

Молодий Вчений

ISSN 2304-5809

СПЕЦВИПУСК



ДВНЗ «ПЕРЕЯСЛАВ-ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ»

VI Міжнародна науково-практична Інтернет-конференція

«Безпека життєдіяльності, екологія і охорона здоров'я дітей і молоді XXI сторіччя: сучасний стан, проблеми та перспективи»

29-30 вересня 2016 року

9.1 **(36.1)**
2016

ISSN (Print): 2304-5809
ISSN (Online): 2313-2167

Науковий журнал
«МОЛОДИЙ ВЧЕНИЙ»

№ 9.1 (36.1) вересень, 2016 р.

Члени редакційної колегії журналу:

Adamczyk Arkadiusz – доктор габілітований політології (Республіка Польща)
Вікторова Інна Анатоліївна – доктор медичних наук (Росія)
Глуценко Олеся Анатоліївна – доктор філологічних наук (Росія)
Гриценко Дмитро Сергійович – кандидат технічних наук (Україна)
Дмитрієв Олександр Миколайович – кандидат історичних наук (Україна)
Змерзлий Борис Володимирович – доктор історичних наук (Україна)
Іртищева Інна Олександрівна – доктор економічних наук (Україна)
Лебедева Надія Анатоліївна – доктор філософії в галузі культурології (Україна)
Марусенко Ірина Михайлівна – доктор медичних наук (Росія)
Морозенко Дмитро Володимирович – доктор ветеринарних наук (Україна)
Наумкіна Світлана Михайлівна – доктор політичних наук (Україна)
Нетюхайло Лілія Григорівна – доктор медичних наук (Україна)
Пекліна Галина Петрівна – доктор медичних наук (Україна)
Романенкова Юлія Вікторівна – доктор мистецтвознавства (Україна)
Севостьянова Наталія Іларіонівна – кандидат юридичних наук (Україна)
Стратонов Василь Миколайович – доктор юридичних наук (Україна)
Шаванов Сергій Валентинович – кандидат психологічних наук (Україна)
Шайко-Шайковський Олександр Геннадійович – доктор технічних наук (Україна)
Шапошников Костянтин Сергійович – доктор економічних наук (Україна)
Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук (Україна)
Швецова Вікторія Михайлівна – кандидат філологічних наук (Росія)
Шепель Юрій Олександрович – доктор філологічних наук (Україна)
Шерман Михайло Ісаакович – доктор педагогічних наук (Україна)
Шипота Галина Євгенівна – кандидат педагогічних наук (Україна)
Яковлев Денис Вікторович – доктор політичних наук (Україна)
Яригіна Ірина Зотовна – доктор економічних наук (Росія)

Повний бібліографічний опис всіх статей журналу представлено у:
Національній бібліотеці України імені В.В. Вернадського,
Науковій електронній бібліотеці «КіберЛенінка»,
Науковій електронній бібліотеці Elibrary.ru, Polish Scholarly Bibliography

Журнал включено до міжнародних каталогів наукових видань і наукометричних баз:
РИНЦ, ScholarGoogle, OAJI, CiteFactor, Research Bible, Index Copernicus.
Index Copernicus (IC™ Value): 4.11 (2013)
Index Copernicus (IC™ Value): 5.77 (2014)

Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації – серія КВ № 18987-7777Р від 05.06.2012 р.,
видане Державною реєстраційною службою України.

Відповідальність за зміст, добір та викладення фактів у статтях несуть автори. Редакція не завжди поділяє позицію авторів публікацій. Матеріали публікуються в авторській редакції. Передрукування матеріалів, опублікованих в журналі, дозволено тільки зі згоди автора та редакції журналу.

**Шановні організатори, учасники
VI Міжнародної науково-практичної конференції
«Безпека життєдіяльності, екологія і охорона здоров'я дітей
і молоді XXI сторіччя: сучасний стан, проблеми та перспективи»!**

*Присвячено 30-річчю заснування
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький Державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди»*

У рамках виконання Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність» і соціальних ініціатив Національної доктрини розвитку освіти у XXI столітті, спрямованих на створення умов для розвитку і самореалізації особистості, пропагування здорового способу життя, на базі ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» традиційно у вересні проводиться Міжнародна науково-практична конференція «Безпека життєдіяльності і охорона здоров'я дітей і молоді XXI сторіччя: сучасний стан, проблеми та перспективи».

Конференція проходить за сприяння Міністерства освіти і науки України, Національної академії педагогічних наук України, Європейської асоціації наук з безпеки (Польща), Міжнародної академії безпеки життєдіяльності (Україна).

Проблема здоров'я сьогодні відноситься до кола глобальних проблем, розв'язання яких обумовлює не лише кількісні й якісні характеристики майбутнього розвитку людства, а й сам факт його подальшого існування як біологічного виду.

В умовах загострення екологічної ситуації, соціальних і воєнних викликів часу, помітних змін у техногенній сфері, що посилюють ймовірність виникнення глобальних небезпек, усі шість раніше визначених науковцями світу загроз планетарного масштабу (світової війни, екологічні катаклізми, контрасти в економічних рівнях розвитку країн планети, демографічна загроза, вичерпання природних ресурсів планети, наслідки науково-технічної революції), сьогодні мають певний негативний вплив на здоров'я людини.

Порушення гармонійності у взаємодії людини і природи, суспільства призводять до появи все нових і нових небезпек її здоров'ю. Суспільство зазнає дедалі більше людських утрат внаслідок військових дій, масштабних аварій, катастроф, стихійних лих тощо.

Забезпечення екологічної, техногенної і соціальної безпеки стає однією із головних проблем держав і народів. Під цим кутом зору тематика конференції на сьогодні має надзвичайно актуальне значення. Адже категорії «безпека життєдіяльності» і «здоров'я» в сучасному цивілізованому світі виступають «візитною карткою» соціально-економічної зрілості, культури і процвітання держави. Водночас вони є ключовими категоріями національної безпеки та мають стратегічне значення, особливо в умовах нових викликів та загроз XXI століття, серед яких демографічна криза, екологічні катастрофи, наслідки науково-технічного прогресу техногенного й антропогенного походження, поява нових інфекційних хвороб, епідемії соціальних хвороб тощо. У зв'язку з цим проблема здоров'я і безпека держави є багатовимірною, міждисциплінарною та потребує участі фахівців різних галузей науки й техніки. Саме тому на конференцію збираються провідні вітчизняні та зарубіжні вчені в галузі педагогіки, психології, медицини, фізіології, екології, філософії, політології та ін., щоб поділитися досвідом роботи з питань здоров'язбереження, екології та безпеки життєдіяльності дітей і молоді, виробити пріоритети гуманітарного поступу суспільства.

Сподіваюся, що конференція посилить інтеграцію природничої та гуманітарної науки, освіти і практики, збагатить науковий соціум новими концептуальними підходами до безпеки в площині «людина-суспільство-природа».

Бажаю учасникам конференції творчих доробків у галузі безпеки життєдіяльності, екології і охорони здоров'я та їх втілення в суспільних практиках нашого часу.

Ректор ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький
державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»,
академік НАПН України



В.П. Коцур

ЗМІСТ

Андреева Т.Т.

Питання екології людини в творчості Г.С. Сковороди в історичному контексті.....1

Андрющенко Т.К.

Психолого-педагогічні аспекти формування у дошкільників життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного здоров'я..... 5

Буц М.А.

Умови виникнення, профілактика та лікування серцево-судинних хвороб дітей та підлітків.....9

Вареник О.М.

Здоров'язберігаючі технології сфери фізичної культури і спорту в контексті розвитку «зеленої економіки».....12

Варивода К.С.

Інформаційно-психологічна безпека підлітків в умовах сучасних соціокультурних змін в Україні.....17

Видолоб Н.О.

Проблема самооцінки особистості у контексті гуманістичної психології.....21

Вінс В.А.

Психологічний супровід свідомого вибору професії сучасних підлітків.....26

Вінс В.А., Стариченко О.А.

Соціально-психологічні особливості розвитку мотивації досягнень у дітей молодшого шкільного віку.....30

Воловик Л.М.,

Ковальська К.В., Бондаренко Р.І.
Безпека життєдіяльності населення в умовах глобалізації..... 34

Гамалія В.М.,

Руда С.П., Гамалія К.М.
Екологія міста: історична ретроспектива та майбутній тренд.....38

Глуха В.В.

Державноуправлінські аспекти застосування екологічних знань в європейському освітньому просторі42

Годун Н.І.

Раціональне харчування сучасних підлітків як здоров'язберігаючий фактор..... 46

Гозак С.В., Єлізарова О.Т.,

Шумак О.В., Філоненко О.О.
Залежність розумової працездатності учнів середнього шкільного віку від організації режиму дня.....50

Горденко С.І.

Основні принципи та методи забезпечення безпеки життєдіяльності людей.....54

Джурман В.М.

Історія виникнення і становлення екології як науки. Роль наукових програм у розвитку екології.....58

Ковальська К.В.,

Дзюбенко О.В., Чернов Б.О.
Обґрунтування концепції розвитку теоретичних знань для перепідготовки учителів з екології в рамках проекту «Ecological education for Belarus, Russia, and Ukraine» – Eco-BRU..... 62

Єрїчева Т.Ю.

Підготовка майбутніх учителів природничих дисциплін до роботи в умовах потенційних небезпек..... 66

Каменська І.С., Бокшиц О.М.

Особливості організації розумової діяльності студентів вищих навчальних закладів та передумови її ефективності.....71

Карпенко А.П.

Формування вокально-виконавської майстерності шляхом подолання недоліків вокалістів-початківців..... 75

Кашпур Ю.М.

Психологічний зміст та сутність поняття «вірність».....79

Кебкало Т.Г.

Безпека системи «людина – середовище проживання».....83

Козубенко Ю.Л.

Сучасні реалії забруднення атмосфери в Україні та світі.....87

Коцур Н.І.

Екологічні ризики і здоров'я людини: сучасні проблеми та шляхи розв'язання.....91

Красножон Н.Г.

Правові основи безпеки життєдіяльності в контексті суспільно-політичного життя України (1991-2016 роки)..... 94

Коцур Н.І., Куріленко С.В.

Оцінка психічного здоров'я школярів за психологічними та медичними критеріями99

Левінець Н.В.

Забезпечення ефективності загартування в ДНЗ як основи залучення дітей до здорового способу життя.....102

Лида М.М.

Є.О. Мілерян – родоначальник професійної психологічної діагностики.....106

Литвин А.Ф.

Визначення готовності майбутніх учителів технологій до використання здоров'язбережувальних технологій у процесі професійної підготовки.....111

Lokhvytska L.V.

Psychological bases of formation «Self»-moral and safe behavior in the preschool age114

Миздренко О.М.

Збереження індивідуального здоров'я підлітків шляхом формування навичок здорового способу життя118

Онищенко Н.П., Лиховид О.Р.

Здоров'язбережувальні технології у системі підготовки майбутніх учителів до інноваційної діяльності.....122

Палієнко О.А. Вплив еколого-економічних факторів на стан здоров'я населення України	127
Панасенко Т.В. Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх вчителів початкової школи у ВНЗ I-II р.а.....	130
Підборський Ю.Г., Підборський Р.Г. Проблеми формування здорового способу життя в сучасній загальноосвітній школі.....	134
Розсоха А.П. Формування екологічної культури у майбутніх учителів географії.....	138
Рубан А.О. Вплив політичних міфів на свідомість та морально-психологічне здоров'я людини.....	142
Сиротюк О.А. Педагогічні умови формування культури безпечної поведінки у майбутніх учителів технологій.....	146
Стасенко О.А. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у загальноосвітніх навчальних закладах: шляхи та перспективи.....	151
Товкун А.П. Фізична підготовленість студентів до занять фізичними вправами: сучасний стан проблеми.....	157
Федосєєва І.В. Вікові особливості суїцидальної поведінки підлітків.....	161
Хаметова Л.М. Вплив маніпуляції на психічне здоров'я особистості.....	165
Шапран Ю.П., Шапран О.І. Використання здоров'язбережувальних освітніх технологій у системі професійної підготовки майбутніх учителів.....	170

CONTENTS

Andreeva T.T. Question of ecology rights in works G.S. Skovoroda historical context.....	1
Andriushchenko T.K. Psycho-pedagogical aspects of formation of life skills, that promote preservation of physical health in preschool children.....	5
Buts M.A. Terms of origin, prophylaxis and treatment of cardiovascular illnesses of children and teenagers.....	9
Varenyk O.N. Health-technologies of physical and sport sphere in the context of «green economy» development.....	12
Varyvoda K.S. Information-psychological security of teens in conditions of modern sociocultural changes in Ukraine.....	17
Vydolob N.A. Problem of self-identity in the context humanistic psychology.....	21
Vins V.A. Psychological maintenance of conscious choice of profession of modern teenagers.....	26
Vins V.A., Starychenko O.A. That problem of social-psychologic specialities of developing motivation of decisions for children.....	30
Volovyk L.M., Kovalski E.V., Bondarenko R.I. The safety of vital functions of population is in the conditions of globalization.....	34
Gamaliia V.N., Ruda S.P., Gamaliia K.N. Urban ecology: the historical retrospective and future trend.....	38
Glukha V.V. Public administration aspects of application ecologic knowledge in European education space.....	42
Godun N.I. Rational nutrition of modern teenagers as a health-keeping factor.....	46
Gozak S.V., Yelizarova O.T., Shumak O.V., Filonenko O.A. Dependence of middle-aged pupils mind activity on day regimen organization.....	50
Hordenko S.I. Basic principles and methods of providing of safety of vital functions of people.....	54
Dzhuran V.M. Nascency and formation history of ecology as a science. Role of scientific programs in ecology development.....	58

Kovalska K.V., Dzyubenko E.V., Chernov B.A. The rationale of the concept of development of theoretical knowledge for teachers on ecology in the framework of the project «Ecological education for Belarus, Russia, and Ukraine» – Eco-BRU.....	62	Onishchenko N.P., Lykhovyd E.R. Health saving technologies in the training of future teachers to innovation activities.....	122
Ericheva T.U. Training of teachers of natural sciences to work in potential danger.....	66	Palienko O.A. Effect of ecological and economic factors on the health of Ukraine.....	127
Kamenska I.S., Boksic E.N. Peculiarities of organization of mental activity of higher educational institution students of and the preconditions of its effectiveness.....	71	Panasenko T.V. The formation of healthmaintenance competence of the future primary school teachers at the higher educational establishments of I-II level of accreditation....	130
Karpenko A. P. The formation of the vocal and performing skills by overcoming the shortcomings of vocalists beginners.....	75	Pidborskiy Y.H., Pidborskiy R.H. Problems of formation of healthy lifestyle in the modern secondary school.....	134
Kashpur Y.M. Psychological contents and nature concept «fidelity».....	79	Rozsokha A.P. Formation of the environmental culture in the future geography teachers.....	138
Kebkalo T.H. The securityof the system «human – environment».....	83	Ruban A.A. Influence of political myths on consciousness and moral psychological health of human.....	142
Kozubenko Y.L. Modern realities of air pollution in Ukraine and in the world.....	87	Syrotuk O.A. Future teachers of technologies have pedagogical terms of forming of culture of safe behavior.....	146
Kotsur N.I. Ecological risks and people's health care: modern issues and ways of solving these problems.....	91	Stasenko O.A. Organization of sports and health recreation work at institutions of general education: means and prospects.....	151
Krasnozhon N.H. Legal life safety background in social and political context of Ukrainian lifestyle (1991-2016).....	94	Tovkun L.P. Physical preparation of students to lessons of physical exercises: modern position of problems.....	157
Kotsur N.I., Kurilenko S.V. Evaluation of mental health of schoolchildren by psychological and medical criteria.....	99	Fedoseeva I.V. Age characteristics of suicidal behavior among adolescents.....	161
Levinets N.V. Ensuring efficiency hardening under preschool educational institution as a basis of introducing children to a healthy lifestyle.....	102	Khametova L.M. Influence of manipulation is on the psychical health of personality.....	165
Lyla M.M. Ye.O. Mileryan – the founder of professional psychological diagnostics.....	106	Shapran Yu.P., Shapran O.I. Using health-saving educational technologies in the system of professional training of future teachers.....	170
Litvin A.F. Determination of readiness of future teachers of technologies to use health technologies in the training process.....	111		
Lokhvytska L.V. Psychological bases of formation «Self»-moral and safe behavior in the preschool age	114		
Myzhdrenko O.N. Saving of individual health of teenagers by formation of skills of the healthy lifestyle.....	118		

УДК 504:17.021.4(091)(092) Сковорода

ПИТАННЯ ЕКОЛОГІЇ ЛЮДИНИ В ТВОРЧОСТІ Г.С. СКОВОРОДИ В ІСТОРИЧНОМУ КОНТЕКСТІ

Андреева Т.Т.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті висвітлюються погляди Г.С. Сковороди на питання екології людини, охорони і зміцнення її здоров'я в історичному контексті, які є актуальними в наш час.

Ключові слова: екологія людини, Г.С. Сковорода.

Если хотим измѣрить небо, землю и моря, должны, во-первых измѣрить самих себе соботвенною нашею мерою. А если наша, внутрь нас, мѣры не сыщем, то чем измерить можем? А не измѣрив себе прежде, что пользы знать мѣру в протчих тварях?

Григорій Сковорода

Постановка проблеми дослідження. Становлення України як незалежної держави, яке нині проходить як важкий і суперечливий процес, повинне сприяти і переосмисленню історичних процесів, відкриттю багатьох фактів і явищ, які тривалий час залишалися поза увагою вчених або отримали неповну і необ'єктивну оцінку. Нинішній етап розвитку екологічної науки як в усьому світі, так і в Україні потребує сутнісних змін у напрямі напрацювання нових концептуальних положень, визначенні світоглядних засад гармонійного співіснування систем «людина – суспільство – природа». Особливу увагу на сучасному етапі історичного поступу людства важливо зосередити на питанні екології людини, заглибитись у витоки становлення та довготривалий процес накопичення і осмислення людством системи екологічних наукових знань та світоглядних установок з даного питання, простежити зміст та спрямованість наукових та етичних пошуків, і узагальнивши цей досвід, визначити стратегію і найближчі та віддалені перспективи розвитку. Від цього значною мірою залежить виживання людства та поступове розв'язання глобальних екологічних проблем, адже воно стало вирішальною силою не лише на нашій планеті, але й у найближчому космічному просторі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій засвідчив, що за останні роки значно посилюється інтерес до вивчення факторів навколишнього середовища які як і позитивно впливають на стан фізичного, психічного та духовного здоров'я людини, так і негативних – з метою їх послаблення і усунення. І.І. Залеський і М.О. Клименко вивчали загальнотеоретичні підходи до даного питання, О.З. Гнатейко та Н.С. Лук'яненко розглядали екогенетичні аспекти патології людини, спричиненої впливом шкідливих факторів зовнішнього середовища, Т. Кеб-кало досліджувала питання співвідношення стану здоров'я людини з безпечним середовищем її існування в контексті формування еколого-валеологічної культури, Н. Коцур зверталася до проблеми впровадження здоров'язберігаючих технологій в освітніх закладах.

Аналіз наукової літератури свідчить про те, що екологічні проблеми розглядалися вченими в різних аспектах протягом тривалого часу.

До їх осмислення зверталися князь Володимир Мономах, книжники Данило Заточеник, Кирило Транквіліон-Ставровецький, професори Києво-Могилянської академії І. Гізель, Т. Прокопович, Й. Туробойський та ін. В наш час філософські світоглядні підходи знайшли відображення у працях М. Кисельова, В. Крисаченка, І. Стогнія та ін.; психолого-педагогічні розкриті в працях Н. Лисенко В. Скребця, Г. Тарасенко та ін. Розробкою основних концепцій екології як науки займалися Г. Білявський, М. Голубець, В. Джигирей, М. Назарук, М. Падун, Р. Фурдуй та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. До висвітлення життя і творчості Г.С. Сковороди зверталися Г. Верба, М. Жулинський, М. Попович, І. Стогній, Л. Ушкалов та ін. Але погляди видатного філософа на екологію людини досліджені недостатньо повно, особливо в історичному контексті, що й стало приводом для написання статті.

