

Здоров'я природи – здоров'я людини

У статті розглянуто потребу педагогів і вихователів дошкільних закладів привчити дитину з ранніх літ більше бути на природі, турбуватися про її збереження, чистоту, навчити пізнати природу і самого себе, сформувати вміння розуміти природу такою, якою вона є насправді, вміти спостерігати, аналізувати причини своїх учинків. Звернено особливу увагу на природне джерело оздоровлення дітей, зокрема на те, щоб діти більшу частину доби будь-якої пори року були на свіжому повітрі, багато рухалися. Діти повинні довго зберегати відчуття, які вони отримали від спілкування з природою. Охорона природи високогуманна громадянська позиція, в основі якої найвища моральна цінність збереження серця і розуму кожного нашого вихованця. Вона може виробитися тільки при постійному діяльному спілкуванні з природою, спрямованому на збереження її надр, річок, повітря, полів та лісів.

Ключові слова: природа, здоров'я, турбота, аналіз, пізнання природи.

Постановка наукової проблеми та її значення. Основним із найголовніших завдань української національної освіти, визначених Державною програмою «Освіта» («Україна ХХІ століття»), є формування та збереження здоров'я дітей і молоді, тобто створення та розвиток системи валеологічної освіти.

Здоров'я людини значною мірою залежить від природних чинників. Негативно позначається на формуванні здоров'я несприятлива екологічна обстановка, зокрема забруднення повітря, води, ґрунту, а також складні природно-кліматичні умови (частина цих чинників – 20 %). Одним із ефективних засобів виходу з цього стану, як показав досвід передових країн світу, є медико-педагогічна освіта населення, починаючи з дошкільного віку.

Мета дослідження – відродити лозунг: «Уперед до гармонії сучасного суспільства і природи, починаючи з дошкільних закладів», такої взаємодії, починаючи з дошкільного віку із середовищем, за якої спілкування з природою стало б джерелом всебічного збагачення людини, яка прагне не знищувати, а удосконалювати життєві ресурси в ім'я теперішнього і майбутнього. Сімейне виховання повинне збудити в дітей різноманітні інтереси, потреби, розвинути почуття прекрасного.

Завдання дослідження:

- виховувати у дітей вміння розуміти природу, якою вона є насправді, з усіма її властивостями;
- навчити спілкуванню з природою так, щоб це пробуджувало у дітей творче начало, виховувало почуття високої відповідальності за рідну природу перед суспільством і майбутніми поколіннями;
- пробудити допитливість, добрі почуття до природи в дітей, які навчаються в початкових класах: щодня вести спостереження за природою та фіксувати побачене в спеціальному календарі.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Природне середовище є насамперед умовою життєдіяльності людей, адже людина частина природи. Для цього треба навчити дітей уміти спостерігати, аналізувати й узагальнювати: в теперішньому бачити минуле, в єдиному зерняткові угадувати майбутнє поле чудових квітів і, головне, розумом і серцем зрозуміти закон єдності живого й не живого, минулого, сучасного, майбутнього, зрозуміти, що зневажання споконвічних законів загального зв'язку явищ може призвести до загибелі життя на землі. Тому завдання вихователів дошкільних закладів і педагогів загальноосвітніх навчальних закладів – навчити дітей берегти і збагачувати природу не тільки в ім'я власного благополуччя, а й в ім'я майбутніх поколінь [1].

Спостережливість – дорогоцінна властивість людини, завдяки якій вона здатна орієнтуватися в навколишньому середовищі, розуміти різноманітний світ, контактувати з людьми. А звідси і радість від пережитого, бажання нових зустрічей. При першій же можливості, в будь-яку пору року, аби лише погода була стерпна, спустатися в яри, видиратися на вершини горбів, щоб побачити незорю далечинь і казкові нагромадження хмар. Бажано взяти гостинці лісовим звірятам. Постаратися у безлюдному місці влаштувати відпочинок. Може, пощастить побачити прудке мишеня чи білочку, помилуватися роботою дятла, цокотухами-синичками. Радість зустрічі з живою істотою надовго залишиться у пам'яті дітей, пробудить допитливість, добрі почуття до природи [8].

