке відображає як фізіологічний стан функціонування організму людини, так і її відносини з внутрішнім і зовнішнім середовищем.*

На жаль, поза пильною увагою педагогічної спільноти залишається Програма «Діти України». До такого висновку спонукають праці багатьох дослідників. Зокрема, Г.Голобородько, досліджуючи проблему формування поняття здорового способу життя, зазначає:

— 80—90% випускників шкіл мають патологічні зміни в стані свого здоров'я;

— 62% школярів неправильно називають фактори, які суттєво впливають на стан здоров'я людини;

— абсолютна більшість учнів шкіл мають фрагментарні відомості про здоровий спосіб життя (2, 1—9).

Але найбільш сумним є, за свідченням Г.Голобородько: майже 80% учнів шкіл зовсім не мають авторитетів серед дорослих щодо організації здорового способу життя.

Проте це не є дивним, оскільки проблеми екології здоров'я людини (нації) довгі роки були забуті. На підтвердження досить звернутися до життєвого досвіду старшого покоління, яке згадувало про власне здоров'я тоді, коли починало хворіти.

Існує давно відоме і важливе завдання фізичного виховання, пов'язане з необхідністю формування у дітей звички постійно займатися фізичними вправами (це також одна з педагогічних умов збереження людиною власного здоров'я). Дослідники стверджують, що стійка звичка обов'язково стає життєвою потребою. При успішному фізичному вихованні термін шкільного навчання (9—11 років) вважається достатнім для формування згаданої звички.

Давайте поцікавимося в студентів педагогічних вузів (майбутніх учителів), чи є в них потреба займатися кожного дня фізичними вправами. Наші експериментальні перевірки довели, що серед студентів у кількості 75—90 чоловік (I—II курси) таку потребу мають переважно 5—7 студентів. Необхідно зауважити, що навіть серед цього вкрай різкого відсотка вирізняються лише ті, хто систематично займається у спортивних секціях.

Якщо ж звернутись до старшого покоління людей, то цей показник виявити взагалі досить важко, оскільки фізичними вправами систематично займаються ті поодинокі, які роблять кволі спроби, аби зберегти залишки власного здоров'я (ми не враховуємо тих, для кого ці фізичні вправи стали життєвою потребою: їм можна тільки по

доброму позаздрити і побажати здоров'я).

Є ще один найбільш сумний фактор в освітньому сьогоденні: учителі з різним педагогічним досвідом (більшість із них) не пов'язують екологічну культуру з екологією здоров'я.

Автору цих рядків довелося читати лекцію вчителям досить авторитетної загальноосвітньої школи на тему «Формування планетарного світогляду учнів на уроках науково-природничого циклу». Розмова почалася з аналізу стану здоров'я учнів, що викликало неприховане здивування педагогів, які, очевидно, вирішили, що лектор переплутав тему науково-практичного спілкування.

І дійсно, коли йдеться про формування у підростаючого покоління планетарного (інтегративного, синергетивного) світогляду, то педагогічна увага зупиняється, насамперед, на екології природи. На наш погляд, досить цікавими і застерігаючими є дослідження М.Лук'янчикова (4, 4—5). Вчені-екологи ставлять перед суспільством низку завдань, від успішного вирішення яких залежить доля людства.

Навислу екологічну катастрофу вони пов'язують з глобальними причинами, що наближають її. Йдеться про досить відомі фактори:

— потепління клімату (збільшення «парникових газів», що на 3/5 складаються з вуглекислого газу). Прогнозується, що до середини XXI століття температура на планеті підвищиться на 2-4 градуси Цельсія, що обернеться важкими наслідками для людства;

— скорочення озонового шару Землі, що на висоті 24 км захищає поверхню від згубних, нищівних для всього живого ультрафіолетових променів Сонця (знищиться озоновий шар — загине людство);

— «кислотні дощі» (потрапляючи в атмосферу, двоокис сірки та окис азоту розповсюджуються на 1000 км і опадають на землю з дощем, туманом, нищачи все живе);

— різке скорочення площі лісів (легень Землі) і відповідно негативні наслідки, про які згадувалося;

— скорочення біологічної різноманітності видів флори і фауни і як результат — деградація природничого середовища (щорічно зникає 10—15 тисяч різновидів організмів, переважно найпростіших).

Але серед цих трагічних причин, що сприяють набли-

женню катастрофи людства, є одна, на наш погляд, найглобальніша — деградація соціальної свідомості: втрата зв'язку людей з природою; моральна деформація етносу і особистості; скорочення віку людини і повільна загибель нації, людства. Саме з цих моральних позицій потрібно виходити, коли йдеться про необхідність формування планетарного мислення у школярів, бо від них, їхнього планетарного світогляду залежатиме майбутнє здоров'я людини, народу, нації, людства загалом.

Вчені (Д.Узнадзе та ін.) довели, що стан здоров'я людей на 50% залежить від здорового способу життя (2, 1), тому викладання у загальноосвітніх школах навчального курсу «Здоровий спосіб життя» (або «Моє здоров'я», «Природа і ми», «Екологія здоров'я», «Людина на Землі») набирає особливої актуальності. Йдеться не про якісь факультативи за вибором, а обов'язковий для всіх учнів навчальний предмет, подібно до валеології, що постійно зміцнюється і вдосконалюється, і який має бути внесений до списку обов'язкових випускних екзаменів, адже йдеться про збереження здоров'я людини, нації, людства.

Валеологія в курсі навчального предмета, незважаючи на змістовну інтегративність, названі проблеми не вирішує. Беззаперечно цінність у цьому зв'язку мають навчальні предмети науково-природничого циклу, але знання та уміння, що формуються при вивченні навчального курсу «Здоровий спосіб життя», стають насамперед життєво необхідними.