Метою даної статті є висвітлення поглядів видатного українського філософа, педагога, письменника Григорія Савича Сковороди на екологію людини в історичному контексті.

Виклад основного матеріалу. Термін «екологія» ввів у науковий обіг німецький біолог Ернст Геккель. В 1866 році він опублікував працю «Загальна морфологія організмів», але широкий науковий загал дізнався про нього через три роки з популярних лекцій «Природна історія створення світу». Але термін «екологія» вперше вжив американський письменник і природодослідник Генрі Девид Торо в листі від 1 січня 1858 року, де він пише одному з друзів: «Містер Гоар все ще в Конкорді, займається ботанікою і екологією». Поступово відбувалося накопичення наукової інформації, і зараз екологію розуміють як «комплексну науку, що вивчає відносини рослинних і тваринних організмів та їх угруповань між собою з навколишнім середовищем» [3, с. 137]. Але разом з тим сучасні українські філософи розуміють екологію і як світогляд, адже «еволюціонувавши від периферійної біологічної дисципліни до сучасного стану, екологія ефективно й продуктивно «конвергує» з філософією, виходить на рівень загальнонаукової та філософської рефлексії і робить досить відчутні коригування в процесі формування методологічних стандартів сучасного наукового знання та засадових світоглядних орієнтирах нашого сучасника» [2, с. 8].

Екологія людини як міждисциплінарна дисципліна, яка займається вивченням питань взаємовпливу людини і природного довкілля з метою поліпшення стану здоров'я, підвищення соціального і трудового потенціалу людини, створення

екологічного оптимуму для людського організму як складної біологічної системи, зародилася майже одночасно з класичною біологічною екологією. «Однак інтерес людини до того, що відбувається в навколишньому світі і як це впливає на її здоров'я, виявився значно раніше – тоді, коли вона сформувалася як мисляча істота. З асом знання про взаємозв'язки у природі, вплив зовнішніх чинників на самопочуття, здоров'я і розвиток людства були систематизовані, осмислені, збагачені результатами різноманітних експериментів та синтезовані в науковий напрям, який поєднує набутки природничих (астрономія, геологія, географія, фізика, хімія, біологія, медицина та ін.), соціальних, філософських і економічних галузей наукової діяльності» [1, с. 7].

Протягом століть, з моменту виникнення людства, відбувався складний і суперечливий процес пошуку оптимальних шляхів взаємодії людини і природи. З тих далеких часів починається і накопичення екологічних уявлень емпіричним шляхом та передача їх з покоління в покоління. Ці знання дійшли до наших часів у формі міфів, казок, передбачень, легенд. Поступово ці знання розширюються і з появою писемності відображаються в книгах. Знайомство з науковим надбанням мислителів інших країн, (візантійських, болгарських та ін.) призводить до виникнення та становлення філософської думки на Україні. Відзначається досить широке розповсюдження літератури в Київській державі, зокрема й літератури природознавчого змісту. Знання про будову Всесвіту та будову Космосу діставали із «Шестидневів» Василя Великого, Георгія Песиди, Іоанна Екзарха. Поширена була збірка «Фізіолог», де наводились відомості про звірів, птахів, риб, тощо, зібраних з різних джерел – східних переказів, з Талмуду, Біблії та ін.; «Християнська типографія» Козьми Индикоплова містила оповідання з географії та космографії. Поряд з достовірними відомостями природничо-наукового змісту вони містили ряд найнеймовірніших вигадок. Відомості про екологію людини зустрічаємо в таких писемних пам'ятках як «Велесова книга», «Повість врем'яних літ», «Повчання» Володимира Мономаха, творах Кирила Транквіліона-Ставровецького, Симеона Полоцького, Інокентія Гізеля та ін. Ці та інші натурфілософські знання та світоглядні установки лягли в основу філософських роздумів Г.С. Сковороди та отримали подальший розвиток у його творах та життєвих переконаннях.

Григорій Савич Сковорода не залишався байдужим до екологічної проблематики, в його творах знаходимо думки як про значення екологічних факторів в світі природи і їх вплив на життя суспільства, так і про екологію людини як біологічного організму, а також оригінальні думки стосовно екології душі людини.

Поетичний збірник «Сад божественних песней» – це прославлення ідей гуманізму, правди. Поет закликає до самопізнання, морального вдосконалення, оспівує красу природи, малює явища соціального життя. Так, в пісні 2, слідуючи древнім традиціям, він захоплюється від можливості піднятися вгору, з'єднатися з божественним світом, адже гори здавна вважаються місцем єднання людини з божеством. У наступній пісні поет щиро захоплюється приходом весни, малює прекрасні природні пейзажі. Ці картини навіюють йому аналогії з високоморальною людиною і дають нам підстави стверджувати, що видатний фі-

лософ і гуманіст тонко розумів значення природи для життя людини, її облагороджуючий вплив на особистість, знав екологічні закономірності. Особливо яскраво викладені еколого-етичні погляди Григорія Савича в пісні 12. Він не бажає жити в багатому місті, не хоче їздити на море, воювати. Його мрія – жити серед природи, милуватися нею, наслідувати її принципи, навіть якщо доведеться обходитися лише найпростішою їжею, терпіти злидні. «Не поїду в город багатий. Я буду на полях жити. Буду в'єк мой коротати, гд'є тихо время б'єжит» [5, с. 34]. У наступній пісні 13 він теж захоплюється природним пейзажем, говорить, що краще жити серед природи в бідності, ніж гинути від вад у великому місті. «Пропадайте думи трудні! Города премонолюдны! А я с хлеба куском умру на м'єсть таком» [5, с. 36]. Цій же темі присвячена і 14 пісня, де Г. С. Сковорода формулює свої етичні погляди на недосконалість і гріховність світу – «лутше жити вопустынь, затворившисьвояскин'є» ніж гинути в місцях, де «худа слава» [5, с. 36]. У 16-ій пісні мислитель змальовує стан природи після дощу. Вся природа переживає стан піднесення, заспокоєння, і цей стан переноситься в душу поета і філософа. Він відчуває повне злиття і єднання з зримим прекрасним світом. «Проїшли облака. Радостна дуга сієет. Проїшла вся тоска. Св'єт наш блистает» [5, с. 39]. У пісні 18 поет за-суджує прагнення людини високо піднятися, за-суджує гординю, говорить, що найбільше щастя для людини – тихо прожити земний відрізок часу. Цьому ж присвячена й пісня 28. Детально проаналізувавши еколого-етичні погляди Г. С. Сковороди на природу, бачимо, що філософ накреслює шлях для майбутньої цивілізації, який привів би до гармонізації відносин в системі «людина – природа», адже феномен щастя знаходиться в людській душі незалежно від кількості матеріальних благ і почестей, які вона отримує. Григорій Савич приходить до неухильного висновку, що обмеження необхідним є важливою умовою існування людини у відповідності з словом Божим.

Особливо цікавими і актуальними є погляди Григорія Савича на проблему антропогенного впливу людини на природні екосистеми та етичне ставлення до довкілля. Його думка про те, що людина повинна задовольнятися плодами своєї праці, не накопичувати надмір матеріальних благ, жити серед природи є надзвичайно цінною в наш час. Коли проаналізувати сучасну ситуацію, то можна стверджувати, що в сучасному суспільстві переважають споживацькі тенденції. За даними дослідників, близько третини продуктів харчування іде на смітник, люди накопичують багато одягу та взуття, інших речей, і коли змінюється мода, ці речі теж викидають. В той же час значна частина людства залишається за межею бідності. Досить значна частина вироблених матеріальних благ з самого початку приречена на утилізацію – мається на увазі тара, упаковочні матеріали, рекламна продукція. Причому величезна частина цих речей сама по собі є надзвичайно шкідливою для довкілля. Целофан, пластиківі пляшки тощо ще протягом кількох століть будуть розкладатися в землі, виявляючи шкідливий вплив на природні екосистеми і погіршуючи умови існування людини.

Замість того, щоб виховувати в підростаючого покоління моральні чесноти та толерантне терпиме ставлення як до інших людей, так і до інших живих організмів, інтелектуальні сили сучасної на-

уки занепокоєні винаходами новітніх видів зброї, різних видів отрути тощо. Г.С. Сковорода змальовує негативний вплив людини на природу і вказує на необхідність гуманного ставлення до довілля, кардинальної зміни світоглядної парадигми, яка повинна націлювати людину на заняття працею на благо себе та інших людей відповідно до внутрішньої потреби, яку видатний філософ визначає як «сродний труд». Така праця приносить задоволення, сприяє відчуттю гармонічності життя.

В творчості Григорія Сковороди висунуті надзвичайно прогресивні для того часу думки щодо екології людини як біологічного організму. В своїх творах і листах до друзів Григорій Савич неодноразово звертається до висвітлення цього питання. Філософ стверджує, що тілесні хвороби несприятливо впливають на розвиток людини і пропонує уникати хворих, щоб не заразитися: «Один мучиться коростою, другий – пропасницею, третій подарою, четвертий – епілепсією, п'ятий – водячкою; у одного гниють зуби, у другого – нутрощі; деякі до того жалюгідні, ніби вони носять не тіло, а живий труп. Я вже не буду говорити про легкі хвороби: кашель, виснаження, зловонне дихання та ін. З таких-от, тобто з нездорових, членів і складається цей світ, який би він не був за розмірами. Бо якщо ти й бачиш серед них людей із здоровим тілом, то це такі люди, які недавно потрапили в тенета хвороб і ще не дійшли до зазначеного вище стану; однак вони не йдуть, а біжать до нього, їх підганяють фурії до таких преславних нагород. Ми ж, правда, уникаємо цих хворих і вірно робимо, щоб вони і нас не заразили» [6, с. 408]. Сковорода, роздумуючи над такою невтішною ситуацією, намагається знайти відповідь на запитання – «уникаєш водянки, подагри, галльської хвороби і не віддаляєшся від непомірності – матері всіх цих лих?». Відповідь він знаходить в минулому – «Але Сократ серед чуми залишався здоровим, бо звик до найсвятішого життя, до простої і помірної їжі» [6, с. 409]. Далі він вказує, що дуже шкідливим для людського організму є надлишок вологи, бо «без згаданого надлишку вологи ці причини не викликають нічого поганого і слабнуть. Але там, де є надлишок вологи, там ніби виникає якесь брудне болото... Вогонь горить найкраще там, де є нафта; так, хвороба, всяка зараза і запалення не можуть прищепитися, коли тіло холодне, позбавлене слизу і легке, як корок». Важливим фактором, який впливає на здоров'я людини є харчування. Григорій Савич вважає, що надмірне вживання м'ясних продуктів та алкогольних напоїв спричиняє розвиток недуг. Також важливим є дотримання помірності, адже «не вбиває коня той, хто годує його простим кормом, а той, хто дає багато віса і не додержує міри в їзді. Обтяжені їжею і вином, ми довго зупиняємося на якому-небудь тривожному роздумі. Звідси передчасне старіння, якщо не що-небудь інше» [6, с. 409]. В зв'язку з цим філософ говорить, що дуже важливо навчитися відмовлятися від спокус, навіть якщо їх пропонують авторитетні люди.

Надзвичайно цінними і актуальними є погляди видатного філософа на формування духовності, які в наш час можна віднести до такого поняття як «екологія душі». Під цим поняттям ми розуміємо створення оптимальних умов для розвитку внутрішнього світу людини у відповідності із законами гармонії, краси, доцільності, добра. Але важливіше уникати людей, які мають моральні

вади. В листах до свого друга Михайла Ковалінського Сковорода найперше застерігає його від спілкування з підлесниками – «Нема нічого безпечнішого, ніж підступний ворог, але немає нічого отрутішого від удаваного друга» [6, с. 405]. Філософ вважає, що найважливіше завдання людини в створенні внутрішньої гармонії – це мати добрі думки: «Мысли сердечные – они не видны, как будто их нѣт, но от сей искры весь пожар, мятеж и сокрушение, от сею зерна зависит цѣлое жизни нашей дерево; естли зерно доброе – добрими (в старости найпаче) наслаждаемся плодами; как съсещ, так и жнеш» [6, с. 191]. Найголовнішим завданням людини він вважає пізнання мудрості Божої, адже «Душа наша тѣлесным не может довольна быть. Она только небесным горит скуку насытит» [5, с. 26]. «Без Бога же и нищета и богатство есть окаянное» [5, с. 294].

Григорій Савич вважає, що найперше людина повинна пізнати себе, виявити свої задатки і у відповідності з цим влаштовувати своє життя. Ця думка про «сродну працю» відображена у багатьох його творах – байках, діалогах, листах». Изобилием снабдьвается одно точію тѣло, а душу веселит сродное дѣланіе» [5, с. 192].

Своєму другові Михайлу Ковалінському він дає кілька порад, яким сам слідував у житті, і які, на його думку, важливі для юнака.

Найкращий путівник в старості – це наука

Прекрасна і велична любов до чесноти

Ніщо так не радує як вірна дружба.

Прекрасне важке.

Будь задоволений тим, що маєш [6].

Для забезпечення душевної гармонії Г. С. Сковорода також вказує, що надзвичайно важливою є душевна чистота: «Кто сердцем чист и душею, Не нужна тому броня, Не нужен и шлем на шею, Не нужна ему война. Непорочность – то его броня, И невинность – алмазна стена. Щит, меч и шлем ему сам Бог.» [5, с. 41]. «Невинность мнѣ – то цветы. Любовь и мир – то плоды» [5, с. 27].

Особливо важливо займатися наукою, берегти час. «Брось, любезный друг, бездѣлья, Пресъчи столикый вред. Сей момент пріймись до дѣла: Вот! вот! Время уплывет» [5, с. 45]. «Коли не любити всією душею корисних наук, то всякий труд буде марним» [6, с. 396].

В житті важливо мати вірних друзів Сам Григорій Савич був дуже товариською людиною, мав багато друзів, товаришів, прихильників, адже майже все своє життя провів у подорожах. Він з прихильністю і глибоким співчуттям ставився до бідних знедолених людей, допомагав їм як порадами, так і матеріально. В народних переказах про нього зустрічається багато історій з цього приводу. Одного разу під час мандрівки він допоміг бідному візнику, який віз пихатого пана полагодити пошкоджену на вибоях бричку, а потім видав йому заробленого червінця, бо побачив, що чоловік був у драгій одежині. Іншим разом він допоміг пастухам врятувати овець від хитрого пана, який часто приходив до пастухів з шкірою вовка, під приводом того, що він убезпечив отару від хижака, щоразу вимагав десять овець. Батькові трьох синів він допоміг розгадати заповіт його батька, заporожця, який порадив купити для його внуків на щастя кожному своє. Мудрець швидко розгадав заповіт і кожен з хлопчиків отримав подарунок, який викликав у них захоплення – один отримав шаблю, другий – коня, а третій – дзвінкоголосу бандуру [4].

Небезпечним фактором погіршення духовного здоров'я людини є негативні думки». Ах ты тоска проклята! о докучлива печаль! Гризеш меня измлада, как моль платя, как ржа сталь. Ах ты скука! ах ты мука! люта мука!» [5, с. 41]. «Ах зачем мы не довольны! Се источник вѣсх скорбей! Разных ум затѣв полный, вот источник мятежей!» [5, с. 46].

І навпаки, тиша і спокій сприяють гармонійному світовідчутті «А я буду себе тихо Коротами милый вѣк. Так минет мене все лихо, щаслив буду человек» [5, с. 40]. Але для цього необхідна віра. «Боже! о живый глагол! кто есть без тебе весел? Ты един всѣм жизнь и радость, Ты един всѣм рай и сладость!» [5, с. 52]. «Когда ты не весел, то всьоты нищ и гол» [5, с. 51].

Ненависть несприятливо впливає на душу людини, тому він закликає любити всіх оточуючих «В сем градѣ и врагов любят, Добро возлагая врагам. Для других здравіе гублять, Не только добры другам. Гдѣ ж есть оный толь прекрасный град? Сам ты град, з души вон выгнавяд. Святому Духу храм и град» [5, с. 42].

Думки великого філософа і педагога стали невід'ємною частиною української культури, дістали подальшу розробку в творах Т. Шевченка, Л. Українки, П. Куліша, О. Духновича та ін., сприяли усвідомленню людьми свого призначення на планеті. Але, на превеликий жаль, в наш час дуже мало людей втілює в життя його настанови і рекомендації. Тому з дитячих років слід знайомити з філософським доробком Г.С. Сковороди, вчити жити згідно з його порадами.

Висновок. Григорій Савич Сковорода в своїх творах подав багато цінних думок стосовно створення сприятливих умов для збереження і покращення здоров'я людини, забезпечення оптимальних умов для функціонування людського організму як єдності біологічного, психічного і духовного, тому вивчення його творчості в історичному контексті і втілення його настанов в життя сприятиме покращенню екологічної ситуації як в Україні так і в усьому світі. В подальших дослідженнях розглянемо екологічні погляди Г. С. Сковороди стосовно живої природи в історичному контексті.

Список літератури:

1. Залеський І. І. Екологія людини: Підручник / І. І. Залеський, М. О. Клименко. – К.: Видавничий центр «Академія», 2005. – 288 с. (Альма-матер).
2. Кисельов М. М. Національне буття серед екологічних реалій / М. М. Кисельов, Ф. М. Канак. – К.: Тандем, 2000. – 320 с.
3. Мусієнко М. М. Екологія. Охорона природи / М. М. Мусієнко, В. В. Серебряков, О. В. Брайон. – К.: Т-во «Знання», КОО, 2002. – 530 с.
4. Пільгук І. І. Григорій Сковорода (художній життєпис) / І. І. Пільгук. – К.: Видавництво художньої літератури «Дніпро». – 263 с.
5. Сковорода Григорій. Вибрані твори / Упорядкування та передмова Леоніда Ушкалова; примітки й коментарі Леоніда Ушкалова та Сергія Вакуленка. – Х.: Прапор, 2007. – 384 с.
6. Сковорода Григорій. Вірші. Пісні. Байки. Діалоги. Притчі. Прозові переклади. Листи / Г. С. Сковорода. – К.: Наукова думка, 1983. – 545 с.

Андреева Т.Т.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

ВОПРОСЫ ЭКОЛОГИИ ЧЕЛОВЕКА В ТВОРЧЕСТВЕ Г.С. СКОВОРОДЫ В ИСТОРИЧЕСКОМ КОНТЕКСТЕ

Аннотация

В статье освещаются взгляды Г. С. Сковороды на вопросы экологии человека, охраны и укрепления ее здоровья в историческом контексте, которые являются актуальными в наше время.

Ключевые слова: экология человека, Г. С. Сковорода.

Andreeva T.T.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda

QUESTION OF ECOLOGY RIGHTS IN WORKS G.S. SKOVORODA HISTORICAL CONTEXT

Summary

The article high lights the views of Mr. Scovoroda to question human ecology, protection and strengthening of health in a historical context that is relevant today.

Keywords: ecology, G. S. Skovoroda.

УДК 373.2

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ У ДОШКІЛЬНИКІВ ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК, ЩО СПРИЯЮТЬ ЗБЕРЕЖЕННЮ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Андрющенко Т.К.

Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників
Черкаської обласної ради

У статті наголошено на актуальності збереження здоров'я сучасного покоління дошкільників. Доведено можливість збереження здоров'я дітей через формування в них відповідних життєвих навичок. Представлено авторське трактування поняття «здоров'язбережувальні життєві навички». Презентовано життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю, відповідно до чинників його збереження. Обґрунтовано можливість і доцільність їх формування у дітей дошкільного віку.

Ключові слова: діти дошкільного віку, фізичне здоров'я, чинники збереження фізичного здоров'я, здоров'язбережувальні життєві навички, психофізіологічне підґрунтя життєвих навичок, навчально-виховний процес.

