

УДК 908:37.037

Наталія Іваніків, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

КРАЄЗНАВСТВО ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я

У статті розглядаються актуальні проблеми ролі краєзнавчої діяльності у формуванні культури здоров'я дитини. Висвітлено заходи, спрямовані на збереження та зміцнення фізичного та психічного здоров'я школярів і формування здорового способу життя в умовах сучасної України, які розглядаються як невід'ємна складова навчально-виховного процесу. Зроблено спробу простежити процеси взаємозв'язку краєзнавчої діяльності та збереження здоров'я дитини. Визначено деякі риси школи, які б сприяли важливим засадам розвитку здоров'я.

Ключові слова: краєзнавство, краєзнавча діяльність, культура, здоров'я, діти, гра, відпочинок, емоції.

Літ. 9.

Наталія Іваніків, кандидат педагогических наук, доцент кафедры здоровья человека и физической реабилитации Дрогобычского государственного педагогического университета имени Ивана Франко

КРАЕВЕДЕНИЕ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

В статье рассматриваются актуальные проблемы роли краеведческой деятельности в формировании культуры здоровья. Освещены меры, направленные на сохранение и укрепление физического и психического здоровья школьников и формирования здорового образа жизни в условиях современной Украины, которые рассматриваются как неотъемлемая составляющая учебно-воспитательного процесса. Сделана попытка проследить процессы взаимосвязи краеведческой деятельности и сохранения здоровья. Определены некоторые черты школы, которые способствовали бы важным принципам развития здоровья.

Ключевые слова: краеведение, краеведческая деятельность, культура, здоровье, дети, игра, отдых, эмоции.

Natalia Ivanikiv, Ph.D. (Pedagogy), Associate Prof. of Human Health and Physical Rehabilitation Department Drohobych State Pedagogical University by I. Franko

REGIONAL ETHNOGRAPHY AS A FACTOR OF A HEALTH CULTURE

The article deals with the topical issue of the role of regional studies in forming a child's health. We have considered the measures aimed at preserving and developing pupils' physical and mental health as well as promoting health lifestyles in modern Ukraine, which are an integral part of the educational process. An attempt to trace the interrelation of regional studies and a child's health has been made. We have determined some school features that would contribute to important principles of health development.

It is known that the health of children and adolescents is influenced by a complex of social, biological and psychological factors. This conclusion of the theory of risk factors enabled to proceed to the concept of health design, which involves interference in its formation to overcome or reduce the factors of risk. One of the important factors of a child's mental and physical health is tourist and regional studies work at school, which is aimed at the enhancement of physical health and favourable influence on the sphere of senses.

Keywords: regional studies, regional studies activities, native land, culture, health, children, play, recreation, emotions.

Постановка проблеми та аналіз досліджень. Інтеграція України в європейський освітній простір спонукала до змін в сфері освіти і культури. Однією з головних особливостей сучасної освіти постає необхідність посилення загальної культури дітей та молоді і насамперед формування в них культури здоров'я, що є проявом особистістю любові до свого народу, відчуттям своєї належності до здорової генерації України,

усвідомлення спільності власної долі з долею Батьківщини. Культура здоров'я на сучасному, складному етапі життя – це не тільки сума знань, обсяг відповідних умінь і навичок, але й здоровий спосіб життя гуманістичної орієнтації. Адже рівень культури здоров'я визначається знанням резервних можливостей організму (фізичних, психічних, духовних) і вмінням правильно використовувати їх.

Важливе значення у цьому процесі відводиться

краєзнавству, яке має налаштовувати, формувати у дітей установку на процес вдосконалення людських здібностей, активності, спрямованої на облагородження внутрішнього світу дитини. Це дає нам підстави розглядати краєзнавство як об'єктивну потребу суспільства, пов'язану з вихованням у майбутньої генерації причетності до процесу культурного збагачення.

В умовах сучасної України, невід'ємною складовою навчально-виховного процесу, розглядаються заходи, спрямовані на збереження та зміцнення фізичного, психічного та духовного здоров'я школярів і формування їх здорового способу життя (Е. Короленко, А. Сологуб, Р. Чуйко та ін.). Джерелом формування у дітей культури здоров'я на сучасному етапі покладено на школи, які розширюючи свої функції, мають стати виховання в них відповідних звичок та навичок, орієнтувати учнів на загальнолюдські та національні цінності, найважливішою з яких є здоров'я (Г. Даниленко, Г. Кружило, С. Лапаєнко, І. Ляхова та ін.).

