

613(082)

A 43

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Матеріали науково-практичної конференції
м. Кривий Ріг, 31 травня 2006 р.



КРИВОРІЗЬКИЙ
ДЕРЖАВНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ

ЕКОЛОГІЧНА КУЛЬТУРА ТА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ: ОСВІТЯНСЬКИЙ КОНТЕКСТ

Гнілуша Н. В., Афонін А. П.

Криворізький державний педагогічний університет

Екологізація всіх форм суспільної свідомості, особливо науки та культури, в наш час стає тим імперативом, який визначає ставлення суспільства та окремої особистості до навколишнього середовища. Екологічна культура (ЕК) має змінити антро- та техноцентризм в діяльності людини екологічною парадигмою, увійти в її буденну психологію. ЕК – це: 1) сукупність знань, переконань, настанов діяльності в природі, відповідно екологічним принципам; 2) реалізація людських цілей в природі на основі її законів. ЕК є динамічною системою, що розвивається. Розширення її меж та закріплення в усіх сферах духовного життя, безпосередньо визначає прогрес, як окремої держави, так і людства в цілому.

Формування загальної культури та масової свідомості в екологічному контексті вимагає: 1) спростування стереотипів невичерпності природних ресурсів, можливостей людини в природі та компенсації порушень оточуючого середовища; 2) досягнення та доказів розуміння: а) екологічної, а часто економічної недоцільності багатьох здійснених в минулому гео-, гідротехнічних промислових проєктів; б) наслідків сумно відомої філософії та настанов “панування” над природою; “підкорення” та “перетворення” її, “не чекання” від неї “милостей”.

Екологічна свідомість, мислення, культура, етика, мораль як спряжений ряд понять, що окреслює взаємодію людини та природи на основі її все більш глибокого розуміння, пов'язаний з естетичною культурою, розвитком естетичного сприймання об'єктів і суб'єктів неживої та живої природи, усвідомленням їх унікальності, естетичної цінності.

Паралелізм становлення естетичної та екологічної культури в екологічній підготовці вчителів, як кероване, цілеспрямоване,

так і самостійне, активне, має не маті закріпити: 1) сприймання естетичних цінностей природи; 2) усвідомлення природи як неперехідного багатства України; 3) особистісну спрямованість на визначення естетичної цінності тих об'єктів чи суб'єктів природи, на які не зверталася достатня увага (регіональний, краєзнавчий аспект); 4) естетичні, громадянські позиції та діяльність в природоохоронних заходах.

Екологізація духовного життя органічно пов'язується зі здоровим способом життя (ЗСЖ), який обумовлюється індивідуальним світосприйняттям та світорозумінням. Він є тією реальністю, яку слід розглядати зараз, як неминущу людську цінність. Побудови ЗСЖ мають певні, кореговані часом, філософськими, релігійними течіями, суспільною модою відмінності.

Кола проблем (П), пов'язаних з обґрунтуванням ЗСЖ, як феномену сучасності, ми визначаємо таким чином:

I. Онтогонічні П: 1) усвідомлення людини, як феномену живої природи; 2) розуміння глибокої індивідуальності кожної людини; 3) осмислення залежностей людини від природи та суперечностей в зв'язку з ростом можливостей впливу людини на природу;

II. Гносеологічні П: 1) розуміння обмеженості знань про людину; 2) неможливість точного визначення настанов ЗСЖ для кожної людини;

III. Загальнонаукові П: 1) системне бачення світу, людини, природи; 2) структурованість системи людського організму та його середовища; 3) єдність інтелектуального, емоційного, естетичного сприймання світу;

IV. Дисциплінарні П (різних наук, в першу чергу біологічних та медичних): 1) складність людського організму в нормі та патології; 2) неможливість прямих екстраполяцій з різних наук на біологію людини.