Постановка проблеми. У рейтингу загальнолюдських цінностей здоров'я посідає найвищу позицію, оскільки є підґрунтям продуктивного, повноцінного життя людини. Натомість неякісне харчування, малорухливий спосіб життя, наявність шкідливих для здоров'я звичок, зростання нервово-психічного напруження призвели до найнижчої тривалості життя українців серед європейських країн. Тому проблема збереження здоров'я зростаючого покоління посідає пріоритетні позиції, про що зазначено в Законах України «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства», Базовому компоненті дошкільної освіти. В умовах реформування дошкільної освіти одним із основних завдань є виховання гармонійно розвинутої, довершеної, здорової особистості, здатної у повній мірі реалізувати свої фізичні, інтелектуальні, моральні та духовні можливості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасними ученими проводяться дослідження, які стосуються різних аспектів проблеми формування здоров'я в дітей дошкільного віку, а саме: надання дітям знань про основи здоров'я (Т. Андрющенко, Л. Лохвицька, С. Юрочкіна та ін.), формування ціннісного ставлення до власного здоров'я (Т. Андрющенко, Г. Беленька, М. Машовець, І. Чупаха та ін.), особливості формування у дошкільників фізичного здоров'я (О. Богініч, Е. Вільчковський, Л. Волков, Н. Денисенко, О. Дубогай, М. Єфіменко, С. Петренко, О. Потужній, Л. Сварковська, Ю. Шевченко та ін.), забезпечення основ здорового способу життя (Н. Андреева, Т. Бабюк, Н. Бикова, Т. Овчиннікова, А. Ошкіна, О. Перевертайло та ін.) тощо.

Ученими доведено, що всі складові здоров'я людини – фізична, психічна, духовна і соціальна – пов'язані між собою, а їх інтегрований вплив визначає стан здоров'я людини як цілісного складного феномена. Фізичне здоров'я є підґрунтям соціального здоров'я, на основі їх сукупності формується психічне здоров'я, а духовне здоров'я є вершиною сутності людини.

У даній статті акцент робимо на забезпеченні фізичного здоров'я дітей дошкільного віку. Під фізичним здоров'ям науковці розуміють: «стан розвитку органів та систем організму, основу якого становлять морфологічні та функціональні резерви, що забезпечують адаптаційні реакції» (О. Богініч) [8, с. 18]; «індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, перебігу фізіологічних функцій організму в різних умовах» (Є. Голо-

ваха) [2, с. 399]; «такий стан організму дитини, коли показники основних фізіологічних систем перебувають у межах норми й адекватно змінюються у процесі взаємодії з довкіллям; це гармонійна взаємодія всіх органів та систем, їх динамічна зрівноваженість із середовищем» (Н. Денисенко) [4, с. 10].

Учені (Г. Григоренко, Н. Денисенко, Ю. Коваленко, Н. Маковецька) вважають, що основною метою оздоровчої роботи в дошкільному навчальному закладі передусім є якісне покращання фізичного розвитку і фізичного стану дитини. Оздоровчий напрям, який базується на традиційних підходах, забезпечує зміцнення здоров'я дітей засобами фізичної культури. Він спрямований на розвиток компенсаторних функцій, усунення недоліків у фізичному розвитку, підвищення опірності організму дитини несприятливим факторам внутрішнього і зовнішнього середовища. Використання нетрадиційних методів оздоровлення, на думку вчених, сприяє формуванню, зміцненню і збереженню фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я дитини, створенню позитивного мікро- і макроклімату навколо неї [7, с. 3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз наукових здобутків дослідників (О. Богініч, Е. Вільчковський, Л. Волков, Н. Денисенко, О. Дубогай, М. Єфіменко, С. Петренко, О. Потужній, Л. Сварковська, Ю. Шевченко та ін.) свідчить, що у дошкільній освіті достатньо напрацювань, які присвячені питанням зміцнення фізичного здоров'я дітей, проте проблема його забезпечення на основі формування у дітей дошкільного віку здоров'язбережувальних життєвих навичок не була предметом дослідження учених.

Мета статті. Головною метою цієї статті є: довести можливість збереження здоров'я дітей через формування в них відповідних життєвих навичок. Представити авторське трактування поняття «здоров'язбережувальні життєві навички». Презентувати життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю, відповідно до чинників його збереження. Обґрунтувати можливість і доцільність їх формування у дітей, починаючи з дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в душі ставлення до власного здоров'я і здоров'я тих, хто оточує, як до найвищої інди-

відуальної і суспільної цінності. Оскільки проблеми зі здоров'ям сучасних дітей виходять на глобальний рівень необхідно навчити їх зберігати здоров'я хоча б на тому рівні, на якому воно є з народження.

Зберегти власне здоров'я діти зможуть, набуваючи здоров'язбережувальних життєвих навичок, які, на нашу думку, являють собою **комплекс доведених до автоматизму дій, що спрямовані на свідомий вибір моделі поведінки і діяльності та забезпечують збереження фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я дитини.** Це створить їм можливість ефективно справлятися з вимогами і викликами щоденного життя без втрат для здоров'я. Життєві навички, необхідні для формування, збереження, зміцнення, відтворення здоров'я людини, групи людей, спільноти, суспільства, групуються за складовими здоров'я: фізичною, соціальною, психічною, духовною. У статті акцентується на життєвих навичках, що сприяють збереженню фізичного здоров'я. Зважаючи на те, що чинниками збереження фізичного здоров'я є раціональне харчування, дотримання особистої гігієни, рухова активність, чергування активних і малорухомих видів діяльності, вважаємо за доцільне формувати у дошкільників такі життєві навички:

- навички раціонального харчування;
- навички рухової активності;
- санітарно-гігієнічні навички;
- навички дотримання режиму діяльності та відпочинку.

Життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю.

Навички раціонального харчування. Загальновідомо, що проблеми здоров'я і харчування тісно пов'язані. Харчування – найважливіший показник як благополуччя суспільства, його здоров'я, культури, так і ступеня його розвитку, цивілізації. Результати вивчення фактичного харчування населення в різних країнах світу дають підстави стверджувати, що харчування населення України нераціональне, розбалансоване, полідефіцитне за багатьма харчовими інгредієнтами. Його характеристики: обмежений асортимент, нестача біологічно цінних продуктів, недоброякісні продукти, забруднені чужерідними речовинами.

Раціональне харчування (ratio – розумний) – це фізіологічно повноцінне харчування здорових людей із урахуванням їхнього віку, статі, характеру праці та інших чинників. Раціональне харчування сприяє збереженню здоров'я, опірності шкідливим чинникам довколишнього середовища, високій фізичній і розумовій працездатності, а також активному довголіттю. Вимоги до раціонального харчування складаються з вимог до: харчового раціону, режиму харчування, умов прийому їжі. Правильне харчування – перший ключ до здоров'я й одна з передумов здорового способу життя. Древньогрецькому філософу Сократу належить вислів: «Ми живемо не для того, щоб їсти, а їмо для того, щоб жити».

Вищезазначене підкреслює необхідність навчання дітей з дошкільного віку дотримання режиму харчування, уміння дотримуватися харчового раціону, визначати і зберігати високу якість харчових продуктів, формування в них свідомого ставлення до харчування. Навички здорового харчування, сформовані у дошкільний період, унеможливають у подальшому вживання дитиною газованих напоїв, чипсів, сухариків та інших

продуктів харчування, які згубно впливають на організм людини.

Навички рухової активності. Важливу роль у процесі збереження і зміцнення здоров'я дошкільників відіграє формування в них рухових умінь і навичок. Здоров'я людини значною мірою визначається рівнем її рухової активності. Виконання дітьми різноманітних рухів сприяє не лише розвитку опорно-рухового апарату, м'язів тіла, а й активізації діяльності кори головного мозку, легенів, серцево-судинної та дихальної систем, зорових нервів.

Проблеми руху і здоров'я були актуальними ще в Давній Греції та Римі. Так, грецький філософ Арістотель стверджував: ніщо так сильно не руйнує організм, як фізична бездіяльність. Великий лікар Гіппократ обґрунтував принцип застосування фізичних вправ під час лікування хворих: «Гармонія функцій організму є результатом правильного співвідношення суми вправ до здоров'я даного суб'єкта». Давньоримський лікар Гален у праці «Майстерність повертати здоров'я» писав: «Тисячу і тисячу раз повертав я здоров'я своїм хворим за допомогою вправ» [10, с. 18].

Рух, за твердженням учених (Е. Вільчковського, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, Г. Шалигіної та ін.) є «біологічною потребою організму дитини від народження до 18-22 років, природною необхідністю в розвитку організму: дихальної, серцево-судинної, нервової систем, опорно-рухового апарату. Без руху і рухової діяльності неможливе повноцінне життя дітей, нормальний фізичний розвиток» [4, с. 10].

Ручова активність – важлива умова формування особистості людини, що починається з дитинства. За дослідженням М. Дедулевич, це – «спосіб засвоєння дитиною предметних дій, засіб пізнання довколишнього світу, одна з можливостей оволодіння операційним складом різних видів діяльності, а, відповідно, й самоактуалізації; своєчасний розвиток рухових умінь, накопичення рухового досвіду сприяє не тільки фізичному, а й інтелектуальному розвитку дитини» [3, с. 43].

Необхідний обсяг рухової активності дітей є вирішальною гарантією виховання всебічно розвиненого, здорового зростаючого покоління. Діти, які систематично виконують фізичні вправи, вирізняються бадьорістю, життєрадісністю та оптимізмом. При цьому більш висока тренуваність підвищує стійкість організму дитини до негативного впливу зовнішнього середовища: підвищення температури, гіпоксії, інфекційної туберкульозної палички та загального гамма-випромінювання (О. Коробков, Л. Какурін) [1, с. 310-323]. Визначення адекватного обсягу рухової активності забезпечує, за дослідженнями Н. Маковецької, комплексний контроль за фізичним розвитком дітей дошкільного віку [7]. Розвитку рухових умінь і навичок, забезпеченню рухової активності дітей, сприяє, як доведено Ю. Шевченко, інтеграція рухів і музики: виховання інтересу до рухів і музики у старших дошкільників шляхом включення музики, різних елементів танців, ритмопластики в різні види фізичного виховання [9].

В основі потужного впливу рухової активності на розвиток дитини лежать глибинні фізіологічні закони, серед яких слід назвати примат моторики і кінезофілію – вроджену потребу дитини в руховій активності, відчуття радості від руху (за

М. Могендовичем і Б. Тьомкіним). Підкреслюючи значення рухової активності дітей для їхнього загального розвитку, згадаємо метод заміщувального онтогенезу нейропсихолога Г. Семенович. Вона виділяє три умовних рівні: соматичний (тілесний); нейронний (нервові структури спинного і головного мозку); психічний (мовленнєвий і пізнавальний розвиток дитини).

Соматичний – рівень мимовільної саморегуляції енергопостачання та статокінетичного балансу нейропсихосоматичних процесів. На цьому рівні відбувається первинне закладання і формування саморегуляції дитини за допомогою ритмологічних способів впливу. Таким чином, щоб у ранньому і дошкільному дитинстві повноцінно сформувалися нейронні структури головного мозку, дитина має багато і різноманітно рухатися, поступово вдосконалюючи рухи. Саме рухи є основним стимулятором дозрівання черепно-мозкових структур і формування необхідних для повноцінного розвитку дитини нейронних взаємозв'язків. Повноцінна рухова активність дитини стимулює її мовленнєвий розвиток, що веде до розгортання пізнавальних процесів [6, с. 26].

Рухова активність – природна біологічна потреба людини. Рухаючись, дитина пізнає світ і саму себе, можливості власного організму, розвиває своє тіло. Від того, наскільки ця потреба задоволена, залежить подальший структурний розвиток організму. Ця істина, відома з давніх часів, сьогодні набуває неабиякої ваги й актуальності, оскільки наразі переважає малорухливий спосіб життя дорослих, який позначається і на дітях. Дорослі обмежують рухову активність дітей, через це в сучасних дітей дошкільного віку фіксуються випадки гіподинамії. Тому формування у дошкільників навичок рухової активності через виконання ранкової гімнастики, регулярні заняття фізичною культурою, рухлими іграми тощо є надзвичайно актуальними.

Санітарно-гігієнічні навички. Здоров'я дітей дошкільного віку значною мірою залежить і від того, наскільки сформовані у них санітарно-гігієнічні навички, які уможливають ефективне дотримання елементарних норм гігієни. У дошкільній педагогіці виховання санітарно-гігієнічних (культурно-гігієнічних) навичок розглядається в єдності із завданнями фізичного виховання, яке наголошує на турботі про фізичне здоров'я дитини як одному із пріоритетів педагогічної роботи (Т. Ільїна, Т. Поніманська, Ф. Сохін, В. Ядешко).

Фізіологічною основою санітарно-гігієнічних навичок є утворення умовно-рефлекторних зв'язків, вироблення динамічного стереотипу, а головною умовою їх формування є раціонально організоване життя дітей у дошкільному навчальному закладі, чіткий режим дня, постійність вимог до поведінки дитини з боку дорослих. Важливими при цьому є чистота приміщення, якісне прибирання, провітрювання, естетика організації санітарно-гігієнічних процедур, приклад охайності й особистої гігієни дорослих.

Молодшим дошкільникам доцільно прищеплювати звичку полоскати рот питною водою після прийому їжі, попередньо навчивши їх цьому. Діти середнього і старшого дошкільного віку мають більш усвідомлено ставитися до виконання правил особистої гігієни; самостійно мити руки з милом, насухо витирати їх, користуватися індивідуальним рушником, гребінцем, стака-

ном для полоскання рота, стежити, щоб усі речі трималися в чистоті. Гігієнічні процедури необхідно проводити щоденно в один і той самий час, що сприятиме формуванню постійних навичок. Діти мають усвідомити, що від знання і виконання ними необхідних гігієнічних правил і норм поведінки залежить не тільки їхнє здоров'я, але і здоров'я інших дітей і дорослих.

Навички дотримання режиму діяльності та відпочинку. Формування зазначених навичок є надзвичайно важливими для сучасних дітей, оскільки зниження рухової активності зумовлює цілу низку проблем, а саме: порушується обмін речовин в організмі, погіршується робота кардіореспіраторної, травної, центральної нервової систем, ослаблюється кістково-м'язовий апарат, виникають застійні явища в органах малого тазу, зменшується опірність організму проти психічних розладів та інфекційних захворювань. Малорухливий спосіб життя – гіподинамія – першочерговий чинник слабого здоров'я людини. Він є причиною суттєвого підвищення ймовірності серцево-судинних захворювань, появи надмірної маси тіла, порушення постави дошкільників. Зазначено, що більш високий відсоток порушень стану опорно-рухового апарату фіксується у малорухливих дітей (18% порівняно з 6% в активних дошкільників). Кардіолог А. М'ясников відзначав, що при надмірному нервово-емоційному збудженні рухова активність найбільш сприятлива для нормалізації нервової діяльності.

Вегетативні функції організму дитини та її руховий апарат також тісно пов'язані. Рухи стимулюють різноманітні життєдіяльні процеси, позитивно впливають на їх формування. У свою чергу, вегетативні функції забезпечують тканини, внутрішні органи поживними речовинами та киснем. Таким чином, гіподинамія може спричинити не тільки відставання у формуванні моторики дошкільника, а й затримку розвитку його вегетативних функцій [5; 10].

Завдяки фізичним вправам знімається розумова втома, відбувається корекція зору, постави, поліпшується функція дихання, емоційний стан малюка. Сказане вище є підтвердженням необхідності формування у дошкільників навичок дотримання режиму діяльності та відпочинку через чергування розумової і фізичної активності, а також оволодіння дітьми умінням планувати свою діяльність.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальшого розвитку в цьому напрямку. Вважаємо, що цілеспрямоване формування у дітей життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного здоров'я передбачає відповідну організацію навчально-виховного процесу в дошкільних навчальних закладах в процесі якої відбуватиметься:

– ознайомлення дітей із впливом своєчасного споживання корисної та якісної їжі на здоров'я і самопочуття людини, важливістю дотримання режиму харчування; навчання визначати якість харчових продуктів, ознайомлення з правилами їх збереження.

– виховання у дошкільників позитивного ставлення до особистої гігієни, пояснення взаємозв'язку між виконанням гігієнічних процедур і самопочуттям людини, формування санітарно-гігієнічних навичок, уміння добирати відповідні засоби гігієни;

– пояснення доцільності щоденного виконання ранкової гімнастики, активної участі дітей у заняттях з фізичної культури та рухливих іграх, їх впливу на здоров'я і фізичний розвиток дитини; стимулювання рухової активності дітей;

– пояснення необхідності чергування різних видів діяльності, його впливу на стан здоров'я

дитини, формування навички чергувати свою розумову та фізичну активність.

Перспективною подальших наукових розвідок є обґрунтування необхідності і можливості формування у дошкільників життєвих навичок, що сприяють збереженню соціального, психічного і духовного здоров'я.

Список літератури:

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: [навч. посіб.] / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2004. – 428 с.
2. Головаха Є. І. Соціальне самопочуття населення України / Є. І. Головаха, Н. В. Паніна // Українське суспільство на порозі третього тисячоліття / Під ред. М. О. Шульги. – К.: Ін-т соціології НАН України, 1999. – С. 398-409.
3. Дедулевич М. Н. Новые подходы к оценке двигательного развития детей дошкольного возраста / М. Н. Дедулевич, В. А. Шишкина // Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. – 2010. – № 3(3). – С. 42-46.
4. Денисенко Н. Через рух – до здоров'я дітей: [навч.-метод. посіб.] / Н. Денисенко, О. Аксьонова. – Тернопіль: Мандрівець, 2009. – 88 с.
5. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / авт.-упор. Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. – Тернопіль: Мандрівець, 2008. – 184 с.
6. Єфіменко М. Рух – це життя. Даруймо його дітям щодня / М. Єфіменко // Дошкільне виховання. – 2014. – № 7. – С. 26-30.
7. Оздоровча робота в дошкільному навчальному закладі: [навч. посіб.] / Уклад. Г. І. Григоренко, Н. Ф. Денисенко, Ю. О. Коваленко, Н. В. Маковецька. – Запоріжжя: ЗНУ, 2006. – 99 с.
8. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку: [навч.-метод. посіб.] / О. Л. Богініч, Н. В. Левинець, Л. В. Лохвицька, Л. А. Сварковська. – К.: Генеза, 2013. – 128 с.
9. Шевченко Ю. М. Фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Шевченко Юлія Михайлівна. – К., 2009. – 245 с.
10. Шимко О. Ходити, щоб не хворіти / О. Шимко // Дошкільне виховання. – 2009. – № 5. – С. 18-20.

Андрющенко Т.К.

Черкаський обласний інститут післядипломного освіти педагогічних працівників
Черкаського обласного ради

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ ЖИЗНЕННЫХ НАВЫКОВ, СПОСОБСТВУЮЩИХ СОХРАНЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Аннотация

В статье отмечена актуальность сохранения здоровья современного поколения дошкольников. Доказана возможность сохранения здоровья детей через формирование у них соответствующих жизненных навыков. Представлена авторская трактовка понятия «здоровьесберегающие жизненные навыки». Презентованы жизненные навыки, которые способствуют физическому здоровью, в соответствии с факторами его сохранения. Обоснована возможность целесообразности их формирования у детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, физическое здоровье, факторы сохранения физического здоровья, здоровьесберегающие жизненные навыки, психофизиологическая основа жизненных навыков, учебно-воспитательный процесс.

Andriushchenko T.K.

Cherkasy Region Institute of Postgraduate Education of Teachers
Cherkasy Regional Council

PSYCHO-PEDAGOGICAL ASPECTS OF FORMATION OF LIFE SKILLS, THAT PROMOTE PRESERVATION OF PHYSICAL HEALTH IN PRESCHOOL CHILDREN

Summary

The article makes the accent on the urgency of preservation of health in current generation of preschool children. The possibility of preservation of health through formation of relevant life skills in children is proved. The article presents author's treatment of the concept «healthkeeping life skills». It also presents life skills, which promote physical health, according to factors of its preservation. The article gives the ground to the possibility of their formation in preschool children.

Keywords: preschool children, physical health, factors of preservation of physical health, healthkeeping life skills, psycho-physiological background of life skills, educational process.