Можна переконливо стверджувати, що чинниками деформації здоров'я сучасних школярів є порушення способу їхнього життя. Вивчення стану здоров'я учнів показало, що в останні роки серед дітей суттєво збільшилась чисельність хронічних захворювань та функціональних відхилень стану здоров'я організму (В. Бардов, А. Нагорна, В. Сергета, М. Хижняк та ін.).

Мета статті – висвітлити роль краєзнавства як одного із факторів у формуванні культури здоров'я дитини.

Виклад основного матеріалу. Від нестабільності суспільства страждають насамперед діти, організм яких перебуває у стадії формування. За даними епідеміологічних досліджень, до здорових можна віднести лише 27% дітей дошкільного віку. У зв'язку з погіршенням здоров'я дітей стає реальною загроза виродження і вмирання народу України. Математичні розрахунки зарубіжних та вітчизняних учених показали, що на здоров'я людини впливають: спадковість (17 – 20%), природне середовище (17 – 20%), система охорони здоров'я (8 – 9%), спосіб життя (51%). Отже, рівень і тривалість життя людини визначаються більш як на половину моделлю поведінки. Тому необхідно навчити кожну людину "культури здоров'я".

Кожне покоління змінює одне одне в масштабах життя однієї людини. У цьому плані упущення суспільства в удосконаленні процесів оздоровлення дітей навіть протягом п'яти років

обертаються безнадійно втраченим у валеологічному відношенні поколінням (В.К. Бальсевич). Найпарадоксальнішим є той факт, як зазначає В.І. Козлов, що в період науково-технічної революції, коли невпинно зростає потік інформації, ми більше знаємо про навколишній світ, ніж про самих себе та про свій організм. Самопізнання себе і свого організму, засад здорового способу життя є основою осмислених поведінкових навичок.

На стан формування культури здоров'я дітей впливає складний комплекс чинників природного та соціального походження, провідними з яких у шкільному віці є соціально-педагогічні, насамперед, організаційно-педагогічні умови функціонування освітніх закладів (Г. Апанасенко, Г. Даниленко, А. Сологуб). Виховання культури здоров'я передбачає становлення у школярів такого способу життєдіяльності, який забезпечує їм здорове буття сьогодні і в майбутньому. Важливими його засадами виступає особистісно-зорієнтована система виховання, яка концентрує увагу на соціально-емоційному аспекті життя – одному з визначальних для життєздатності дитини, її соціальної компетентності [1]. За даними сучасних досліджень, гармонійність розвитку та психологічне здоров'я дитини значною мірою обумовлюється характером її адаптації до навчально-виховного середовища, умовами, які забезпечують їй психологічний комфорт, емоційне благополуччя (О. Докукіна, О. Дубогай, О. Кононко, І. Підласий, А. Сологуб, В. Сухомлинська, Т. Сущенко та ін.). Більшість дослідників даної проблеми сходяться на думці, що її вирішення повинно базуватись на комплексному підході, врахуванні різних її аспектів. Поряд з екологічними, соціально-економічними, медичними та іншими аспектами, важливе значення мають педагогічні завдання [2].

На думку спеціалістів, педагогіка та психологія мають внести свій вагомий внесок у формування в суспільстві профілактичного підходу як до стану здоров'я особистості, так і до здоров'я окремих груп населення і, в першу чергу, дітей, змінити саму філософію й стереотипи розуміння сутності здоров'я та відношення до здорового способу життя. Сьогодні все більше фахівців з різних галузей знань – педагогів, психологів, медиків приділяють увагу дослідженню різних аспектів проблеми здорового способу життя дітей та підлітків, умов оптимізації цього процесу. Аналізують феномен здорового способу життя старших підлітків в контексті формування в них ціннісних орієнтацій, спираються при цьому на засади особистісно-зорієнтованого виховання.

У розв'язанні завдань культурного виховання значне місце належить шкільному краєзнавству і дитячому туризму, які сприяють глибшому засвоєнню учнями основ наук, формуванню в них національних переконань, моральних і естетичних почуттів, фізичному розвитку і загартуванню.