Діти, які навчаються у початкових класах, повинні щоденно вести спостереження за природою та фіксувати побачене у спеціальному календарі. Його мета – навчити терпляче вести записи і робити позначення тоді, коли стоїть похмура погода і коли відбуваються цікаві події, на які особливо багаті переломні моменти в зміні сезонних явищ природи.

Кожна пора року, кожний з дванадцяти місяців має неповторне диво, свою ніжну привабливість, свої радощі. Календар ведуть для того, щоб діти пізнали гармонію рухів і зв'язків у природі, зрозуміли її мудрий життєвий ритм [2].

Потрібно, щоб спілкування з природою не тільки пробуджувало в дітей творче начало, а й виховувало почуття високої відповідальності за рідну природу перед суспільством і майбутніми поколіннями [7].

Слід прочитати дітям чудові слова письменника К. М. Пришвіна: *«Ми – господарі нашої природи, і вона для нас комора сонця з великими скарбами життя. Тільки охороняти ці скарби – недостатньо, їх треба відкривати і показувати».*

Видатний педагог К. Ушинський писав: *«Ми дуже помиляємося, гадаючи, що життя дитини у шкільному віці повністю належить школі; ні, школі належить тільки зовсім невелика частка в тому природному розвитку дитини, на який значно більше впливають час, природа і родинне життя».*

Важливо виховувати у дітей бережливе, шанобливе ставлення до природи. Кожний повинен розуміти значення природи для здоров'я, знати, що природа – це дві сили, які створюють матеріальний добробут народу. Кожна людина бере сили від природи. Якщо природа здорова, чиста, то ми дихаємо чистим повітрям, п'ємо і миємося чистою водою, ходимо по чистій землі. У чистому ґрунті ростуть такі рослини, як пшениця, жито, кукурудза, картопля, буряк, цибуля тощо; дерева – яблуні, груші, вишні, абрикоси тощо. З них одержують чисті продукти харчування, які ми споживаємо [3].

Якщо природне середовище чисте, воно дає нам здоров'я. Людина росте і набирається сил і здоров'я. Якщо природа нездорова, не чиста, то ми дихаємо нечистим повітрям, отруйними відходами заводів і фабрик, хімікатами чи побутовими відходами, вони отруюють повітря, воду, рослини і тварин. Якщо із отруйних тварин і рослин одержують їжу, вона теж є отруйною. Така їжа отрує людей.

В отруєному природному середовищі погано себе почувають дорослі і діти. Вони зазвичай часто хворіють, менше живуть. Найважливішими заходами, що запобігають забрудненню зовнішнього середовища, є зміна технології виробництва для цілковитої ліквідації або зменшення шкідливих відходів, а також їх санітарної безпеки; вловлювання й утилізація забруднень з атмосферних викидів або стічних вод аж до переходу на замкнутий цикл водокористування [5]. Обов'язкова умова при цьому – впровадження ефективних споруд для знешкодження атмосферних викидів або стічних вод. Найголовніший спосіб збереження складу і чистоти повітря, води і ґрунту – це перехід до принципово нової технології без викидів, до створення безтрубних і безстічних заводів, які працюють із замкнутим циклом [6].

Нечисте повітря і шум міст, забруднені ріки, підвищений темп і порушений природний ритм життя, виражені у регулярному для багатьох зміщені дня і ночі, нікотин, алкоголь, переїдання, хімізація, обмежена рухливість у побуті і на виробництві – це чинники, які підривають наші пристосувальні можливості. Нам доводиться адаптуватися до наявних умов – протиставляти несприятливим факторам середовища здоровий спосіб життя. Це, безперечно, обов'язкова умова нашого здоров'я, вона дасть величезне фізичне і моральне задоволення, особливо коли стане звичкою [9]. Потрібно пам'ятати, що любов до Батьківщини починається із деревця, яке росте коло рідного будинку або школи, то нехай наші діти навчаться змалку охороняти рідні деревця [4].

Ми стоїмо на гуманній позиції у питанні взаємодії людини і природи. Люди повинні передати у спадок своїм нащадкам не зруйновану цивілізацією пустелю, а квітучу, родючу землю. Охорона природи піднесена в нас до рангу державного закону. «Я господар рідної країни, але я Людина і тому господар усїєї землі, і я про все турбуюся» – така високогуманна громадська позиція повинна бути як найвища моральна цінність, володіти серцем і розумом кожного нашого вихованця. Вона може виробитися тільки при постійному діяльному спілкуванні з природою, спрямованому на охорону її надр, річок, повітря, полів та лісів.