УДК 616.1-053.6

УМОВИ ВИНИКНЕННЯ, ПРОФІЛАКТИКА ТА ЛІКУВАННЯ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ХВОРОБ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Буц М.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Наведено статистичні дані щодо захворюваності дитячого населення. Артеріальну гіпертензію виділено як найпоширеніше захворювання серцево-судинної системи. Описано особливості функціонування серцево-судинної системи дітей в порівнянні з дорослими. Виділено головні умови виникнення даного захворювання. Описано шляхи профілактики та особливості лікування артеріальної гіпертензії у дітей та підлітків.
Ключові слова: артеріальна гіпертензія, профілактика, лікування, дитячий організм, серцево-судинна система.

Постановка проблеми. Сучасні умови навколишнього світу, в яких живуть діти – інформаційні переваги, стресові ситуації, модернізація навчального процесу вимагають від дитячого організму великого напруження. Це разом із іншими факторами (обмеження фізичної активності, використання комп'ютерних технологій, недостатнє природне та штучне освітлення, вимушена робоча поза разом з неправильно підібраними меблями та відсутність раціонального харчування) призводить спочатку до функціональних порушень, а згодом і до формування органічної патології. За останні роки, як показують демографічні дослідження та офіційна статистика, збільшився показник захворюваності дітей. Статистичні дані свідчать про зростання захворювань серед дітей України на 20%, поширеність хвороб у 2,87 рази, збільшився контингент дітей-інвалідів. Нині найбільш поширеними є хвороби ендокринної системи (збільшення в 3,5 рази), хвороби крові та кровоносної системи (в 2,8 рази), хвороби системи кровообігу (в 1,8 рази), хвороби сечостатевої системи (в 1 раз). На 77,6% збільшилися вроджені вади розвитку дітей, на 43,4% – недуги нервової системи [9].

Серцево-судинні недуги серед усіх інших патологій впевнено тримають лідерство за рівнем захворюваності, інвалідизації та смертності населення як в Україні, так і в усьому світі [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питанням сучасних методів лікування артеріальної гіпертензії як дорослого населення, так і дітей присвячена велика кількість праць провідних лікарів-кардіологів України: Є.П. Свіщенко, А.Є. Багрий, Л.М. Єна, В.Г. Майданник, Сіренко Ю.М., Рековець О.Л., Візир В.А., Тащук В.К., Курята А.В., Карапетян К.Г. та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. В науковій літературі надається велика увага дослідженню стану здоров'я школярів. Проте вивчення функціонального стану серцево-судинної системи організму школярів має вибірковий, фрагментарний характер. На теперішній час дослідження серцево-судинної системи дітей, що проводять у школах, не завжди охоплюють всі групи показників, які необхідно визначати. Тому всебічне вивчення питання розвитку окремих відхилень функціонування цієї системи забезпечить більш ефективні дії щодо покращення фізичного стану і здоров'я учнів.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є окреслення умов розвитку однієї з найпоширеніших серед дітей та дорослих хвороб серцево-судинної системи, а також пошук шляхів розв'язання даної проблеми.

Виклад основного матеріалу. Організм людини постійно змінюється впродовж всього життя. Такі зміни називають онтогенетичними або індивідуальним розвитком. Під поняттям індивідуального розвитку розуміють ряд послідовних і незворотних змін, скерованих у напрямі формування організму від моменту виникнення зиготи тобто від часу запліднення яйцеклітини, до смерті індивідууму. Під час цього розвитку в організмі відбуваються антропометричні та фізіологічні зміни.

Серце і судинна система дитини значно відрізняється від такої у дорослого. Відразу після народження інтенсивно йде морфофункціональна зміна серцево-судинної системи. Артерії у дітей відносно широкі і розвинені сильніше, ніж вени. Достатньо розвинена капілярна мережа. Найбільш інтенсивний ріст судин відбувається на 1-му році життя.

Артеріальний тиск у дітей нижчий, ніж у дорослих внаслідок меншої насосної здатності серця, більшої піддатливості судинної стінки і більшої ширини просвіту судин.

Адаптація до таких факторів, що супроводжують процес навчання, як гіподинамія, розумове і емоційне напруження, стреси тощо не можуть не привертати увагу фізіологів та педагогів. Адже від рівня та ефективності адаптації всіх систем організму дитини в кінцевому результаті залежить стан здоров'я дітей, а також успіхи в навчальній діяльності [2].

Спеціалісти, що займаються питаннями фізіології праці (І.В. Зибковець, Т.Д. Лоскутова, М.В. Антропова) відносять навчальну діяльність дітей до розумової праці. Поширене помилкове уявлення про розумову працю як про легку роботу. Таке уявлення базується на тому, що при розумовій праці енергетичні витрати значно нижчі за фізичні. Але при розумовій праці мозок, який складає лише 1,2-1,5% маси тіла, споживає більше 20% його енергетичних ресурсів. Потік крові до працюючого мозку збільшується у 8-10 разів у порівнянні із станом спокою, зростає і споживання кисню і глюкози. Розумовій праці властиві погіршення функцій зорового аналізатора та найвищий ступінь напруги уваги. Стреси, низька рухова ак-

тивність та вимушена одноманітна поза при розумовій праці спричиняють послаблення обмінних процесів, явище застою в м'язах ніг, органах черевної порожнини. Щодо власне кардіо-респіраторної системи, то обмежена рухова активність призводить до зниження легеневої вентиляції, хвилинного об'єму дихання, життєвої ємкості легень. Звідси легко простежується зміна споживання кисню, недостатнє постачання киснем життєво важливих органів – мозку, серця. І як наслідок відбувається зниження функціональних і адаптаційних можливостей організму [5].

Проблема АГ у дітей та підлітків – актуальний напрям дитячої кардіології. За даними досліджень, у дітей з рівнем артеріального тиску (АТ) вищим за середній з віком зберігається тенденція до його підвищення. При цьому у 33-42% дітей АТ залишається підвищеним, а у 17-26% АГ прогресує, тобто у кожної третьої дитини з підвищеним АТ у подальшому можливе формування гіпертонічної хвороби. За даними популяційного дослідження NHANES 1999-2004 рр., підвищений артеріальний тиск (АТ) в осіб молодого віку (18-39 років) реєстрували у 5,16% [6].

Згідно досліджень «Cardiovascular Riskin Young Finns Study» до незалежних факторів ризику дитячого віку, відповідальних за можливий розвиток гіпертензії в дорослому віці, було віднесено власний артеріальний тиск. До незалежних факторів ризику дитячого віку, відповідальних за можливий розвиток гіпертензії в дорослому віці, відносяться власний артеріальний тиск кожної окремої особи, наявність гіпертензії в батьків, надлишкова маса тіла в дитячому віці, низька професійна діяльність батьків, а також високий генетично детермінований ризик [8].

Крім того, важливу роль у механізмах розвитку патології серцево-судинної системи, зокрема артеріальної гіпертензії відіграє вегетативна нервова система (ВНС). Так, високий симпатичний тонус викликає підвищення артеріального тиску АТ і може призводити до розвитку ішемії міокарду у людей з коронарним атеросклерозом [4].

В кардіології виділяють декілька груп ризику – середній по популяції, додатковий низький, помірний, високий та дуже високий. Терміни «низький», «помірний», «високий» та «дуже високий» ризик означають вірогідність розвитку інфаркту міокарда та мозкового інсульту упродовж найближчих 10 років: для низького ризику це менше 15%, помірною – від 15 до 20%, високою – від 20 до 30%, дуже високою – понад 30%. Процес визначення (стратифікації) ризику є дуже важливим, тому що пацієнти групи високого та дуже високого ризику потребують більш активного лікування для профілактики розвитку ускладнень.

Для того, щоб уточнити групу ризику, особливості перебігу АГ та визначити наявність факторів ризику і ураження органів-мішеней всім пацієнтам з артеріальною гіпертензією призначають лабораторні та інструментальні обстеження і аналізують фактори ризику, пов'язані зі стилем життя.

Мінімальний обсяг обстежень, щодо зволяє визначити рівень ризику – аналіз крові з визначенням рівня глюкози, креатиніну, загального холестерину, загальний аналіз сечі, реєстрація електрокардіограми, огляд окуліста. При необ-

хідності лікар призначає додаткові обстеження – ехокардіографію, ультразвукове дослідження судин шиї та/або периферичних артерій, добовий моніторинг ЕКГ та/або АТ, визначення толерантності до фізичного навантаження тощо [7].

Лікування, в основному, включає в себе як медикаментозну, так і не медикаментозну або як профілактичну терапію.

На відміну від дорослих, для дітей не існує єдиного рівня АТ, який трактується як нормальний. За верхню межу нормального тиску прийнято верхні 90-94 відсотки його розподілу у дітей даної вікової категорії та статі. Рівень АТ, що дорівнює 95-му відсотку або перевищує його, вважається артеріальною гіпертензією.

Рівень артеріального тиску залежить не тільки від віку та статі дитини чи підлітка, але й від його зросту: чим вищий зріст, тим вищий АТ. Більшість дітей мають невелике підвищення АТ (м'яку гіпертензію). Якщо тиск значно підвищений – це вказує на вторинний характер гіпертензії. Розповсюдженість вторинної гіпертензії серед дітей складає від 5% до 10% всіх випадків підвищення АТ – так само, як і серед дорослих.

Щоб полегшити застосування цих нормативів, слід запам'ятати, що лікаря повинен насторожити тиск, що перевищує 110/70 мм рт. ст. у дітей до десятирічного віку, а після десяти років – вищий за 120/80 мм рт. ст. У таких випадках слід звернутися до таблиць, що визначають нормативи тиску для дітей, і, якщо тиск перевищує норму – вдатися до детального обстеження та лікування. Біля 70% всіх вторинних гіпертензій у дітей викликані захворюваннями паренхіми нирок, 10% – судинними захворюваннями. Діагностичні обстеження для виявлення причини артеріальної гіпертензії у дітей – ті ж самі, що й у дорослих.

Основною метою лікування АГ у дітей є досягнення цільового рівня АТ, що повинен бути нижчим від значень 90-го перцентилу для даного віку, статі, росту і нижчим за 120/80 мм рт.ст. У результаті лікування має покращитися якість життя хворих. Крім того, необхідно проводити профілактику ураження органів-мішеней або зворотний розвиток наявних змін та не допускати гіпертонічного кризу [6].

Найбільш ранні прояви гіпертонічної хвороби у дітей зазвичай залишаються непоміченими для батьків. Підвищення тиску в таких випадках може виявити лише лікар.

На початковій стадії показники АТ трохи підвищуються. Це відбувається не весь час, а тільки при будь-яких тривалих фізичних або емоційних навантаженнях. У стані спокою тиск зазвичай нормалізується.

Практично всі діти з артеріальною гіпертензією скаржаться на шум у вухах, сильні головні болі, часте порушення сну. У деяких випадках хвороба проявляється раптовим запамороченням і частими кровотечами з носа.

У дитини може бути досить прискорене серцебиття, а ще вона може скаржитися на періодичні болі в серці. Однак на ЕКГ при такому стані ніяких відхилень не виявляється.

У більш запущених випадках симптоми артеріальної гіпертензії можуть бути більш вираженими і різноманітними. Артеріальний тиск довго

не приходять в норму навіть в стані спокою. Дитина може відчувати:

- сильний біль безпосередньо в області серця;
- запаморочення;
- часті головні болі;
- трохи підвищену стомлюваність і навіть деяке ослаблення пам'яті.

Такий стан часто призводить до виникнення гіпертонічних кризів. При цьому виявляються деякі зміни на ЕКГ, а також може змінюватися очне дно [1].

Головною метою відповідного лікування можна вважати не тільки відновлення нормальних звичних показників АТ, але також і повну корекцію усіх раніше виявлених факторів ризику для більшого зниження можливості виникнення деяких ускладнень.

Згідно рекомендацій Української асоціації кардіологів з профілактики та лікування артеріальної гіпертензії негайно починати лікування слід тоді, коли у дитини тяжка гіпертензія, або якщо на фоні м'якої чи помірної гіпертензії є цукровий діабет, захворювання нирок або ураження органів-мішеней. В усіх інших випадках лікування починають з немедикаментозних заходів (зменшення ваги, обмеження вживання солі, фізичні вправи). При виявленні в дитини або підлітка АГ, спочатку рекомендують зміну стилю життя: зниження надмірної маси тіла за її наявності, рухову активність, дієту, призначають седативні засоби, антиоксиданти, ноотропи. Неускладнена артеріальна гіпертензія не є підставою для обмеження фізичної активності. Дітям слід рекомендувати динамічні фізичні вправи (без елементів змагання). Ізометричні (статичні) навантаження необхідно мінімізувати, а при тяжкій гіпертензії та наявності гіпертрофії лівого шлуночка – заборонити.

Якщо в дитини виявлено АТ, що відповідає поняттю «стабільна артеріальна гіпертензія», або у випадку гіпертонічної хвороби, призначають антигіпертензивну терапію у поєднанні з немедикаментозною. Вибір препарату здійснюють з урахуванням індивідуальних особливостей пацієнта, супутньої патології (ожиріння, цукровий

діабет, порушення стану вегетативної нервової системи, гіпертрофія міокарда лівого шлуночка, зміни функціонального стану нирок та ін.). Якщо у хворого з первинною АГ виявлено схильність до поєднання АГ з мігренню, призначають β-адреноблокатори або інгібітори кальцієвих каналів. За наявності у хворого цукрового діабету, мікроальбумінурії та протеїнуричних захворювань нирок, схильності до ваготонії показане призначення інгібіторів ангіотензинперетворюючого ферменту (АПФ). Для лікування дітей застосовуються ті ж класи препаратів, що й для лікування дорослих: (β-блокатори, діуретики, антагоністи кальцію, інгібітори АПФ та α₁-адреноблокатори). Дози слід підбирати індивідуально, базуючись на масі тіла. Дітям раннього пубертату слід обмежувати призначення бета-адреноблокаторів у зв'язку з їх дією на центральні регулюючі структури, які беруть участь у процесах статевого дозрівання. Застосовуючи інгібітори АПФ, слід пам'ятати про їх дію на процеси проліферації, гіпертрофії та дозрівання колагену, що не бажано у підлітків. Спостереження за перебігом артеріальної гіпертензії у дітей та підлітків показують, що підвищений артеріальний тиск може зберігатися у них і в дорослому віці, при цьому найбільше прогностичне значення щодо стабілізації гіпертензії мають спадковість, ожиріння та гіпертрофія лівого шлуночка [7].

Висновки і пропозиції. Одним із пріоритетів діяльності навчальних закладів є збереження і зміцнення здоров'я молодого покоління. Тому, особливу увагу необхідно приділяти розв'язанню таких питань, як розробка і впровадження профілактичних і корекційно-оздоровчих програм. Зокрема, батькам та педагогам, які зазвичай не мають медичної освіти, необхідно приділяти велику увагу контролю функціональних показників серцево-судинної системи дітей з метою запобігання розвитку артеріальної гіпертензії, як однієї з найпоширеніших хвороб серед дитячого та дорослого населення. Розв'язання цих питань дозволить поліпшити функціональний стан організму учасників навчального процесу, зміцнити їхнє фізичне та психічне здоров'я.

Список літератури:

1. Артеріальна гіпертензія у дітей та підлітків: до чого призводить і як лікувати [Електронний ресурс] // Здоровий спосіб життя. – Режим доступу: <http://zsz.pp.ua/arterialna-gipertenziya-u-ditej-ta-pidlitkiv-do-chogo-prizvodit-i-yak-likuvati>
2. Климова В. И. Человек и его здоровье / Климова В. И. – М.: Знание, 1990. – 224 с.
3. Пиріг Л. Цінність та державна ціна здоров'я громадян України / Пиріг Л. // «Ваше Здоров'я». – № 27. – 2011 р.
4. Писарук А. В. Біологічні ритми серцево-судинної системи: механізми вікових змін та можливі шляхи їх корекції: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора медичних наук: спец. 14.03.03 «Нормальна фізіологія» – / А. В. Писарук. – Київ, 2008. – 20 с.
5. Плахтій П. Д. Фізіологічні основи фізичного виховання школярів: навч. посіб. – Кам'янець-Подільський: Видавель Н. І. Мошак, 2001. – 238 с.
6. Радченко Г. Д. Ізольована систолічна артеріальна гіпертензія у молодих: чи всіх маємо лікувати? / Г. Д. Радченко, О. О. Торбас, Ю. М. Сіренко // Український кардіологічний журнал. – № 2. – 2015. – С. 17-25.
7. Рекомендації Української асоціації кардіологів з профілактики та лікування артеріальної гіпертензії [Електронний ресурс] // Здоров'я України. Медичний портал. – Режим доступу: <http://health-ua.com/article/1162.html>
8. Фізіологічні, довоколишні та генетичні фактори дитячого віку як предиктори розвитку гіпертензії в дорослих. Дослідження Cardiovascular Riskin Young Finns Study // Артеріальна гіпертензія. – № 4(24). – 2012. – С. 153.
9. Як здоров'я, школяріку? [Електронний ресурс] – Поради. – Режим доступу: <http://www.kyiv-oblosvita.gov.ua/poradi/batko/67-batkam-statti/1328-yak-zdorov-ya-shkolyariku>

Буц М.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

УСЛОВИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ, ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ БОЛЕЗНЕЙ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Аннотация

Приведены статистические данные относительно заболеваемости детского населения. Артериальная гипертензия выделена как самое распространенное заболевание сердечно-сосудистой системы. Описаны особенности функционирования сердечно-сосудистой системы детей по сравнению со взрослыми. Выделены главные условия возникновения данного заболевания. Описаны методы профилактики и особенности лечения артериальной гипертензии для детей и подростков.

Ключевые слова: артериальная гипертензия, профилактика, лечение, детский организм, сердечно-сосудистая система.

Buts M.A.

Perejaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University
named after Grigoriy Skovoroda

TERMS OF ORIGIN, PROPHYLAXIS AND TREATMENT OF CARDIOVASCULAR ILLNESSES OF CHILDREN AND TEENAGERS

Summary

Statistical data over are brought in relation to morbidity of child's population. An arterial hypertension is distinguished as the most widespread disease of the cardiovascular system. The features of functioning of the cardiovascular system of children are described as compared to adults. The main terms of origin of this disease are distinguished. The methods of prophylaxis and feature of treatment of arterial hypertension are described for children and teenagers.

Keywords: arterial hypertension, prophylaxis, treatment, child's organism, cardiovascular system.

УДК 796.072.2

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ СФЕРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ «ЗЕЛЕНОЇ ЕКОНОМІКИ»

Вареник О.М.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

У статті визначено місце та роль сфери фізичної культури і спорту у становленні «зеленої економіки» в Україні, окреслено пріоритетні напрями діяльності, яка створює перспективи використання можливостей цієї сфери. З використанням аналізу літературних джерел, системного аналізу; організаційного аналізу та організаційного діагнозу визначено, що концепція «зеленої економіки» так само як і сталого розвитку розкриває три основних аспекти: економічний, соціальний та екологічний. Система фізичного виховання і спорту є відкритою системою, оскільки функція задається їй ззовні і показує, яку роль ця система виконує у відношенні до більш загальної системи здорового способу життя, в яку вона включена складовою частиною поряд з іншими системами. На сьогодні це об'єктивно веде до виникнення у ній якісно нових процесів та явищ. Вказано на необхідність формування принципово нового напрямку досліджень, які слугуватимуть теоретико-методологічним підґрунтям для використання можливостей сфери фізичної культури і спорту у тісній взаємодії з іншими сферами діяльності суспільства, що в цілому сприятиме розвитку природно-ресурсного та соціально-економічного потенціалу країни в рамках програми «зеленої економіки».

Ключові слова: «зелена економіка», фізична культура і спорт, організаційні зв'язки, взаємодія, партнерство.

Постановка проблеми. В процесі реалізації Програми ООН з навколишнього середовища (ЮНЕП) в межах подальшої розробки концепції сталого розвитку, фахівцями різних сфер було обґрунтовано необхідність започаткування Глобального зеленого нового курсу (ГЗНК). В цьому контексті в Україні також реалізова-

но ряд заходів: затверджено низку документів і договорів, спрямованих на офіційне визнання нашою державою стратегії сталого розвитку: створено Національну комісію сталого розвитку України, розроблено Цілі розвитку тисячоліття, затверджено Концепцію та Стратегію національної екологічної політики України до 2020 р.