ЗСЖ може осмислюватися та тлумачитися досить широко: 1) здатність жити і діяти у відповідності до своїх природи, світосприймання, світорозуміння; 2) взаємодія із середовищем, яка забезпечує збереження здоров'я, фізичне та моральне само-

задоволення, подовження життя; 3) узгоджена в просторі та часі система діяльності людини, яка відповідає її соціальним функціям, фізичним, інтелектуальним та духовним потребам; 4) оптимізація людиною свого життя з метою збереження здоров'я, профілактики та лікування хвороб; 5) спосіб життя, який відповідає природним потребам життя; 6) свідоме поведінка людини, основана на строгій самодисципліні, згідно уявлень про збереження здоров'я; 7) життя у безпосередній відповідності до науково обґрунтованої чи визначеної багатолітнім досвідом системи збереження здоров'я; 8) дотримання певних правил, норм, принципів у задоволенні потреб, відповідно тим рекомендаціям чи настановам, що націлені на підтримання організму в комфортному, нормальному стані.

Наполегливе формування ЕК, пропаганда та упровадження ЗСЖ, як безальтернативного шляху життєзабезпечення, є невід'ємною умовою стабільного розвитку суспільства.

Негативний стан довкілля для людини, як комплекс умов, що складаються в різних просторово-часових масштабах в сучасний період розвитку України, вимагає особливої уваги фундаментальних, прикладних наук, практик охорони природи та здоров'я людини. Позірна очевидність крайніх, несприятливих факторів негативного стану довкілля для людини, її життя, праці, відпочинку в реальних умовах конкретних районів чи регіонів не завжди вчасно та правдиво доводиться до відома населення, інколи приховується, не виправдано зменшується чи перекручується. Це, відповідно, викликає несвоєчасне та неенергійне реагування екологічних, природоохоронних, медичних та освітніх закладів, установ, грубе порушення або невикористання санітарно-гігієнічних запобіжних, профілактичних та лікувальних заходів. Такий низький організаційний фон реагування на несприятливі надзвичайні екологічні ситуації, недостатність або відсутність наукових розробок по нейтралізації негативного стану довкілля для людини, вимагає як перебудови наукової та практичної діяльності, спрямованої на усунення чи нейтралізацію цього стану, а з іншого боку, особливо актуалізує

проблеми пропаганди та впровадження здорового способу життя як безальтернативного шляху життєзабезпечення в умовах негативного стану довкілля для людини. Здоровий спосіб життя, як надбання, здобуток особистості та суспільства, як вияв самовдосконалення особистостей, особливо педагогів, визначається пізнанням універсальних законів збереження здоров'я, певних принципів, правил, серед яких найважливішим є позитивне мислення, правильне дихання, споживання їжі, рух, фізична активність, розслаблення, загартування (на основі різних систем), використання резервів психіки, позитивних емоцій та всіх інших можливостей людського організму для здоров'я та продовження життя людини. В теорії та практиці народної освіти, розвиваючого навчання та виховання, принципи та критерії здорового способу життя мають бути втілені та реалізовані згідно рівня внутрішніх настанов кожної особистості (вчителів, викладачів, учнів та студентів), що особливе важливо для Кривбасу.

Здоровий спосіб життя неможливий без психологічної комфортності, сприятливих емоційного та духовного фонів. Навчання та виховання в системі народної та, особливо, педагогічної освіти, відповідно дотримання та пропаганди здорового способу життя мають бути: 1) побудовані на принципах строгої науковості, об'єктивних біологічних особливостях людського організму; 2) статистично достовірних результатах досліджень. Все це визначить стійкість та життєзабезпечення людини в умовах негативного стану довкілля. Саме рівень стану здоров'я людини, якість життя є основним показником екологічності середовища. Знаючи причинно-наслідкові зв'язки між станом середовища та здоров'ям людини, можна керувати останньою через зміни середовища. Цю роль на практиці виконують, в основному, сім'я і школа. Специфіка підготовки учительських кадрів в стінах педвузу понукає звернути особливу увагу на вивчення студентами умов, в яких навчаються учні в школі. З педагогічної точки зору вважаємо важливим показати студентам, як може впливати на учбову діяльність, на загальне само-