Висновки на перспективи подальших досліджень. Із ранніх літ треба привчати людину більше бути на природі, турбуватися про її збереження. Така людина навчиться пізнати природу і самого себе, аналізувати причини своїх учинків. Чим повніше людина з ранніх літ буде поєднувати життя з природою і користуватися її безмежними лікувальними властивостями, тим більше отримає шансів прожити довше і щасливіше в доброму здоров'ї і душевній рівновазі. Перспективи подальших досліджень пов'язані з детальнішим дослідженням впливу природного середовища на здоров'я людини.

Джерела та література

1. Агаджанян Н. А. Проблема адаптации и экологии человека. Экология человека. Основные проблемы / Н. А. Агаджанян. – М. : Наука, 1988.
2. Валецька Р. О. Основи валеології : підручник / Р. О. Валецька. – Луцьк : Волин. книга, 2007. – 348 с.
3. Даценко І. І. Гігієна та екологія людини / І. І. Даценко. – Львів : Афіша, 2000. – 268 с.
4. Макаров К. А. Химия и здоровье / К. А. Макаров. – М. : Просвещение, 1985. – 192 с.
5. Кряпсов В. Д. Школа здоров'я / В. Д. Кряпсов. – М. : МГП «Школа здоровья и биоэнергетики», 1991. – 80 с.
6. Петрик О. І. Медико-біологічні та психопедагогічні основи здорового способу життя : курс лекцій / О. І. Петрик. – Львів : Світ, 1993. – 119 с.
7. Пурмаль А. И. Техногенные токсины: ионы свинца, кадмия, ртути, аммония и диоксины и их влияние на организм человека / А. И. Пурмаль // Энергия. – 1999. – С. 64–65.
8. Плохій З. П. Пізнай природу і себе в ній : зошит з екології для розвитку дітей 5–6 років / З. П. Плохій. – К. : Світлич, 2005. – 32 с.
9. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология: генезис. Тенденция развития / Л. Г. Татарникова. – СПб. : «Петровский и К», 1997. – 416 с.

Валецкая Руслана. Здоровье природы – здоровье человека. В статье рассматриваются вопросы необходимости педагогам и воспитателям дошкольных заведений с ранних лет приучить ребенка больше быть на природе, беспокоиться о ее сохранении, чистоте, научить познать природу и самого себя, сформировать умение понимать природу такой, какой она является в действительности, умение наблюдать, анализировать причины своих поступков. Обращается особенное внимание на естественный источник оздоровления детей, в частности на то, чтобы дети большую часть времени были на свежем воздухе, много двигались. Дети должны рано и на длительное время сохранить чувство, какие они получили от общения с природой. Охрана природы высокогуманная гражданская позиция, в основе которой наивысшая моральная ценность сохранения сердца и ума каждого нашего воспитанника. Она может произвестись только при постоянном деятельном общении с природой, направленном на сохранение ее недр, рек, воздуха, полей и лесов.

Ключевые слова: природа, здоров'я, забота, анализ, знання природи.

Valetskaaya Ruslana. Health of the Nature – Health of the Person. In the article the questions of necessity teachers and educators of preschool establishments are examined from early years to teach a child anymore to be on nature, worry about its maintainance, cleanness, learn to get to know nature and itself, ability to understand nature such which it is in actual fact, able to look after, to analyse reasons of the acts. The special attention applies on the natural source of making healthy of children, in particular on that, to put greater part of time of any time of year were on fresh air, moved much. Nature is a garden of health, to submerge in nature, absorb for itself its impression, to outlive those ideas physical and spiritual. Must put early and on great while to save sense, what of them got from socializing with nature. Conservancy is high-humane civil position in basis of which there is the greatest moral value of maintainance of heart and mind of every our pupil. It can be produced only at the permanent active socializing with nature, directed on the maintainance of its bowels of the earth, rivers, air, fields and forests. Conservancy is high-humane civil position in basis of which there is the greatest moral value of maintainance of heart and mind of every our pupil. It can be produced only at the permanent active socializing with nature, directed on the maintainance of its bowels of the earth, rivers, air, fields and forests.

Key words: nature, health, cares, analyze, learn the nature.

Стаття надійшла до редколегії
04.09.2013 р.