тощо. Зелена економіка згідно доповіді ЮНЕП – це «економіка з низькими викидами вуглецевих сполук, яка ефективно використовує ресурси і відповідає інтересам всього суспільства» [8]. Поняття «зелена економіка» в наукових дослідженнях розглядають як «невід’ємну складову сталого розвитку, що покликана забезпечити гармонійний спосіб поєднання економічної та соціальної діяльності суспільства за умови збереження й належного відтворення навколишнього середовища». Перед суспільством постала необхідність запровадження так званих «чистих» технологій, які дозволять виробляти екологічно сприятливу продукцію, а також зведуть до мінімуму, нейтралізують чи упередять негативний вплив виробництва на довкілля [7].

Враховуючи надзвичайну багатовекторність запропонованої проблематики та необхідність її системного осмислення, вбачаємо актуальними визначення місця та ролі окремих суб’єктів соціально-економічної діяльності в процесі «озеленення» економіки, в тому числі й тих, що представлені сферою фізичного виховання і спорту. Приймаючи до уваги взаємоузгодженість та взаємозалежність економічного, соціального та екологічного напрямів розвитку ідеї розвитку «зеленої економіки» в Україні, результати дослідження дозволять наблизитись до розв’язання актуальних проблем соціально-економічного розвитку країни на сучасному етапі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття «зелена економіка» було запропоновано Д. Піарсом, А. Марканді, Є. Барбієром, якими у 1989 р. було опубліковано працю «Концепція зеленої економіки» [9]. Окрім зазначених авторів, різні аспекти «зеленої економіки» вивчалися та доповнювались І. Вернадським, С. Подолинським, В. Вовком, І. Грабинським, Л. Мельником, Ю. Туницею, В. Будкіним, О. Векличем, Б. Данилишиним, Б. Буркинським, О. Балацьким, Ж. Гросманом і А. Крюгером, Г. Дейлі, Д. Медоузом, Б. Коуплендом, С. Тейлором, П. Рао, Дж. Франкелем, А. Камероном, К. Стюартом та ін. Серед українських вчених слід відмітити праці Ю. Бережної, І. Бистрякова, Т. Галушкіної, Б. Данилишина, А. Мартинюка, Ю. Огаренко [5], у яких розкриваються особливості запровадження «зеленої» економіки в Україні. Серед вчених, що в різні часи вивчали економічні аспекти функціонування сфери фізичної культури і спорту, слід відзначити Золотова М.І., Кузіна В.В., Кутєпова М.Є., Сейранова С. Г., Платонову Н.А., Валнярську О. І., Починкіна А. В., Імаса Є.В., Мічуду Ю.П. та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз структури видів економічної діяльності, з котрими прямо чи опосередковано пов’язана сфера фізичної культури і спорту, показує, що вона має різної сили наявні чи потенційно можливі організаційні зв’язки практично з усіма галузями, які приймають участь у розбудові «зеленої» економіки [9]. Не дивлячись на авторитетність авторів та фундаментальність досліджень, наукові праці західних вчених не завжди можуть бути адекватно реалізовані на вітчизняному підґрунті, оскільки базуються на засадах, які не повною мірою відповідають умовам національної економіки. Що

стосується вітчизняних вчених, то, незважаючи на досить глибокі дослідження, ними приділено недостатньо уваги питанням застосування здоров’язберігаючих технологій сфери фізичної культури і спорту в процесі розбудови «зеленої економіки» в Україні. Тому для більш ефективного використання таких організаційних зв’язків, вважаємо за необхідне більш фундаментальне їх вивчення: встановлення напрямів потенційних можливостей їх використання, систематизація.

Мета статті. Метою цієї статті є визначення місця сфери фізичної культури і спорту в становленні «зеленої економіки», виділення пріоритетних напрямів, які створюють перспективи використання можливостей цієї сфери.

Виклад основного матеріалу. На думку переважного числа авторів, «зелена економіка» означає економічне зростання та розвиток територій шляхом стимулювання екологічно чистого виробництва матеріальних та нематеріальних благ, від яких залежить благополуччя населення, що засноване на максимально раціональному використанні природних активів, забезпечуючи при цьому їх постійне збереження та відновлення для майбутніх поколінь.

Більшість авторів є солідарними в тому, що концепція «зеленої економіки» так само як і сталого розвитку розкриває три основних аспекти: економічний, соціальний та екологічний. В економічному аспекті, як зазначає Шевченко Ю.О., вона покликана не просто нарощувати обсяги виробництва та темпи економічного зростання, але й створювати нові екологоорієнтовані види економічної діяльності, запроваджувати нові технології, зменшувати інвестиції в ті галузі, які експлуатують природу, та стримувати відновлювальних джерел енергії тощо. У соціальному аспекті вона націлена на досягнення справедливого доступу до обмежених ресурсів усіх верств населення, скорочення соціальної нерівності, покращення якості життя, соціального розвитку територій.

Ключовими принципами розвитку «зеленої економіки» Галушкіна Т.П. пропонує вважати:

- принцип екологізації економіки, який передбачає імплементацію екологічного фактора в моделі забезпечення економічного зростання країни та її регіонів;
- принцип єдності та балансу суспільних та бізнес-інтересів щодо забезпечення сталого споживання та виробництва;
- принцип партнерської взаємодії та консолідації зусиль щодо охорони довкілля та відновлення його стану;
- принцип системності та комплексності в стратегії трансформаційних зрушень в природо-ресурсній сфері як на національному, так і на регіональному рівні.

Достатнім можна б було вважати отримання синергії від впровадження економічної та екологічної складових економічного розвитку [5]. Але

неабияку увагу вчених привертає поняття «зеленої» економіки, яка вважається конкретним втіленням адекватного взаємоузгодження економічного, екологічного та, обов'язково – соціального розвитку [7]. Тому, спираючись на перелічені принципи та враховуючи невід'ємність соціальної складової «зеленого» зростання саме з точки зору налагодження ефективної організаційної взаємодії між усіма сторонами цього процесу, найбільш вдалим визначенням «зеленої економіки» можна вважати таке, що представляє її як «економічні відносини між суб'єктами господарської діяльності, які базуються на принципах захисту та збереженні навколишнього середовища, впровадженні новітніх енерго- й ресурсозберігаючих технологій, та сприяють поліпшенню якості життя в межах існуючих екосистем» [9].

За визначеннями вчених, «зелена» економіка об'єднує десять ключових секторів господарської діяльності: сільське господарство, житлово-комунальне господарство, енергетику, рибальство, лісництво, промисловість, туризм транспорт, утилізацію та перероблення відходів, управління водними ресурсами [2]. В свою чергу, переважне число науковців, які досліджували економічні та соціальні аспекти фізичного виховання і спорту, наголошуючи на поліфункціональності цієї сфери, вказують на неможливість її існування ізольовано від інших сфер соціально-економічної діяльності суспільства на всіх рівнях (охорони здоров'я, освіти, культури, а також туризму, транспорту, житлово-комунального господарства та ін. [3]. Детальний аналіз таких організаційних зв'язків, на нашу думку, повинен доповнити попередні дослідження науковців, визначити роль та закріпити місце фізичної культури і спорту, організації рухової активності населення в процесі розбудови «зеленої» економіки в Україні в умовах сьогодення.

У своїх дослідженнях І. М. Синякевич, визначаючи принципи екологізації всіх сфер суспільного розвитку, зазначає, що «процес екологізації суспільної діяльності повинен охоплювати всі сфери – економічну, екологічну, соціальну і духовну; сприяти оздоровленню стану навколишнього середовища».

В свою чергу система фізичного виховання і спорту є відкритою системою, оскільки функція задається їй ззовні і показує, яку роль ця система виконує у відношенні до більш загальної системи здорового способу життя, в яку вона включена складовою частиною поряд з іншими системами. Вона потребує постійного обміну ресурсами з оточуючим середовищем [3]. Це доводить, що проблематика є досить широковекторна та потребує подальших досліджень.

Важливість включення, суб'єктів фізичної культури і спорту до процесу розбудови «зеленої» економіки на всіх рівнях, можна пояснити спираючись на твердження П. Сорокіна про те, що економічний фактор чинить суттєвий вплив на можливості суспільства розвивати духовну культуру: науку, мистецтво, освіту, виховання, тощо. Нині в Україні відбувається інтеграція сфери фізичної культури і спорту у ринкове середовище. Це об'єктивно веде до виникнення у ній якісно нових процесів та явищ. Відбуваються істотні зміни у системі соціально-економічних

відносин, утворюються нові форми власності та форми господарювання, що активно впливає на поведінку всіх учасників фізкультурно-спортивною діяльності.

Роль бізнесу в розвитку системи фізичного виховання і спорту є надзвичайно важливою, тому що підприємства різних форм власності є одним із основних джерел наповнення бюджетів всіх рівнів, включаючи місцеві бюджети, з яких переважно фінансується робота фізкультурно-спортивних організацій, тому вона не може залишатися осторонь від процесів, що відбуваються в економіці загалом. В цьому полягає явище вторинності сфери фізичної культури і спорту у відношенні до галузей основного виробництва. Стабільний динамічний розвиток сфери фізичної культури і спорту можливий лише на фоні зростання економіки в цілому.

Але не варто не враховувати і те, що сфера фізичної культури і спорту сама також являється виробником продукту, основу якого складають різні види послуг. Активно впливаючи на збереження, зміцнення здоров'я населення та відновлення робочої сили, вона робить свій вагомий внесок у процес формування «людського капіталу», як невід'ємного чинника виробничої діяльності суспільства. Отже, як вважають більшість дослідників, здоров'я людини, це біосоціальна категорія, і його збереження не може концентруватися лише в межах однієї сфери, необхідним є об'єднання дій ряду галузей зі спільною місією задля забезпечення і покращення стану здоров'я населення. Це ще раз доводить важливість гармонізації відносин у системі «природа – людина – виробництво», належної узгодженості економічних, соціальних та екологічних пріоритетів. Формування економіки на соціально-екологічних засадах потребує перегляду усталених пріоритетів сучасного економічного механізму [7].

Але поєднання таких підходів у сучасній практиці є проблематичним. Воно супроводжується низкою суперечностей, на які варто звернути увагу. Існує ряд протиріччя перехідного періоду, що зумовлюють посилення негативних явищ як у сфері фізичної культури і спорту, так і в економіці в цілому. На шляху до збільшення прибутку, учасники ринку часто змушені зменшувати соціальні видатки, що врешті рещт призводить до втрат «людського капіталу», і, як наслідок, це не може не відобразитись на стані економіки в цілому. Отже, виникає відповідна конфронтація між комерціалізацією та екологізацією виробництва. Наявність такого протиріччя суттєво шкодить процесу реалізації соціальних функцій системи фізичного виховання і спорту.

Роль держави повинна полягати у підвищенні рівня зацікавленості бізнесу у покращенні стану здоров'я населення, але й бізнес повинен також брати в цьому активну участь. Автори одногосподарні в тому, що використання ринкових механізмів рекомендується поєднувати із державним та міжнародним регулюванням економічних процесів [8]. Покращення екологічної ситуації перестає бути рядком витрат державного бюджету, а стає самою суттю нової економічної системи. Тобто, держава повинна формувати нові економічні умови ведення бізнесу, які приваблюють інвестиції саме в розвиток нових «зелених» галу-

зей та екологічної трансформації («озелененню») традиційного господарства.

Як вважає Марчук Л.П., важливою формою реалізації поставлених завдань можна вважати розвиток «зеленого» бізнесу, який стає втіленням суспільних і приватних інтересів та виявом сучасної відповідальності за майбутнє людської цивілізації.

Шевченко Ю.О. дослідив, що на сьогодні в наукових працях недостатньо уваги приділено дослідженню ролі «зеленої» економіки в розвитку окремих секторів економіки, зокрема в розвитку сфери послуг, до якої власне і належать фізичне виховання і спорт. Натомість сфера послуг, і зокрема, фізична культура і спорт, відіграють важливу роль у створенні «зелених» технологій, їх розповсюдженні, у створенні нових робочих місць, у формуванні екологічної свідомості людей. З іншого боку, на думку автора, її розвиток залежить від чистоти навколишнього середовища, а окремі її галузі також можуть спричиняти забруднення екосистеми (проведення масових та видовищних фізкультурно-спортивних заходів, туризм тощо).

Варто погодитись з Вахович І.М. та Франчук Ю.О. з приводу того, що багато екологічних проблем перш за все проявляються на місцевому рівні, і тому виправданим у цих випадках є децентралізоване прийняття певних екологічних рішень. Ступінь децентралізації управління повинна визначатись локальним характером більшості проблем, їх кращим розумінням на місці виникнення, тому і рішення доцільно приймати саме на місцевому рівні [4].

Так, на нашу думку, вирішенню проблеми транспортного обслуговування населення і зменшенню забруднення довкілля що викликано роботою громадського транспорту та великою кількістю при-

ватних автомобілів сприятиме розвиток велосипедного руху. Участь у розробці відповідних програм, плануванні інфраструктури, програм навчання та методичного супроводу різних груп населення щодо використання активних форм пересування повинні прийматись за участі представників усіх зацікавлених структур, в тому числі і фахівців з питань фізичної культури і спорту.

На думку В.Ф. Кифяк, О.В. Кифяк, «екологічно відповідальний туризм – один з нових полюсів зростання «зеленої економіки», що забезпечує розбудову сучасної інфраструктури, ділових можливостей, робочих місць та отримання доходів». Останнім часом особливого значення набуває розвиток активних форм туризму, які стають усе більш популярними серед відпочивальників та привабливими для підприємців. Серед них пішохідний, кінний, велотуризм, сплавання на байдарках, рибальство і полювання [1; 6]. Такі види активного відпочинку сприяють ознайомленню з сільським устроєм життя, місцевою культурою, і водночас сприяють вирішенню проблеми зайнятості на селі, зростанню дохідної частини місцевих бюджетів, збереженню місцевих традицій.

Висновки і пропозиції. Отже, «зелена» економіка, яка розвивається на таких засадах, повинна створювати умови для зміцнення та збереження здоров'я населення, зростання його економічного добробуту, духовного і соціального розвитку. Усе викладене свідчить про необхідність формування принципово нового напрямку досліджень, які слугуватимуть теоретико-методологічним підґрунтям для використання можливостей сфери фізичної культури і спорту у тісній взаємодії з іншими сферами діяльності суспільства, що в цілому сприятиме розвитку природно-ресурсного та соціально-економічного потенціалу нашої країни.

Список літератури:

1. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення: [монографія] / О. В. Андреева. – К.: Поліграфсервіс, 2014. – 280 с.
2. Бережна Ю. С. Зелена економіка в країнах східного партнерства [Електронний ресурс] / Ю. С. Бережна // Екон. науки: Сер. Економіка та менеджмент. – Луцьк, 2012. – Вип. 9, ч. 2. – С. 30–36. – Режим доступу: URL: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/ecnem_2012_9\(2\)_6.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/ecnem_2012_9(2)_6.pdf)
3. Вареник О. Організаційні заходи налагодження взаємодії між суб'єктами спорту для всіх на місцевому рівні / О. Вареник // Пробл. активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародною участю. – Л., 2014. – 346 с.
4. Вахович І. М. Механізми стимулювання «зеленого» інвестування регіональної економіки [Електронний ресурс] / І. М. Вахович. Ю. О. Франчук // Екон. форум. – 2013. – № 3. – С. 54–57. – Режим доступу: URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/ecfor2013_3_10.pdf
5. Галушкіна Т. П. Джерела економічного зростання в умовах моделі «зеленої» економіки [Електронний ресурс] / Т. П. Галушкіна // Формування ринк. відносин в Україні: зб. наук. праць. – Київ, 2013. – № 5. – С. 71–74. – Режим доступу: URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/frvu_2013_5_18.pdf
6. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2010. – 248 с.
7. Марчук Л. П. «Зелена» економіка: суперечності та перспективи розвитку [Електронний ресурс] / Л. П. Марчук // Вісн. аграр. Науки Причорномор'я. – 2014. – Вип. 1. – С. 34–41. – Режим доступу: URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/vanp_2014_1_7.pdf
8. Федина К. М. Теоретичні аспекти впровадження «зеленої» економіки в Україні [Електронний ресурс] / К. М. Федина // Проблеми раціон. використання соц.-екон. та природно-ресурс. потенціалу регіону: фінанс. політика та інвестиції. – Київ; Рівне, 2013. – Вип. 19, № 1. – С. 216–224. – Режим доступу: URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/prvse_2013_19_1_28.pdf
9. Шевченко Ю. О. Роль сфери послуг у становленні «Зеленої економіки» в Україні і світі [Електронний ресурс] / Ю. О. Шевченко // Вісн. Запоріж. нац. ун-ту: Сер. Екон. науки. – Запоріжжя, 2013. – № 4. – С. 110–117. – Режим доступу: URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Vznu_eco_2013_4_20.pdf

Вареник О.Н.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ «ЗЕЛеной ЭКОНОМИКИ»

Аннотация

В статье определено место и роль сферы физической культуры и спорта в становлении «зеленой экономики» в Украине, определены приоритетные направления деятельности, что создает перспективы использования возможностей этой сферы. С использованием анализа литературных источников; системного анализа; организационного анализа и организационного диагноза определено, что концепция «зеленой экономики» так же как и устойчивого развития раскрывает три главных аспекта: экономический, социальный и экологический. Система физического воспитания и спорта является открытой системой, так как функция задается ей извне и показывает, какую роль эта система выполняет в отношении более общей системы здорового образа жизни, в которую она включена как составная часть наряду с другими системами. На сегодня это объективно ведет к возникновению в ней качественно новых процессов и явлений. Указано на необходимость формирования новых направлений исследований, которые будут служить теоретико-методологическим основанием для использования возможностей сферы физической культуры и спорта в тесном взаимодействии с другими сферами деятельности общества, что в целом будет способствовать развитию природно-ресурсного и социально-экономического потенциала страны в рамках программы «зеленой экономики».

Ключевые слова: «зеленая экономика», физическая культура и спорт, организационные связи, взаимодействие, партнерство.

Varenyk O.N.

National University of Physical Education and Sport of Ukraine

HEALTH-TECHNOLOGIES OF PHISICAL AND SPORT SPHERE IN THE CONTEXT OF «GREEN ECONOMY» DEVELOPMENT

Summary

In the article the location and role of sphere of physical culture and sport are determined in becoming of «green economy» in Ukraine. Here defined priority directions of activity that creates the prospects of the use of possibilities of this sphere. Using of analysis of literary sources; systems analysis; organizational analysis and organizational diagnosis it is defined that conception of «green economy» similarly as well as steady development reveals three main aspects: economic, social and ecological. The system of P.E and sport is opens system, because a function is set to it from outside and shows, what role this system executes in regard to more general system of healthy way of life in that it is included as component part along with other systems. For today it objectively leads to the origin qualitatively new processes and phenomena in this system. It is indicated on the necessity of forming of new directions of researches that will serve as the theoretic- methodic founding for the use of possibilities of sphere of physical culture and sport in the close co-operating with other spheres of activity of society. In general it will contribute development of naturally-resource and socio-economic potential of country within the framework of the program «Green economy».

Keywords: «green economy», physical culture and sport, organizational connections, cooperation, partnership.

УДК 373.1:004.056

ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ СУЧАСНИХ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ ЗМІН В УКРАЇНІ

Варивода К.С.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

В умовах сучасних соціокультурних перетворень в Україні надзвичайно важливого значення набувають питання інформаційно-психологічної безпеки підростаючого покоління. У статті висвітлюються питання сутності інформаційно-психологічної безпеки особистості. Аналізуються джерела загроз інформаційно-психологічній безпеці підлітків. Зазначається, що для ефективного забезпечення інформаційно-психологічної безпеки підлітків необхідно дотримуватися єдності вимог та співпраці вчителів і батьків у цьому питанні. Визначено заходи щодо забезпечення інформаційної безпеки підлітків: правові, технічні та програмні, виховні та організаційні, моральні та етичні, захист психіки і здоров'я людини.

Ключові слова: підлітки, інформаційно-психологічна безпека, інформаційно-психологічні впливи, мас медіа, Інтернет.