почуття учнів близькість біля школи промислових виробництв, гучних автострад, густозаселених житлових кварталів та інше. Вузівський курс екології не торкається екологічних умов, в яких щоденно знаходяться учні, навчаючись в школі, а курс шкільної гігієни в педвузі не має достатньої екологічної спрямованості. Педагог, оволодівши знаннями з основ екології людини, має велику можливість керувати здоров'ям учнів, піддаючи його відповідного впливу середовища. Для виконання цієї задачі йому спочатку необхідно знати показники (стандарти) здоров'я людини з урахуванням віку і статі. До цих показників відносяться стандарти фізичного здоров'я (ріст, маса, сила, витривалість, температура тіла, артеріальний тиск, пам'ять, рухомість нервових процесів та інше), рівень та характер захворювань і демографічний фон, а також до цих факторів відноситься сонячна радіація, повітряне, водяне та ґрунтове середовища, склад поживних речовин (білки, жири вуглеводи, вітаміни, мінеральні солі та інше) та умови життя (державний уклад, сім'я, батьки і їх шкідливі звички, школа, викладачі і учбовий процес, медичне обслуговування, фізична активність та інше). Педагог, вчитель має знати всі причини стану здоров'я учня. Так, недостатнє випромінювання (сонячне) веде до розвитку рахіту у дітей і формуванню у них короткозорості. Забруднена вода і ґрунт являються причиною шлунково-кишкових захворювань. Нераціональне харчування порушує нормальний процес росту та розвитку організму дитини, погані соціальні умови життя сприяють росту захворювань, зокрема, туберкульозом, педікульозом.

Відсутність роботи по санітарній освіті в школі сприяє розповсюдженню СНІДу, алкоголізму, наркоманії та іншим соціальним захворюванням. Володіючи знаннями з екології людини, вчитель може активно включатися в роботу по охороні здоров'я учнів і захисту навколишнього середовища.

Здоровий спосіб життя є безальтернативною умовою збереження, оздоровлення та подовження життя людини, забезпечення нормального функціонування організму в умовах жорсткого техногенезу.

ЗАСТОСУВАННЯ КРАЄЗНАВЧОГО ПРИНЦИПУ В ЕТНОПЕДАГОГІЧНИХ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЯХ

Конельська І. М., Терлецька Н. М.

*Криворізький державний педагогічний університет
Криворізька загальноосвітня школа I-III ст. № 15 ім. М. Решетняка*

Головною метою національного виховання є успадкування духовного надбання українського народу, формування у молоді рис громадянина України, розвиненої духовності, моральної культури.

Виходячи із цього, основними завданнями сучасної національної школи є забезпечення повноцінного розвитку дітей і молоді, охорона і зміцнення їх фізичного, психічного та духовного здоров'я; формування національної свідомості, любові до рідної землі, родини, свого народу [5].

Адже у 50 % школярів спостерігаються функціональні відхилення у стані різних систем, а у 42 % дітей – різні хронічні захворювання. Ще гірша ситуація із здоров'ям дітей Дніпропетровщини, які страждають частіше інших від хвороб серця і систем кровообігу, сечостатевої системи, органів дихання [6, 78].

Особливу тривогу викликають дані, які характеризують падіння рівня сформованості культурного спрямування і соціально значимих якостей особистості учнів молодшого шкільного віку, які відносяться до моральної сфери, що вказує на суттєві зміни в глибинних структурах особистості школяра [2, 44].

Тому важливим є розробка та запровадження таких освітньо-виховних технологій, які б органічно поєднували в собі як здоров'язберігаючий, так і етнопедагогічний компонент на засадах краєзнавчого принципу.

Теоретико-методологічні і науково-практичні засади організації оздоровчо-профілактичної роботи у школі, класі, сім'ї стали предметом розробок І. Бега, М. Гончаренко, А. Капської, О. Коринчука та ін.