Відомо, що стан здоров'я дітей та підлітків формується під впливом цілого комплексу соціальних, біологічних та психологічних факторів. Такий висновок розробки теорії факторів ризику і дозволив приступити до реалізації концепції конструювання здоров'я, яка передбачає втручання в процес його формування до виникнення порушень з метою подолання або зменшення дії факторів ризику. Одним із важливих факторів формування психофізичного здоров'я дитини і виступає краєзнавча робота в школі, яка покликана зміцнювати фізичне здоров'я і позитивно впливати на почуттєву сферу.

Серед соціальних факторів у дитячому віці головну роль відіграють фактори навчання та виховання, особливо якщо врахувати, що вплив їх триває протягом всього відповідального періоду росту та формування органів та систем дитячого організму. При цьому у дітей шкільного віку серед соціальних факторів впливу на здоров'я провідну роль відіграють фактори, обумовлені умовами навчання і виховання. У процесі туристично-краєзнавчої діяльності відбувається посилений розвиток емоційно-почуттєвої сфери, що позитивно впливає на формування психофізичного здоров'я дитини. Вона пізнає і сприймає світ, оточуюче середовище, почуттями, емоціями, душею. "Всяке нове уявлення, що входить у душу дитини, неодмінно має свій особливий почуттєвий характер, і в пам'яті дитини зберігається не тільки слід самого уявлення, а й слід того почуття, з яким його сприйняла душа" [8, 325].

Одним із головних правил туристично-краєзнавчої діяльності є вираження неповторного внутрішнього змісту в адекватному образі. Спрощення, до якого вдаються діти в туристично-краєзнавчій діяльності, забезпечує максимальну виразність передачі їхнього неповторного світосприймання. Спрощена "змістовність форми" забезпечує "сприймання почуттями" дитячого оточення. Спрацьовує вищезазначений принцип вираження внутрішнього змісту в адекватному образі. З точки зору психології, туристично-краєзнавча діяльність дитини як діяльність, зорієнтована на сам процес, а не на його результат, що дозволяє зауважити позитивний внесок у розвиток психіки дитини.

Туристично-краєзнавча діяльність, як гра – є видом людської діяльності в умовних ситуаціях, де відтворюються, засвоюються та вдосконалюються специфічні для людської культури форми та способи буття. Від інших видів людської діяльності гра відрізняється тим, що її мотивом є не результат дії, а сам процес, який супроводжується переживанням задоволення та насолоди. Відсутність установки на результат відрізняє ігрову діяльність не лише від праці, але й від власне творчої діяльності, сенсами яких є створення продукції. У дитячому віці гра виступає провідним типом самостійної життєвої активності. Дитяча гра з правилами у спеціально організованих умовах може перетворитись у гру-фантазування, гру-уяву. Такий перехід від власне гри (рухливої, дидактичної, рольової тощо) до художньої гри спостерігається у дітей, які мають контакт з художньою літературою та різними видами мистецтва. Гра-фантазування – це вид дитячої творчості, що займає проміжне місце між грою і власне дитячою творчістю [7].

Спроба виразити внутрішній світ туристично-краєзнавчої діяльності-уяви з метою повторення тієї насолоди, що її одержала дитина під час фантазування, робить головним в цій діяльності сам її процес. Туристично-краєзнавча діяльність є специфічною культурною формою дитячої гри і необхідним етапом процесу її гармонійного естетичного розвитку та формування психічного здоров'я. Культура здоров'я особистості є складною динамічною функціональною метасистемою, яка об'єднує в собі вищі психічні функції людини, спрямовані на реалізацію здоровотворчої діяльності. Культура здоров'я особистості як психологічне явище відповідає основним сутнісним характеристикам вищих психічних функцій людини, тобто вона є продуктом культурно-історичного розвитку, має складну системну та ієрархічну організацію, є динамічною, змінюється з віком під впливом як зовнішніх (соціальних), так і внутрішніх факторів (в тому числі і зі зміною потреб). Вивчаючи природу, діти навчалися бачити її красу, розумно її сприймати і спостерігати, підмічати ті об'єкти і явища, що оточували їх з самого дитинства. Через безпосереднє вивчення свого краю, дитяча уява ставала яснішою, думкам надавався певний лад, зміцнювався, розширювався і поглиблювався розумовий горизонт дитини [6].