Постановка проблеми. В умовах сучасних соціокультурних перетворень в Україні надзвичайно важливого значення набувають проблеми інформаційно-психологічної безпеки особистості і суспільства як складової інформаційної безпеки держави. Новітні інформаційні технології, сучасні інформаційно-психологічні форми та способи впливу на особистість й суспільство все більше і більше знаходять своє застосування не тільки в період підготовки і в ході бойових дій (операцій), а й стають невід'ємною частиною повсякденного життя. На сьогодні в Україні існує ціла низка загроз інформаційно-психологічній безпеці особистості пов'язаних із спробами певних сил використовувати інформаційні можливості ЗМІ та Інтернет-мережі для формування суспільної думки, громадської позиції, впливу на маси з метою досягнення власних інтересів. Застосування сучасних технологій і способів маніпулювання масовою свідомістю сьогодні можна спостерігати в ході передвиборчих кампаній, у рекламній сфері, різноманітних телепроектах і телепередачах, серіалах тощо. Безсумнівно є той факт, що подібному інформаційному впливу найбільше піддаються діти і підлітки. Саме підлітки, потрапляючи у вир абсолютно різнопланової інформації, виявляються просто не підготовленими до раціонального її сприйняття. Відтак, певна інформація здатна призвести до моральних та психологічних трансформацій, спричинити агресивні дії, тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Становлення наукового напрямку інформаційна безпека пов'язане з іменами таких видатних учених, як В.А. Герасименко, П.Д. Зегжда, А.О. Малуцький, В.В. Мельшков, В.В. Хорошко, В.І. Ярочкін та ін. Питання інформаційної безпеки в педагогічній науці є новою та мало дослідженою галуззю міждисциплінарного знання. Методику навчання інформаційної безпеки в школі та підготовки непрофільних спеціалістів, зокрема вчителів інформатики, розробляють: М.О. Абісцова, О.А. Алтуф'єва, Л.В. Астахова, В.О. Гріцик, І.М. Кірко, П.С. Ломаско, В.П. Поляков, Е.В. Татова, Г.Н. Чусавітіна. Проблему забезпечення інформаційної безпеки дітей і підлітків в умовах навчальних закладів досліджують М.І. Бочаров, Т.О. Малих, Н.І. Саттарова, О.Ю. Федосов та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Варто зазначити, що питанням інформаційно-психологічної безпеки дітей і підлітків у нашій країні приділяється ще недостатньо уваги. Не достатньо враховуються особливості психолого-вікової періодизації у формуванні інформаційно безпечної особистості. Водночас, розуміння загроз для інформаційно-психологічної безпеки підлітків, механізмів їх впливу та можливостей психологічного захисту стає не лише теоретичною проблемою, а й нагальною потребою соціально-педагогічної практики і повсякдення.

Мета статті. Головна мета цієї роботи полягає у виявленні деструктивних проявів впливу сучасного інформаційного простору на психіку підлітків та розробки комплексу заходів щодо забезпечення інформаційно-психологічної безпеки особистості.

Виклад основного матеріалу. Значні зміни, що відбуваються в житті всього нашого суспільства, сполучаються багатьма труднощами не лише в економічній, політичній, соціальній сферах, а й етико-психологічній. Особливо гостро ці проблеми стосуються молодого підростаючого покоління. За останні місяці зросли показники підліткової злочинності, а також відхилень в емоційному здоров'ї молоді. Значна частина підлітків відзначається підвищеною нервозністю, надмірною чутливістю та гарячкуватістю, вразливістю та емоційною нерівноваженістю. Але найбільше непокоять батьків, педагогів, психологів, соціальних працівників такі прояви поведінкової активності підлітків, як агресивність, жорстокість, цинізм, відчуженість, духовна спустошеність [2].

Недосконалість чинного законодавства зумовлює переважання інформаційного простору матеріалами, що містять елементи насильства та жорстокості, пропагують наркоманію, токсикоманію, тютюнопаління та інші шкідливі звички, війну, національну та релігійну ворожнечу, неповагу до батьків, національних і релігійних святих, мають порнографічний або еротичний характер, які деформують психіку підлітків, навіюють моделі агресивної поведінки та відчуття небезпечного життя, що, безперечно, негативно впливає на психоемоційний розвиток внутрішнього світу та спотворене сприйняття навколишнього середовища. Саме тому, одним із пріоритетних завдань

держави, сучасної системи освіти, вчителів і батьків є гарантування інформаційно-психологічної безпеки підростаючого покоління [6, с. 1].

Інформаційно-психологічна безпека особи (у вузькому розумінні) – це стан захищеності психіки людини від негативного впливу, який здійснюється шляхом упровадження деструктивної інформації у її свідомість чи підсвідомість, що приводить до неадекватного сприйняття нею дійсності.

Інформаційно-психологічна безпека особи (в широкому розумінні) – це: належний рівень теоретичної та практичної підготовки особистості, за якого досягається захищеність і реалізація її життєво важливих інтересів і гармонійний розвиток незалежно від наявності інформаційних загроз; здатність держави створити умови для гармонійного розвитку й задоволення потреб особистості в інформації незалежно від наявності інформаційних загроз; гарантування, розвиток і використання інформаційного середовища в інтересах особистості; захищеність від різного роду інформаційних небезпек [3, с. 102].

Інформаційно-психологічна безпека підлітків у сучасних умовах порушується за рахунок інформаційно-психологічних впливів, які здійснюються шляхом залучення різноманітних засобів масової інформації (преса, радіо, телебачення, Інтернет, кінематограф).

Інформаційно-психологічний вплив (ІПВ) – це вплив на свідомість та підсвідомість особистості й населення з метою внесення змін у їхню поведінку і світогляд. Базовими методами ІПВ є: **переконання** звернене до власного критичного сприйняття дійсності об'єктом впливу; **навіювання**, навпаки, спрямовується на суб'єктів, які некритично сприймають інформацію.

Варто підкреслити, що навіювання є основним способом маніпулювання свідомістю, прямим вторгненням у психічне життя людей. При цьому маніпулятивний вплив організується так, щоб думка, уявлення, образ безпосередньо входили у сферу свідомості та закріплювалися в ній як дані безперечні й уже доведені. Це стає можливим при підміні активного відношення психіки до предмета комунікації навмисно створеною пасивністю сприйняття (розсіювання уваги поданням великої кількості інформації, активна форма її подання, штучне перебільшення престижу джерел) [5, с. 11].

Інформаційно-психологічні впливи на індивідуальну свідомість підлітків можуть призвести до двох видів взаємозалежних змін:

– *По-перше*, це зміни психіки, психічного здоров'я підлітків. Оскільки у разі інформаційних і психологічних впливів важко говорити про межі норм і патологій, то показником змін можуть бути втрата адекватності відображення у свідомості і своєму ставленні до об'єктивної дійсності. Можна говорити про деградацію особистості, якщо форми відображення дійсності спрощуються, реакції грубішають і здійснюється перехід від вищих потреб (у самоактуалізації, соціальному визнанні) до нижчих (фізіологічних, побутових).

– *По-друге*, це зрушення у цінностях, життєвій позиції, світоглядних орієнтирах підлітків. Такі зміни можуть спричинити антисоціальні вчинки і становлять небезпеку вже для всього суспільства і держави [8, с. 243].

За сьогоденних умов в Україні телебачення стало актуальним, як ніколи, постійний перегляд новин, політичних передач, ток-шоу, що носять політичний характер, спецпроекти розслідувань щодо ситуації на сході та ін. 70% ефіру займає інформація агресивного формату, негативного емоційного забарвлення, насилля, сльози та переживання. Особливо вразлива категорія дітей та підлітків. Телепередачі, мережа Інтернет, радіо, газети, журнали впливають на нашу свідомість: вони дають нам ідеї, змінюють установки, розповідають що собою представляє навіколишній світ, що відбулось чи відбувається на часі. Ці побудови в підлітковій свідомості перетворюються в каркас, на основі якого вони створюють інтерпретації досвіду в цілому, формують своє бачення ситуації (негативної, агресивної та ін.), що в свою чергу закладають фундамент у розвиток їх світогляду [2].

Особлива небезпека з боку медіа полягає ще в тому, що вони «перехоплюють» у соціальних інститутів (сім'я, школа, держава, церква, громадські організації та ін.) виховний вплив на дітей і підлітків. Сучасні мас-медіа переважно нав'язують антиподи ідеалів добра: злість, нечесність, хитрість, несправедливість, помсту, нещирість, заздрість, жорстокість, у зв'язку з цим відбувається деформація моральних цінностей підростаючого покоління. Так, фахівець у галузі педагогіки О. Невмержицька виокремлює напрями, відображені на телеекрані, що відрізняються від моральних моделей поведінки, зокрема:

1. Ідеалізація соціальної інфантильності: герої популярних молодіжних серіалів намагаються створити ілюзію, що для здобуття раннього багатства і слави достатньо деяких здібностей, зовнішньої привабливості й надзвичайної пробивної сили.

2. Орієнтація на матеріальні цінності: робиться відверта спроба підмінити поняття щастя поняттям матеріального успіху. На екрані присутні переважно представники престижних професій, проте немає працівників робітничих професій і сільського господарства.

3. Гедонізм: показ нереального, проте на вигляд доступного світу розваг і втіх. Нескінчені серіали, що транслюються, дивиться значний відсоток дітей і їхніх батьків. Герої цих фільмів постійно наражаються на одні й ті ж проблеми: розлучення, смерть, алкоголізм, безпліддя подружжя, позашлюбні діти, позашлюбні стосунки, вживання наркотиків, правопорушення неповнолітніх, алкоголізм, захворювання і операції, психічні розлади [6, с. 3].

Саме тому, з метою забезпечення інформаційної безпеки підлітків на рівні держави і системи освіти повинні здійснюватися певні захисні заходи, які можна об'єднати в наступні групи:

1. Регулювання інформаційних потоків і зв'язків, зокрема їх обмеження. Використання цієї групи заходів на особистому рівні пов'язане з відмовою підлітків і їх оточення від використання певної інформації або джерел чи каналів її поширення (наприклад, відмова від перегляду рекламної продукції) через перевірку її достовірності.

2. Цілеспрямоване інформування, зокрема поширення просвітницької інформації. Сюди варто віднести організацію інформаційних потоків, що спрямовані на запобігання та нейтралізацію впливів певних інформаційних чинників, які

можуть мати негативні наслідки. На особистому рівні це проявляється в ініціативному пошуку додаткової інформації з різних джерел і в організації її надходження іншими каналами.

3. Застосування способів, методів і засобів регулярного надання соціально важливої інформації. Ця група включає різноманітні форми регулярного надання соціально важливої інформації, зокрема через систему освіти, підготовки та перепідготовки кадрів, поширення духовних і культурних цінностей, підтримки традицій, морально-етичних норм.

4. Формування механізмів колективного захисту від негативних інформаційно-психологічних впливів. Перш за все ці заходи пов'язані з організацією колективного захисту, який ґрунтується на механізмах ідентифікації підлітків з певними соціальними спільнотами. Для цього можуть застосовуватися різні прийоми і засоби, зокрема формування позитивного морально-психологічного клімату в шкільних колективах, актуалізація відчуття приналежності підлітків до конкретної організації.

5. Виховання індивідуальної здатності до інформаційно-психологічного спротиву. Ця група заходів спрямована на набуття підлітками практичного досвіду безпечної інформаційно-комунікаційної взаємодії (наприклад навчання з використанням спеціалізованих форм психологічної підготовки) для формування індивідуального психологічного механізму самозахисту [4, с. 31-33].

Водночас, одним зі шляхів забезпечення інформаційно-психологічної безпеки підлітків є організація безпечно особистісного інформаційного простору як у школі, так і в сім'ї. Організувати безпечний інформаційний простір можливо шляхом реалізації засобів та заходів щодо інформаційної безпеки підлітків, серед яких: правові, технічні та програмні, виховні й організаційні, моральні й етичні [7, с. 75].

Правові засоби – це спеціальні закони й інші нормативні акти, правила, процедури та заходи щодо забезпечення особистісного інформаційного середовища підлітків на законодавчій і правовій основі для реалізації єдиної державної політики у сфері захисту дітей від інформаційних матеріалів, що завдають шкоди їх здоров'ю та психіці.

Технічні і програмні заходи передбачають використання різного роду апаратного і програм-

ного забезпечення для перешкоджання нанесення матеріальної та моральної шкоди підлітку (програми Батьківського контролю, мережних фільтрів, технічних засобів захисту даних).

Виховні заходи – формування у підростаючого покоління культури безпеки, відповідальності за здійснені дії в інформаційному просторі, виховання й укріплення духовно-моральних цінностей, патріотизму, готовність батьків і педагогів до прийняття позиції дитини та поваги до її самостійності.

Організаційні заходи – це регламентація інформаційної діяльності підлітків, контроль за використанням мережесервісів і спільнот, що виключає або послаблює нанесення шкоди особистому інформаційному середовищу дитини.

Моральні та етичні заходи включають в себе дотримання підлітками під час здійснення інформаційної діяльності норм і правил поведінки в суспільстві, а також мережевої культури й етики, що утворюються з розповсюдженням інформаційних технологій у сучасному інформаційному суспільстві [1, с. 16].

Висновки і пропозиції. Таким чином, особливість негативних інформаційно-психологічних впливів на особистість підлітків в умовах сучасних соціокультурних перетворень в Україні, полягає в тому, що вони можуть бути виявлені лише в результаті спеціальної експертизи, відповідних наукових досліджень, постійного моніторингу інформаційного простору. Очевидно, що в сучасних умовах неможливо і непотрібно усунути підлітків від використання ресурсів засобів масових інформацій та Інтернет-мережі. Однак, на нашу думку, необхідно продумати шляхи нейтралізації негативного інформаційно-психологічного впливу ЗМІ на становлення особистості, особливо в молодому віці. Важливу роль у цьому повинні відігравати школа і сім'я. Не повинна залишатися осторонь цієї проблеми і держава. Для виявлення небезпеки і потенційних загроз, які мають, як правило, латентний характер, повинні розроблятися і використовуватися спеціальні стандарти безпеки – затверджені у встановленому порядку параметри інформаційно-психологічного впливу, які не викликають негативних наслідків для психіки підростаючого покоління, сформованих у суспільстві стандартів моралі, духовних ідеалів і цінностей.

Список літератури:

1. Богатырева Ю. И. Модель обеспечения информационной безопасности школьников при создании инфобезопасной среды образовательного учреждения / Ю. И. Богатырева // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2013. – Выпуск № 3-2. – С. 14–25.
2. Вознюк Л. Психологічний аспект формування світобачення сучасної молоді в умовах війни [Електронний ресурс] / Л. Вознюк. – Сторінка психолога. – Режим доступу: http://storinkapsychologavoznyk.blogspot.com/2015/07/blog-post_99.html
3. Гавришак Л. Інформаційно-психологічна безпека особистості у сучасному світі / Л. Гавришак // Проблеми гуманітарних наук. – 2012. – Вип. 29. – С. 101–110.
4. Горбулін В. П. Проблеми захисту інформаційного простору України: монографія / В. П. Горбулін, М. М. Биченок. – К.: Інтертехнологія, 2009. – 136 с.
5. Історія інформаційно-психологічного протиборства: підруч. / [Я. М. Жарков, Л. Ф. Компанцева, В. В. Остроухов, В. М. Петрик, М. М. Присяжнюк, Є. Д. Скулиш]; за заг. ред. д.ю.н., проф., засл. юриста України Є. Д. Скулиша. – К.: Наук.-вид. відділ НА СБ України, 2012. – 212 с.
6. Костицький В. Як виховують медіа, або морально-етичні проблеми інформаційної безпеки дітей / В. Костицький // Слово Просвіти. Всеукраїнський культурологічний тижневик. – 27 червня – 3 липня 2013. – № 25(714). – С. 1–4.

7. Підгорна Т. Деякі аспекти організації інформаційної безпеки учнів / Т. Підгорна, І. Берест // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2014. – № 6. – С. 70–78.
8. Пучков О. О. Інформаційна безпека у контексті сьогоденних реалій: філософський аспект / О. О. Пучков // Гуманітарний вісник ЗДІА. – 2015. – № 60. – С. 239–245.

Варьвода Е.С.

Переяслав-Хмельницький державний університет
імені Григорія Сковороди

**ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ПОДРОСТКОВ
В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННЫХ СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ ПЕРЕМЕН В УКРАИНЕ****Аннотация**

В условиях современных социокультурных преобразований в Украине чрезвычайно важное значение приобретают вопросы информационно-психологической безопасности подрастающего поколения. В статье освещаются вопросы сущности информационно-психологической безопасности личности. Анализируются источники угроз информационно-психологической безопасности подростков. Отмечается, что для эффективного обеспечения информационно-психологической безопасности подростков необходимо соблюдать единство требований и сотрудничества учителей и родителей в этом вопросе. Определены аспекты по обеспечению информационной безопасности подростков: правовые, технические и программные, воспитательные и организационные, моральные и этические, защита психики и здоровья человека.

Ключевые слова: подростки, информационно-психологическая безопасность, информационно-психологическое воздействие, масс-медиа, Интернет.

Varyvoda K.S.

Pereyaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Scovoroda

**INFORMATION-PSYCHOLOGICAL SECURITY OF TEENS
IN CONDITIONS OF MODERN SOCIOCULTURAL CHANGES IN UKRAINE****Summary**

In conditions of modern sociocultural transformations in Ukraine are extremely importance is the issues of information-psychological security of the younger generation. The article are explored the problems of essence of personal information-psychological security. Teen's information-psychological security threat are analyzed. It is noted that the effective maintenance of teens information-psychological safety requires of teachers and parents in this regard to comply with the requirements of unity and cooperation. It analyses the measures to ensure the information security of teenagers: legal, technical and programmatic, organizational and educational, moral and ethical, mental and health protection.

Keywords: teens, information-psychological security, information-psychological influences, mass media, Internet.

УДК 159.923.2

ПРОБЛЕМА САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ У КОНТЕКСТІ ГУМАНІСТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Видолоб Н.О.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Гуманістична психологія зорієнтована на внутрішній стан людини. Людина намагається зрозуміти своє призначення у світі, опанувати межі можливого свого «Я», з'ясувати суть існування і водночас перебувати в гармонії зі світом. Проблема формування самооцінки особистості у контексті гуманістичного осмислення дійсності є актуальною. Людина нехтує принципами людяності та толерантності у процесі задоволення своїх матеріальних потреб. Самооцінка особистості – оцінка людиною самої себе, своїх можливостей, керуючись загальноприйнятою у суспільстві системою цінностей. Основоположник гуманістичної психології А. Маслоу розглядав самооцінку крізь призму реалізації ієрархії потреб. Самоактуалізація є вершиною цих потреб. Внутрішня сутність людини виражається через самооцінку, яка є відображенням істинної суті особистості. Поведінка зумовлюється самооцінкою, виражає справжню суть «Я» (К. Роджерс). Людина отримує більше радості у житті, якщо буде оцінювати виключно свої риси і вчинки, а не турбуватися щодо оцінки свого так званого «Я» (А. Елліс).

Ключові слова: гуманізм, гуманістична психологія, потреби, особистість, становлення особистості, самооцінка.

Постановка проблеми. Сучасне суспільство характеризується інформатизованими, віртуалізованими, глобалізованими процесами розвитку, у ході якого людина зі своїми потребами, не рідко, залишається осторонь, або не встигає адаптуватися, соціалізуватися у швидкоплинному мінливому соціальному просторі. Вона постійно перебуває у пошуку себе і свого місця у світі: матеріальному, духовному, соціальному, і намагається як і гармонізуватися зі світом, так і підлаштувати цей світ під свою систему цінностей. Це неможливо здійснити без оцінки свого «Я», своїх бажань, потреб і водночас власних зусиль – самооцінки. Без самооцінки неможлива реалізація пізнавальної та світоглядної функції життєдіяльності людини у суспільстві, самоствердження та самореалізація. Самооцінка є водночас відображенням норм і цінностей як таких, які домінують у суспільстві на певному етапі розвитку, так і тих, що складають внутрішній духовний світ особистості.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Нині актуальною є проблема формування самооцінки особистості у контексті гуманістичного осмислення дійсності, оскільки людина у процесі забезпечення матеріальних потреб часто нехтує принципами людяності, толерантності. Самооцінка особистості – оцінка людиною самої себе, своїх можливостей, керуючись загальноприйнятою у суспільстві системою цінностей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Про актуальність цієї проблематики свідчать ряд наукових праць останніх років у галузі психології Г. Дьяконова, С. Кондратьєвої, Л. Михайлюк, О. Паркулаб. Низка сучасних вітчизняних досліджень присвячена аналізу та особливостям формування самооцінки у дітей різного шкільного віку та розгляду феномену самооцінки у контексті професійного становлення. У цьому психологічному науково-дослідному напрямі працюють О. Александрова, Н. Білоусова, М. Заміщак, Л. Король, О. Кривоногова, Р. Кулаков, Н. Левус, С. Максименко, І. Меліхова, К. Нечипоренко, Д. Отич, С. Пащенко, М. Пирлик, О. Сідоров, О. Столярчук, О. Хижняк та інші.