Європейський стандарт шкільної освіти передбачає формування у молоді екологічної культури. У «Моральному кодексі європейця» значна увага приділяється формуванню екологічної культури, зокрема, екології здоров'я.

Чорнобильська трагедія — це зовнішній чинник, що сприяв погіршенню стану здоров'я людей у багатьох регіонах України. Проте найбільш вагомим стає вплив «непомітного» негативного чинника — способу життя людей (паління, алкоголізація, наркоманія, проституція, втрата зв'язків з природою, невикористання природних чинників, що поліпшують стан здоров'я людей, тощо).

У всіх австралійських школах досить давно викладається курс «Здоровий спосіб життя» (мабуть, там уміють дбати про збереження людського здоров'я). В японських школах читаються курси, що розкривають шляхи і засоби гармонізації людини з природою. У США в стандартах національної освіти також передбачено курси типу «Здоровий спосіб життя».

Але в національній школі України досить важко відбувалося введення навчального курсу «Валеологія». Здається, необхідність цього спеціального курсу в усіх школах (вищих — також) — «Здоровий спосіб життя», сумнівів не викликає. Епізодичні розмови педагогів з учнями про здоровий спосіб життя (урочні, позаурочні заходи) цієї глобальної проблеми не вирішать.

Так сталося, що ми не навчилися поважати педагогічну спадщину стародавніх (йдеться про надбання цивілізації щодо збереження здоров'я та народну педагогіку). Не використовується значний досвід Гіпократів, Авіценни, Ламетри та інших. Йдеться не про формування культурно-гігієнічних навичок, а про величезний обсяг інформації, яка допомагає людині зберегти здоров'я. Стародавні єгиптянини, римлянини (інші народи, які досягли високого рівня цивілізації) знали про природні фактори здоров'я значно більше, ніж наші сучасники. Дещо дивно видається сьогодні турбота вільного грека (чи римлянина) про органічну єдність фізичної і моральної чистоти тіла і душі.

Якщо для нас сьогодні, скажімо, домашня ванна — певна періодична потреба, турбота про чистоту тіла, то в історії лікування — це процедура «очищення». Згадаймо

слов'янські бані (волога пара як засіб лікування), фінські бані-сауни (суха пара). Згадаймо стародавній грецькі бані (терми), які користувалися величезним попитом. Їх дуже добре описав Е.Бульвер-Літтон. Терми — це величезні багатофункціональні споруди, що мали багато відділень — гарячу, теплу та холодну бані, басейн, спортивні зали, «потову» тощо. Стелі й стіни були естетично оздоблені, підлога підігрівалась і була вимощена білою мозаїкою. До теплої пари додавались ароматичні масла і лікарські трави. Багато грека чи римлянина з «потової» чекали раби, щоб спеціальними «скребницями» вивести піт із шкіри. Потім знову ароматична ванна, потім — прохолодний душ тощо.

Після завершення прийому ванн — відпочинок у легкому одязі і, головне, починався масаж тіла і розтирання його лікувальними мазями. Поруч з термами містилися театри, бібліотеки, спортивні майданчики. Єдність фізичного і духовного вважалась неодмінною умовою здорового способу життя.

На початку I століття н. е. в Римській імперії були школи для дітей рабів, які називалися педагогіумами. Освічені раби були необхідною ознакою поважної і знатної римської родини. Проте, розмова про інше — цінувались здорові раби. Тому одним із засобів заохочення учнів за успішне навчання був масаж їхнього тіла, який виконував раб-масажист, та гарна зачіска.

Ці факти яскраво засвідчують ставлення стародавніх цивілізованих людей до власного здоров'я, яке вважалося найбільшою цінністю. Мабуть, варто замислитися над цим і нам усім.

М.Дорнер, розкриваючи проблеми екологічного виховання школярів у сучасній Німеччині, відзначив: «Екологічне виховання у ФНР має понад 25-річну історію і його значення в концепції загальної освіти постійно зростає» (3, 103).

Дослідник дійшов висновку, що першочерговим завданням екологічного виховання є формування відповідних знань у школярів про можливі глобальні катастрофи. Набуті знання повинні перетворюватись у практичні справи. У Німеччині проведено низку репрезентивних емпіричних експериментів, за результатами яких зроблено суттєві зміни в змісті освіти. Окремі розділи навчальних предметів (наприклад, «Екосистеми» в біології, «Повітря» в хімії та ін.) були скорочені на користь тем, що розкривають глобальні екологічні проблеми. Виявлення потенціальних можливостей екологічного виховання в різних навчальних предметах (всього досліджувалися 9 науково-природничих навчальних предметів) дало змогу зробити висновок: існує тенденція відмови дроблення екологічних тем за окремими навчальними предметами.

На жаль, розкриваючи сутність поняття «екологічна культура», дослідники не звертають увагу на такий її компонент, як «екологія здоров'я» (3, 106—107). На нашу думку, проблемам, пов'язаним насамперед з екологією здоров'я людини, народу, нації, людства, необхідно надати пріоритетне місце у сучасних науково-практичних розробках.

### Література

1. Бульвер-Литтон Э. Последние дни Помпеи. — М.: Правда, 1998. — 278 с.
2. Голобородько Г.П. Формування поняття здорового способу життя в учнів основної школи: Автореф. дис... канд. пед. наук /Харківський державний пед. унів-т ім. Г.С. Сковороди: 13.00.01. — Х., 1997. — 17 с.
3. Дорнер М. Экологическое воспитание в Германии //Педагогика, 1997. — №5. — С. 103—107.
4. Пикельная В.С. Что можно и нужно позаимствовать из наследия древних //Саксаганский лицей, 1996. — №2. — С. 53—60.