Вивчаючи свою місцевість діти не тільки спостерігають природу, але і аналізують життя в природі. Учні могли не один раз бути в лісі, але самостійно не відчувати запаху лісу, шуму дерев, не побачити взаємозалежності окремих чинників

між собою. Десятки раз вони пили воду з холодного джерела, але їм не спадало на думку, де береться ця вода, чому вона холодна і постійно витікає [8]. Тільки із знаним керівником під час краєзнавчих подорожей, відповідаючи на його навідні запитання, діти зовсім по-іншому дивляться на ці географічні об'єкти. В процесі туристично-краєзнавчої діяльності діти вчать порівнювати певні явища та об'єкти, проявляють допитливість у своїх спостереженнях, порівнюють ці явища, визначають взаємозалежність одних від інших. Це допомагає дітям бачити природу у "живому" вигляді, пізнавати закони зміни природи людиною, навчитися управляти цими змінами для позитивних наслідків у природі. Безмежні далі, неозорий простір небесного склепіння, пісні жайворонків, пурхання метеликів – все це, переносить дітей в обійми природи, емоційно захоплює їх, впливає на їх поведінку, а також зміцнює здоров'я на рівні психічному, духовному та фізичному.

Отже, спосіб життя відноситься до провідних факторів, які формують здоров'я, фізичний і нервово-психічний розвиток дітей шкільного віку. Тому основне завдання школи не тільки не зіпсувати "здоров'я" дитини, а й всіляко сприяти збереженню і зміцненню, шукати нові підходи у вирішенні цих проблем. А невід'ємною частиною успішного здійснення туристично-краєзнавчої діяльності було і є здоров'я дітей, збереження їх життя, позитивні емоційні надбання, духовне збагачення.

Культура здоров'я особистості є складовою загальної культури і є сукупністю знань вмінь та навичок ведення здорового способу життя, психологічного самовдосконалення, соціального та фізичного розвитку. Складовими культури здоров'я особистості є: фізичне, психічне, соціальне та духовне здоров'я. Сформованість культури здоров'я особистості визначається рівнем розвитку здоров'я, здоров'язберігаючих методик особистості, вмінням берегти й покращувати здоров'я своє і оточуючих, та сприймати його як найвищу цінність. Культура

здоров'я особистості сприяє формуванню особистості як повноцінного члена суспільства, пристосованої до життя в даному середовищі та здатної пристосовуватись до змін соціуму.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку полягають у вивченні та узагальненні досвіду краєзнавчої роботи щодо формування культури здоров'я студентської молоді на сучасному етапі.

1. Бех І. *Особистісно-зорієнтоване виховання: Науково-методичний посібник* / І. Бех. – К.: ІЗМН, 1998. – 204 с.

2. Бех І. *Психологічна суть гуманізму у вихованні особистості* / І. Бех // *Педагогіка і психологія*. – 1994. – № 3. – С. 3 – 12.

3. Горащук В.П. *Теоретичні і методологічні засади формування культури здоров'я школярів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня. д-ра пед. наук: спец. 13.00.01 – Загальна педагогіка та історія педагогіки* / В.П. Горащук. – Харків. – 2004. – 40 с.

4. Дрок Н. *Роль краєзнавчого туризму в формуванні громадської активності підлітків/ Н. Дрок // Рідна школа*. – 2002. – № 10. – С. 31 – 33.

5. Мельник Ю.Б. *Особливості формування культури здоров'я: модель культури здоров'я особистості учня* / Ю.Б. Мельник // *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. – 2004. – № 11. – С. 37 – 46.

6. Остапец А. *Педагогіка туристско-краєведческой работы в школе/ А. Остапец*. – М.: Педагогіка, 1985. – 104 с.

7. Тюріна Т. *Духовна педагогіка: витоки, сутність і перспективи розвитку* / Т. Тюріна. – Львів: "СПОЛОМ", 2005. – 256 с.

8. Ушинський К. *Почування* / К. Ушинський // *Вибрані педагогічні твори: В 2-х т. – Т. 1.* – К.: Рад. школа, 1983. – С. 323 – 417.

9. Чибісова Н. *Формування культурної особистості – завдання сучасної освіти/ Н. Чибісова // Педагогіка і психологія*. – 2002. – № 3. – С. 135 – 139.

Стаття надійшла до редакції 17.06.2015



“Особистість – єдина реальність, яку ми пізнаємо і яку одночасно обробляємо зсередини”.

*Емманюель Муньє
французький публіцист, критик*