Метою статті є висвітлення проблеми самооцінки особистості в контексті гуманістичної психології.

Виклад основного матеріалу. У процесі пізнання самооцінка відіграє важливу роль, виступає потребою в самореалізації, самостверженні, ідентифікації людини у соціумі, без неї неможливе розуміння свого місця і призначення у світі. Самооцінка тісно пов'язана з думками, переконаннями і оцінкою особистості інших людей. Під впливом зовнішніх оцінок значною мірою формується як самооцінка, так і зумовлюється характер поведінки та соціальної активності. Від самооцінки залежать соціальні та особистісні ролі, зумовлені статусами й ранговими позиціями, рівень мобільності. У професійній сфері від рівня самооцінки залежать і характер діяльності: від кар'єристського до пристосованського, від генератора ідей до виконавця чужих ідей; у сім'ї: від авторитарності до егалітарності, у спілкуванні з людьми: від товариствськості до самотності тощо.

Однак, людина не завжди адекватно оцінює себе та свої можливості. Часто ми зустрічаємося з заниженою або завищеною самооцінкою, і що цікаво, у різних ситуаціях одна і та ж людина проявляє себе по-різному, залежно від оточення, від володіння інформацією, від об'єктивності сприйняття тощо. Самооцінка може бути неадекватною – надмірно завищеною або занадто заниженою, або адекватною – коли індивід критично ставиться до себе і до оточення, реально оцінює свої можливості і шанси, успіхи та перемоги, ставить досяжні цілі й досягає їх, реально співвідносить свої норми зі встановленими спільнотою, оформленими культурою, перебуває у постійному пошуку реального бачення себе, без занадто великої переоцінки, але і без зайвої критичності щодо своєї соціальної та індивідуальної активності у процесах спілкування, поведінки, діяльності тощо. Однак, неадекватна самооцінка – від занадто заниженої до надмірно завищеної – породжує необ'єктивне уявлення та розуміння себе, ідеалізований, або, навпаки, недооцінений образ власної особистості, нераціональне використання своїх можливостей, ірраці-

ональне сприйняття дійсності. У будь-якому випадку, чи то завищена чи занижена самооцінка, порушується процес саморегуляції, спотворюється самоконтроль, підвищується рівень конфліктності у процесі спілкування. За умови завищеної самооцінки конфлікти виникають через зневажливе ставлення до інших людей, нетерпимість до думок та переконань, прояви зарозумілості; заниженої – через надмірну критичність інших людей, вимогливість до себе і ще більшої вимогливості до інших, зосередження на помилках і недоліках інших.

Формування самооцінки залежить значною мірою від суми думок, оцінок інших людей та власних реальних успіхів, досягнень у процесі життєдіяльності людини поділених на рівень вимог, які людина висуває до себе.

Першим, хто ввів поняття «самооцінка», «образ самого себе» у структуру особистості, був В. Джеймс. У праці «Психологія» він запропонував власну теорію особистості, яка справила значний вплив на формування уявлень і розвиток подальших вчень про структуру особистості [6]. Його ідеї були підхоплені і розвинені такими психологами, як А. Адлер, К. Роджерс, Е. Фромм, Е. Еріксон та ін.

В. Джеймс визначив, що самооцінка є двох видів: самовдоволення і невдоволення собою. Учений звертає увагу на «самолюбство», яке він відносить не до різновиду самооцінки, а до різновиду вчинків, оскільки це здебільшого дія, а не почуття. Він добирає ряд синонімів для кращого розуміння різновидів самооцінки. На визначення завищеної – це гордість, самовдоволення, суєтність, хваління самого себе, зарозумілість, марнославство; заниженої – скромність, плазування, збентеження, невпевненість, сором, приниження, каяття, усвідомлення власної ганьби і відчай.

В. Джеймс звернув особливу увагу на такий фактор формування самооцінки, як почуття задоволення. Кожна людина має відносно постійну середню межу самопочуття, яка абсолютно не залежить від її об'єктивних умов стану задоволення чи незадоволення. Тому, людина, яка потрапляє у несприятливі умови життя, може перебувати у непорушному стані самовдоволення і, навпаки, коли людина, яка своїми вчинками зумовила загальну повагу і успіх, відчуває недовіру до своїх власних сил. Дійсно В. Джеймс має рацію, людина з високим рівнем самооцінки, потрапивши в курйозну ситуацію при співвідношенні власних можливостей і зовнішніх обставин, не буде сумніватися у своїх можливостях, а причиною такої ситуації визнає якісь зовнішні обставини, їй більшою мірою притаманний екстернальний локус контролю, а людина з низьким рівнем самооцінки виставляє абсолют досконалості на середину межу, і усвідомлює недосяжність цієї межі, а відтак і занижує оцінку своїх можливостей.

Утім, В. Джеймс, визначив, що нормальним збудником самопочуття для людини є її сприятливе або несприятливе становище в світі – її успіх або поразка. Людина, як емпірична особистість має широкі межі, за допомогою власних сил завжди досягає успіху. Особистість з високим становищем у суспільстві, забезпечена матеріально, оточена друзями, користується повагою, не буде схильна піддаватися страшним сумнівам,

чи ставитися до своїх сил з тією недовірою, з якою вона ставилася до них в юності. А людина, яка зазнала кілька невдач одну за одною, падає духом на половині життєвої дороги, переймається болючою невпевненістю у собі і відступає навіть тоді, коли обставини, що складаються, зовсім не перевершують її можливостей. Однак вона не вірить в свої сили, через низьку самооцінку [6].

Американський психолог, один з основоположників гуманістичної теорії А. Маслоу розглядав самооцінку крізь призму реалізації ієрархії потреб, на вершині якої знаходиться самоактуалізація. Самоактуалізацію та самовираження вважав головними характеристиками особистості. А. Маслоу виокремив два види потреб: інстинктивні та мотивуючі й презентував ієрархію потреб:

- фізіологічні потреби;
- потреби у безпеці та захисті;
- потреби у приналежності та любові;
- потреби в самоповазі;
- потреби в самоактуалізації, або потреби особистого вдосконалення [1].

Існує вісім шляхів самоактуалізації, за А. Маслоу. По-перше, самоактуалізація означає повне, живе і безкорисливе переживання з повним зосередженням і зануренням. Це момент, коли «Я» реалізує себе.

По-друге, людина завжди перебуває у стані вибору: йти вперед чи відступити, збрехати чи сказати правду, поступитися чи настояти на своєму тощо, і кожен вибір характеризується або просуванням вперед, або відступом. Самоактуалізація означає вибір з цих можливостей можливості зростання. Це рух самоактуалізації.

По-третє, А. Маслоу стверджує, що людина це не «tabularasa» і не піддатливий віск, вона володіє певним мінімумом, який зумовлює можливість розкриття «Я»: визначений темперамент, визначений біохімічний баланс тощо. Однак більшість прислухається не до себе, свого голосу, а до голосу авторитету (матері, батька, керівника, влади тощо).

По-четверте, величезний крок до само актуалізації це самовідповідальність.

По-п'яте, людина не може зробити хороший життєвий вибір, поки не буде прислуховуватися до себе, до власного «Я», кожної миті свого життя, допоки не зможе спокійно сказати: «Ні, це мені не подобається». На цьому рівні самоактуалізації ндивід повинен уміти висловлювати чесну думку, бути незалежним від інших, бути готовим до незалежної від оточуючих позиції.

По-шосте, людина завжди хоче бути настільки хорошою, наскільки вона може бути. «Самоактуалізація – це не тільки кінцевий стан, але також процес актуалізації своїх можливостей. Це, наприклад, розвиток розумових здібностей за допомогою інтелектуальних занять. Тут самоактуалізація означає реалізацію своїх потенційних здібностей. Самоактуалізація – це обов'язково вчинення чогось незвичайного; це може бути, наприклад, проходження через важкий період підготовки до реалізації своїх здібностей. Самоактуалізацією може бути вправа пальців на клавіатурі піаніно. Самоактуалізація – це праця заради того, щоб зробити добре те, що людина хоче зробити. Стати другорядним лікарем – це не дуже вдалий шлях до само актуалізації».

По-сьоме, відчуття вищих переживань, це миті радості, задоволення від себе, від можливості проходження певного шляху для досягнення мети.

По-восьме, знаходження самого себе, свого місця у світі, свого призначення, своєї «сродності», свого «Я» [1].

К. Роджерс досліджуючи структуру «Я», приходить до висновку, що внутрішня сутність людини, її замість, виражається через самооцінку, яка є відображенням істинної суті особистості, її «Я». Він звертає увагу на той факт, що самооцінка скеровує напрям активності ще з дитинства, вибір кола спілкування, майбутньої професії і т.п. У старшому шкільному віці відбувається усвідомлювати себе, своїх «хочу» і «можу», ціннісна світоглядна компонента реалізується через усвідомлену оцінку себе. У тому випадку, коли поведінка зумовлюється самооцінкою, вона виражає справжню суть особистості і приносить задоволення собою та зовнішній успіх [2].

Цікавими з точки зору проблематики самооцінки є погляди Е. Фромма. Він наголошує на тому, що «людина – єдина істота, для якого власне існування є проблемою, яку вона повинна вирішити і якої вона не може уникнути. Вона не може повернутися до людського стану гармонії з природою, вона повинна розвивати свій розум доки не стане господарем природи і господарем самої себе» [4]. Е. Фромм звертає увагу на той факт, що людині притаманний розум, який спонукає людину до розвитку у природному світі, причому творити свій суцільний і належний світ, у якому прагне існувати гармонійно. У процесі пізнання відкриваються нові перспективи розвитку. «У людини немає природженого «прагнення до прогресу»; суперечливість її існування – ось що змушує людину продовжувати шлях, на який вона ступила. Втративши рай, єдність з природою, вона стала вічним мандрівником (Одісей, Едіп, Авраам, Фауст); вона змушена йти вперед і вічно намагатися зробити невідоме відомим, заповнюючи прогалини у своєму знанні. Повинна звітувати собі про себе і про сенс свого існування» [4, с. 54]. Людина, за Е. Фроммом самотня і водночас пов'язана з іншими людьми. Вона самотня тією мірою, якою усвідомлює свою унікальність, однак не може жити відособлено від інших, відтак і щаслива вона тоді, коли залежна від солідарності з ближніми, пов'язана з минулими і наступними поколіннями.

Існування людини у світі супроводжується екзистенційними протиріччями, на які вона реагує по-різному: може підкоритися пануючим ідеологіям, нормам та цінностям й інтеріоризуватися, а може, навпаки, від свого внутрішнього неспокою, занурюючись у справи чи задоволення. Може розчинити своє «Я» у зовнішньому світі, відчувати себе частиною єдиного цілого, а може потрапити у стан тотального відчаю і самотності. Тому Е. Фромм наголошував на тому, що людина повинна прийняти на себе відповідальність за себе і визнати, що тільки власними зусиллями вона може надати сенс своєму життю. Слід пам'ятати, що пошук сенсу існування можливий лише в неспокої. Природа людини така, що вона завжди намагається розширити коло своєї знань про себе і світ, місце, сенс і призна-

чення у її світі. Характерною особливістю людини є те, що виразною рушійною силою її активності є сукупність її пристрасностей і потягів, які виходять за межі інстинктивності. Вона прагне до дружби, до любові, до влади, створення нового та до руйнування того, що не сприймає, ризикує своїм життям заради політичних, релігійних, гуманістичних ідеалів.

Однак людина є ще й біологічною істотою з потребою забезпечення свого організму заради існування, а відтак перебуває в стані екзистенційної дихотомії: тілесного і духовного «Я». Духовне «Я» потребує в системі орієнтації (норми, цінності) і поклонінні, яку саме створює і водночас регламентує у своїй поведінці і діяльності, у самоствердженні. Потреба в системі орієнтації і поклонінні властива усім людям, однак не всі однаково на неї реагують. «Зріла, плідна, розумна особистість вибере систему, що дозволяє їй бути зрілою, плідною і розумною. Особистість, розвиток якої було заблоковано, змушена звернутися до примітивних та ірраціональних систем, які в свою чергу продовжують і посилюють її залежність та ірраціональність. Така особистість залишається на тому рівні, якому людство, в особі його кращих представників вже минуло тисячі років тому» [4, с. 60].

Усвідомлення людиною себе Е. Фромм розглядає крізь призму совісті. Він розрізняє два види совісті: авторитарна та гуманістична. Авторитарною совістю є голос інтеріоризованого зовнішнього авторитету (батьків, старшого брата, вчителя, тренера, духовного наставника, президента тощо, тобто людини, яка має авторитет). Однак, якщо ставлення людини до авторитету є суто зовнішнім, і реакція на певну активність не перебуває у морально-етичній площині, а лише регулюється страхом покарання чи бажанням визнання та винагороди – це не совість. Страх покарання батьків, непорозуміння друзів, виключення з певного колективу тощо, тобто страх перед релігійними, політичними, етичними формальними і неформальними санкціями, які можуть бути запроваджені авторитетом. Совість – це внутрішній контроль і регулятор поведінки людини, це щось більше і вагомніше за почуття страху перед зовнішніми авторитетами. Совість, як духовний стан, який людина переживає тільки особистісно у внутрішніх вимірах морально-етичних імперативів.

Совість більш ефективніший регулятор поведінки людини, ніж страх перед зовнішніми авторитетами тому, що від неї людина не може дистанціювати фізично і морально – неможливо утекти від себе. Приписи авторитарної совісті не є внутрішнім духовним особистісним продуктом, вони нав'язані ззовні – авторитетами. І тому оцінка їм не надається, вона загальноприйнята. Чистою совістю буде тоді, коли авторитет (зовнішній та інтеріоризований) задоволений і, навпаки, коли авторитет не задоволений – совість нечиста. Чиста совість супроводжується почуттями безпеки та задоволення, бо людина має схвалення авторитету, а нечиста перебуває у стані страху, занепокоєння і ненадійності.

Другий різновид совісті – гуманістична. Вона, на відміну від авторитарної, не передбачає голову інтеріоризованого авторитету. Це внутрішній

голос «Я», який притаманний кожному, але певною мірою, і не залежить від зовнішньої системи заохочень і заборон, від культурних, політичних, побутових приписів. Гуманістична совість – це реакція всієї внутрішньої духовної складової людини на сукупність проявів існування. Це внутрішній особистісний голос контролю, не спричинений жодними зовнішніми чинниками, який схвалює належні і засуджує неналежні почуття, думки, дії. Гуманістична совість є не тільки виразом справжнього «Я», вона складає суть морального досвіду людини. У ній зібрані знання про цілі життя, принципи, якими керується людина у своїх думках і діях, згідно яких формується оцінка зовнішнього світу, оточуючих та самооцінка. Е. Фромм визначає мету гуманістичної совісті. Вона полягає у плідності життя, а відтак і щасті. Якщо людина стає інструментом у руках інших, вона відчуває непримирення зі своїм внутрішнім світом, пригнічення, що призводить до порушення власної цілісності і належного функціонування особистості не тільки в мисленні та поведінці, а й в задоволенні таких потреб, як їжі, сексу, діє проти свого внутрішнього голосу – своєї совісті [4].

А. Елліс у своїй праці «Гуманістична психотерапія. Рационально-емоційний підхід» розмірковує про біологічну основу ірраціональності людини, робить спробу звільнити людину від руйнівної складової людського розуму – відчуття провини, що відкрити шлях до особистого задоволення і прийняття людиною себе. На його думку, оцінка людиною себе щодо буття або існування є логічним вирішенням проблеми самоцінності. «Якщо людині необхідно оцінити себе, свою значимість, то краще їй виходити з такої надійної норми, як її життя чи існування. Тоді вона може відповідно до цієї норми цілком виправдано вирішити: «Я хороша не тому, що я дуже успішно роблю щось, і не тому, що деякі люди хвалять мене, а просто тому, що я живу, що я існую». Коли людина приймає свою позитивність як людини з точки зору існування або свого життя, очевидно, вона приймає себе практично в усіх проявах, яких може бути протягом життя. Згідно з цією нормою, вона не зуміє знайти позитивність тільки у тому разі, якщо помре» [5, с. 26].

А. Елліс зазначає, що при відсутності будь-якої самооцінки або вимірювання сили «Его» людина не переймається питаннями: «Хто я?», «Яка моя ідентичність?», «У чому я цінна?», вона швидше запитає: «Які мої характерні риси?»,

«Від яких учинків я отримую задоволення?», «Як я можу поліпшити свої деякі риси, щоб продовжувати жити і максимально отримувати задоволення?». Зі своїми клієнтами він практикує: навчити їх не оцінювати себе, не вимірювати своїх якостей, не грати в «его-ігри», а вирішити проблему власної цінності. Тобто людина має визначити себе позитивно по відношенню до свого існування і життя. Навчитися мислити за формулою: я живу, і я хороший, тому, що я живу.

Однак, якщо людина хоче вирішити проблему цінності, то їй краще уникати оцінювання себе взагалі. Тобто людина не хороша і не погана, вона така, як вона є. Вона існує, володіє певними навиками і здібностями, талантами тощо, але не повинна переходити від оцінювання цих можливостей і здібностей до оцінки себе. «Тоді, виключаючи самооцінку, ведення его-ігри суперництва за «позитивність» з іншими людьми, ви можете запитати себе «Чого я насправді хочу в житті?» І можете спробувати знайти ці заняття і отримати від них задоволення» [5, с. 32].

Рационально-емоційна терапія А. Елліса пропонує два підходи до самооцінки: «грубий» і «тонкий». Зміст першого розкривається через примус клієнта до віри в те, що він – хороший і значущий як особистість, а не тому, що вмів справно щось робити. Другий підхід пропонує усвідомити людині, що у неї немає потреби оцінювати себе і свою значимість. Треба прийняти мислено лише факт існування, і що жити і отримувати задоволення краще ніж померти чи відчувати біль. Людина отримує більше радості у житті, якщо буде оцінювати виключно свої риси і вчинки, а не турбуватися щодо оцінки свого так званого «Я». Якщо людина буде толерантною до інших людей, включаючи себе, і перестане оцінювати їх за загальними шаблонами, у неї проявиться філософське вирішення проблеми особистісної цінності і, тоді вона зможе по-справжньому прийняти себе, а не оцінювати, розглядати себе не як хорошу чи погану людину, а як особистість з вдалими і невдалими рисами. Саме тоді можливе справжнє прийняття своєї людської сутності, а відтак, перестане вимагати досконалості і від інших [5].

Висновки і пропозиції. Розглянувши ідеї окремих представників гуманістичної психології та психотерапії, можна підсумувати: самооцінка відносно буття і існування природного, духовного, соціального є логічним вирішенням проблеми самоцінності.

Список літератури:

1. Маслоу А. Мотивация и личность [Электронный ресурс] / Маслоу А.; [Перевод А. М. Татлыбаевой]. – 1970; спб.: Евразия / 1999. – Терминологическая правка В. Данченко. – К.: PSYLIB, 2004. – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/masla01/index.htm>
2. Роджерс Карл. О становлении личностью. Психотерапия глазами психотерапевта. [электронный ресурс] / Карл Роджерс; [Перевод М. М. Исениной]. – М.: «Прогресс», 1994. – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/roger01/index.htm>
3. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Гуманистическая, трансперсональная и экзистенциальная психология. К. Роджерс, А. Маслоу и Р. Мэй [Текст] / – спб.: Прайм-Евроснак, 2007. – 221 с.
4. Фромм Эрих. Человек для себя. Исследование психологических проблем этики / Фромм Эрих. – [перевод с английского. Л. А. Чернышевой]. – Минск: «Коллегиум» – 1992. – 253 с.
5. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход / Альберт Эллис. – СПб.: Изд-во Сова; М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 272 с.
6. James W. Psychology: Briefer Course. – N.Y.: H.Holt&Co, 1893.

Выдолоб Н.А.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ПРОБЛЕМА САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация

Гуманистическая психология ориентирована на внутреннее состояние человека. Человек пытается понять свое предназначение в мире, овладеть пределы возможного своего «Я», выяснить суть существования и одновременно находиться в гармонии с миром. Проблема формирования самооценки личности в контексте гуманистического осмысления действительности является актуальной. Человек пренебрегает принципами человечности и толерантности в процессе удовлетворения своих материальных потребностей. Самооценка личности – оценка человеком самого себя, своих возможностей, руководствуясь общепринятой в обществе системой ценностей. Основоположник гуманистической психологии А. Маслоу рассматривал самооценку через призму реализации иерархии потребностей. Самоактуализация является вершиной этих потребностей. Внутренняя сущность человека выражается через самооценку, которая является отражением истинной сути личности. Поведение обусловлено самооценкой, выражает истинную суть «Я» (К. Роджерс). Человек получит больше радости в жизни, если оценивать исключительно свои черты и поступки, а не беспокоиться по оценке своего так называемого «Я» (А. Еллис).

Ключевые слова: гуманизм, гуманистическая психология, потребности, личность, становление личности, самооценка.

Vydolob N.A.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Scovoroda

PROBLEM OF SELF-IDENTITY IN THE CONTEXT HUMANISTIC PSYCHOLOGY

Summary

Humanistic psychology is focused on internal state. Man tries to understand his purpose in the world to master the possible limits of his «I», to find out the essence of existence and at the same time be in harmony with the world. The problem of the formation of self-identity in the context of humanistic understanding of reality to date is important. Man ignores the principles of humanity and tolerance in the satisfaction of their material needs. Self-identity is assessment of himself, his capabilities, guided by a common system of values in society. A founder of humanistic psychology Maslow considered self-esteem through the prism of its hierarchy of needs. Self-actualization is the top of these needs. The inner essence of man expressed through self-assessment, which is a reflection of the true essence of the individual. The behavior is caused by self-assessment, which expresses the true nature of «I» (K. Rogers). Man will get more joy in life, if only to assess their traits and behavior, and not worry about his assessment of the so-called «I» (A. Ellis).

Keywords: humanism, humanist psychology, needs, personality, identity formation, self-identity.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СВІДОМОГО ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ

Вісн В.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті висвітлено проблему підготовки молоді до здійснення свідомого вибору професії. Розкрито сутність понять вибір та професійний вибір. Особливу увагу приділено аналізу явища професійної готовності як фактору і як результату здійснюваних виборів. Виділені основні властивості професійного вибору підлітків через розкриття особливої чутливості даного вікового етапу до процесів соціального, професійного і особистісного самовизначення. Окреслено основні напрямки психологічного супроводу свідомого вибору професії підростаючою особистістю.

Ключові слова: вибір професії, екзистенціальний вибір, особистісний вибір, професійне самовизначення, підлітковий вік.

Постановка проблеми. У наш час, коли інформаційний потік повідомлень, що стосуються шляхів працевлаштування, а саме вибору навчального закладу для продовження навчання, тимчасової й сезонної зайнятості, гуртків і секцій, у яких можна розвинути свої здібності, великий і розрізнений, і підліткові, який прагне продовжити свою освіту, стає все важче зробити свій вибір.

Професійний вибір особистості доводиться на один з найскладніших соціально-біологічних періодів в житті людини. Він пов'язаний із зміною соціальних ролей, з переходом від однієї системи залежності, пов'язаної з дитячим віком, до іншої, що частково характеризує вже дорослу людину, з необхідністю прогнозу відповідності власних можливостей вимогам обраної професії, а також із пубертатними зрушеннями тощо. Всі ці чинники пред'являють особливі вимоги до механізмів адаптації особистості для забезпечення можливості успішно подолати різного роду «психічні перевантаження».

Усвідомлений вибір професії впливає на подальше життя, зумовлює успішність самореалізації, соціалізації, кар'єрного й професійного росту. Необхідність організації ефективного професійного консультування, спрямованого на допомогу підліткові в усвідомленому виборі професії, що відповідає суспільним і особистісним вимогам, робить цю проблему актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальні методологічні проблеми профорієнтації висвітлені в працях А.В. Ботякової, А.Е. Голомштока, Л.А. Йовайши, Є.А. Клімова, П.А. Шавіра та інших. Питання соціально-професійного самовизначення, соціально-психологічної готовності учнів до свідомого вибору професії та організації їх професійної орієнтації висвітлено в працях Г. Балла, М. Гінзбурга, Н. Григор'євої, Є. Головахи, В. Кавецького, О. Коротун, В. Матвієвського, Л. Мігіної, О. Носкова, М. Пряжнікова, Б. Федоришина та інших.

Проблема формування професійних інтересів і намірів, мотивів вибору професії у підлітковому та юнацькому віці знайшла відображення в роботах М.А. Весни, В.Д. Вітініна, А.Л. Михащенко, М.В. Ретівих, В.Л. Савіних, Б.А. Федоришина, М.С. Янцура і ряду інших. В ході аналізу праць вказаних вчених було виявлено, що ними переважно піднімалися питання взаємозв'язку

психофізіологічних особливостей і професійних намірів людини у вирішенні питання профпридатності. Однак проблема розвитку професійного вибору підлітків та їх готовності здійснити адекватний професійний вибір у науковій літературі залишається висвітленою недостатньо. Особливо гостро сьогодні на практиці стоїть питання надання психологічної допомоги сучасним підліткам у їх професійному самовизначенні.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. В останні роки у вітчизняних дослідженнях професійного самовизначення можна умовно виділити два основні напрями. Перший напрям пов'язаний в основному з дослідженням вікових особливостей розвитку школярів. Ці дослідження зводять дану проблему до аналізу підготовки випускників школи до вибору професії і самого акту вибору. З одного боку, процес професійного самовизначення дуже тривалий і не завершується вибором професії.

З іншого боку, результати експериментальних досліджень показують, що багато випускників загальноосвітньої школи вибирають професію без достатньої на те підстави, важко мотивуючи свій вибір. Цей вибір в підлітковому віці може бути здійснений під впливом інтересу, який виник випадково, або зовнішніх обставин, під впливом батьків і, що дуже часто зустрічається, може бути актом наслідування однолітків. Навіть в тому випадку, коли вибір професії мотивований, успішність професійного самовизначення не може бути до кінця гарантована.

У межах другого напрямку у вітчизняній літературі неодноразово обговорювалися результати експериментальних досліджень залежності професійного самовизначення від таких чинників як характер взаємин учнів один з одним і з вчителями (на стадії формування професійних намірів), специфіка дидактичної системи професійного навчання (на стадії підготовки до обраної професійної діяльності), характер вимог, що пред'являються до працівника, особливості сфери міжособистісних відносин на виробництві (на стадії входження в професію). Разом з тим існує гострий недолік в дослідженнях, що складають цілісну картину впливу різних чинників на здійснення професійного вибору на всіх стадіях професійного становлення особистості, і, що головне, практичних доробок у плані його психологічного супроводу.

Мета статті полягає в обґрунтуванні поняття професійного вибору, аналізу його психологічного змісту у підлітковому віці та окресленні основних шляхів його психологічного супроводу.

Виклад основного матеріалу. Вдале професійне самовизначення особистості, на думку А.А. Марушкевича, передбачає її соціально-психологічну готовність до сприйняття, усвідомлення й реалізації професійних задумів, значною мірою залежить від її інтересів, бажань, ставлення до оточуючого світу, вимог, які формують внутрішню позицію, що впливає на вироблення в неї позитивного ставлення до праці, духовних і матеріальних цінностей, потреби в набутті цілеспрямованого досвіду професійної діяльності та бажання планувати своє майбутнє [8].

У психологічному словнику чіткого визначення вибору ми не знаходимо [9]. Аналіз закордонних та вітчизняних досліджень з проблеми вибору дозволив виявити, що під вибором розуміється вирішення невизначеності на різних рівнях людської діяльності в умовах множинності альтернатив [3; 5; 6; 7].

Поняття вибір розглядається у співвідношенні з іншими поняттями, перш за все з вибором професії. Так, *вибір професії* – це «правильність і придатність вибору професії з урахуванням індивідуальних здібностей, якостей людини і вимог спеціальності» [9, с. 260].

Вибір, що здійснюється в процесі професійного самовизначення, вслід за Д.О. Леонтьєвим сучасні дослідники позначають як особистісний або екзистенціальний вибір, оскільки варіанти професійної кар'єри у великому місті настільки різноманітні, що потрібна спеціальна робота свідомості лише для того, аби сформулювати набір альтернатив, що будуть братися до уваги, не кажучи про сам вибір [5; 6; 7]. Старшокласник дуже часто не знає чого він хоче, ким би хотів бути. Знання про велику кількість професій не робить їх автоматично альтернативами для професійного самовизначення. Реальними альтернативами вони постають лише тоді, коли набувають для випускника певного сенсу, тобто вписуються ним в контекст його життєвого шляху. З цієї точки зору, процес побудови альтернатив є, в сутності, процесом знаходження їхнього сенсу для суб'єкта самовизначення [5; 14].

Вибір професії, на думку Г. Юрчинської, зумовлений індивідуальною ієрархією факторів, серед яких треба зазначити фактор професійної готовності оптанта. Саме явище професійної готовності потребує ґрунтового і глибокого вивчення, так як є і фактором, і результатом здійснюваних виборів [14].

Готовність – це активно-діючий стан особистості, що відображає зміст поставлених перед нею завдань й умови майбутнього їх вирішення й виступає умовою успішного виконання будь-якої діяльності. Вивченню стану готовності до діяльності велика увага приділена в роботах М.І. Дьяченко, Л.А. Кандилович, В.А. Пономаренко та ін.

Виникнення стану готовності до діяльності починається з постановки мети на основі потреб і мотивів (або усвідомлення людиною поставленого їй завдання). Далі йде розробка плану, настанов, моделей, схем майбутніх дій. Потім людина приступає до втілення готовності, що сформува-

ся, у предметних діях, застосовує певні засоби й способи діяльності, порівнює хід виконуваної роботи і її проміжні результати з наміченою метою, вносить корективи. У формуванні стану готовності вирішальну роль грає те, що вона пов'язана з різними сторонами особистості. Поза реально існуючими зв'язками з іншими характеристиками психічної діяльності стан готовності втрачає свій зміст.

Стан готовності має складну динамічну структуру. Виділяють наступні компоненти готовності до діяльності:

- мотиваційний (відповідальність за рішення завдання);
- орієнтаційний (знання й уявлення про особливості і умови діяльності, її вимоги до особистості);
- операціональний (володіння способами й прийомами діяльності, необхідними знаннями, навичками, уміннями й ін.);
- вольовий (самоконтроль, уміння керувати діями, з яких складається виконання обов'язків);
- оцінний (оцінка своєї підготовленості) [за 1].

Достатня виразність цих компонентів – показник високого рівня готовності учня, його активності, самостійності в процесі діяльності.

Соціальне становище підростаючої особистості неоднорідне. Підлітство та юність – завершальний етап первинної соціалізації. Більшість юнаків і дівчат іще навчаються, їхня участь у продуктивній праці розглядається не стільки під кутом зору її економічної ефективності, скільки з позиції виховної цінності. Діяльність і рольова структура особистості на цьому етапі набувають нових, дорослих якостей. Головне завдання цього віку – вибір професії. Загальна освіта доповнюється тепер соціальною, професійною. Уже після закінчення 9-го класу учні роблять соціальний вибір – продовжувати навчання у середній школі чи піти до ПТУ.

Як показали дослідження, підліток намагається передбачити своє майбутнє, не замислюючись над засобами його досягнення. Його образи майбутнього вирізняються тим, що вони орієнтовані на результат, а не на процес розвитку: підліток може дуже жваво, в деталях, уявляти своє майбутнє становище в суспільстві, не задумуючись над тим, що для цього треба зробити.

У віковій психології професійне самовизначення, яке базується на здійсненні професійного вибору, здебільшого ділять на ряд етапів, тривалість яких, звісно, варіюється [4].

Перший етап – дитяча гра, під час якої дитина «приміряє» на себе різноманітні професійні ролі та «програє» окремі елементи пов'язаної з ними поведінки. До речі, у деяких особистостей цей, притаманний віковій дитинства етап може залишатися поруч із іншими до пізнього юнацького віку.

Другий етап – підліткова фантазія, коли підліток бачить себе у мріях представником тієї чи іншої привабливої для нього професії.

Третій етап, що охоплює весь підлітковий та більшу частину юнацького віку, – попередній вибір професії. Різні види діяльності сортуються й оцінюються спершу під кутом зору інтересів підлітка («Я люблю історичні романи, мабуть, стану істориком»), потім у площині його здібностей («У мене добре з математикою, чи не зайнятись нею?») і, нарешті, з огляду на його систему цінностей («Я хочу допомагати хворим людям, то

стану лікарем»; «Хочу багато заробляти. Яку би вибрати професію?»).

Ясна річ, що інтереси, здібності, цінності проявляються, хоч би й неявно, на будь-якій стадії вибору, вони диференціюються і консолідуються, відбувається боротьба мотивів.

Четвертий етап – практичне ухвалення рішення, власне вибір професії, криє в собі два головні компоненти: визначення рівня кваліфікації майбутньої праці, обсягу й тривалості необхідної підготовки до нього; вибір конкретної спеціальності. Послідовність цих виборів може бути різною. Дієвчина може спочатку визначити сферу діяльності («Хочу працювати в медицині»), а потім рівень її кваліфікації (бути лікарем, фельдшером чи медсестрою), або навпаки – спочатку вибрати рівень, а потім уже фах («Буду вступати до вузу, але ще не знаю, до якого»). Фактично, із соціологічних даних, другий шлях рішуче переважає; орієнтація на вступ до вузу формується значно скоріше, ніж вириває вибір конкретної спеціальності [4].

За переконанням Г. Юрчинської, спроможність особистості дорозбудови альтернатив і критеріїв їхнього порівняння залежить від дії механізму сенсоутворювальних мотивів [14]. Вказаний механізм якісно функціонує, якщо сформована професійна готовність як цілісне, інтегроване психологічне утворення. Емпірично побудована типологія вказує, що оптанті – учні випускного класу – потребують психологічного супроводу професійного самовизначення залежно від індивідуальної ієрархії компонентів професійної готовності.

Головне у формуванні мотиваційної сфери школярів не в тому, щоб вони формально оволоділи моральними цінностями, укладеними у вимогах суспільства, нормах і правилах поведінки й т.п., а в усвідомленні цих вимог, норм і правил, утворенні на їхній основі індивідуальної переконаності, що забезпечує соціальну активність, діяльну позицію кожного школяра стосовно свого майбутнього. Отже, тільки наявність сформованої потреби в оволодінні конкретно предметною діяльністю, конкретним видом праці робить вибір професії мотивованим і утворює механізм свідомого вибору професії [11].

В організації й здійсненні профорієнтаційної роботи з підготовки учнів підліткового віку до професійного самовизначення повинна проявлятися велика гнучкість, оскільки в умовах ринку праці їм ніхто не гарантує оплачувану роботу протягом усього трудового життя, тим більше, пов'язану з однією і тією ж професією. Виходячи з цього, одним з основних завдань професійної орієнтації повинно бути сприяння розвитку у школярів таких якостей, як здатність до професійного вдосконалення, готовність переключатися з однієї діяльності на іншу, тобто бути професійно й соціально мобільними.

Головна мета профорієнтації – створити такі умови для усвідомленого вибору професії, які здатні викликати до життя творчі сили самої особистості підлітка, дати їй простір для саморозвитку та самореалізації. Тобто, профорієнтація повинна виступати засобом активізації професійного самовизначення школярів, актуалізації її внутрішніх резервів і можливостей, створення умов для формування у них здатності до самостійного й усвідомленого вибору професії, самореалізації у

майбутній професійній діяльності. Необхідно, щоб кожний випускник школи мав реальний план вибору професії і був готовий у максимальній мірі віддати суспільству свій творчий потенціал. Майбутня професійна еліта нашої держави сьогодні в школі, а не серед незайнятого населення. Прилаштувати чи зайняти молоду людину працею можна, але розумно розпорядитися її творчим потенціалом, зростити професіоналів без професійної орієнтації, як вважають вчені, неможливо [13].

Свідоме ставлення до вибору професії, на думку М.В. Вачевського, передбачає дійовий підхід до професійного самовизначення [3]. Це означає, що знання та уміння учні повинні застосовувати в пізнавально-практичній діяльності, керуватися ними, що, в кінцевому підсумку, повинно привести до обґрунтованого вибору професії. Таким чином, свідоме ставлення до вибору професії – це мотивована спрямованість особистості на:

- усвідомлення соціального та особистого значення вибору професії;
- оволодіння системними профорієнтаційними знаннями;
- активні способи підготовки до майбутньої праці і практична апробація своїх можливостей;
- самовиховання професійно важливих якостей [2].

У профорієнтаційній роботі з підлітками провідним завданням виступає актуалізація прагнень, схильностей особистості до вироблення рефлексивної самооцінки власного інтелектуального потенціалу, що співвідноситься з реальними вимогами трудової діяльності.

Психотехнологіями профорієнтації зі старшокласниками передбачено формування соціальної зрілості, позитивного ставлення до праці.

Організація самостійного і відповідального вибору професії учнівською молоддю потребує психологічних технологій, що розробляються на основі тематично-укомплектованого психодіагностичного інструментарію.

Завдання системи неперервної профорієнтаційної роботи не тільки зорієнтувати учнів підліткового віку у виборі професії, але і допомогти дорослим перекваліфікуватися й обрати таку професію, в якій би реалізувалися мрії дитинства, підліткові захоплення, творчий потенціал старшокласника [12].

Висновки і пропозиції. Вибір в процесі професійного самовизначення відноситься до типу особистісних виборів і залежить від професійної готовності оптанта. Поняття *вибір професії* у довідниковій літературі трактують як правильність і придатність вибору професії з урахуванням індивідуальних здібностей, якостей людини і вимог спеціальності.

Огляд психологічної літератури дозволив встановити здатність особистості підліткового віку здійснювати професійний вибір. До того ж, саме у цей період онтогенезу можна говорити про появу у підростаючої особистості усвідомлення необхідності здійснення того чи іншого вибору, відповідальності за власний вибір та бажання досягти життєвої компетентності.

Професійна орієнтація учнів була й залишається важливим завданням школи. Свідоме ставлення до вибору професії полягає у вмотивованій спрямованості особистості на усвідом-

лення соціального та особистого значення вибору професії; оволодіння системними профорієнтаційними знаннями; активні способи підготовки до майбутньої праці і практична апробація своїх можливостей та самовиховання професійно важливих якостей.

Список літератури:

1. Бодров В. А. Психология профессиональной пригодности [Учебное пособие для вузов] / В. А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2001. – 511 с.
2. Вачевський М. В. Підготовка молоді до вибору професії в сучасних умовах / М. В. Вачевський // Молодь і ринок. – № 1. – 2002. – С. 72-75.
3. Исаева О. М. Особенности личного выбора в ранней юности / О. М. Исаева // Право на детство. Материалы международной научно-практической конференции. – Н. Новгород, 2006. – С. 10-15.
4. Кон И. С. Междисциплинарные исследования. Социология. Психология. Сексология. Антропология. Текст / Кон И. С. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 605 с.
5. Леонтьев Д. А. Выбор как деятельность: личностные детерминанты и возможности формирования / Д. А. Леонтьев, Н. В. Пилипко // Вопросы психологии. – 1995. – № 1. – С. 97-110.
6. Леонтьев Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов будущего / Д. А. Леонтьев, Е. В. Шелобанова // Вопросы психологии. – 2001. – № 1. – С. 57-65.
7. Магазева Е. А. Технологии психологического сопровождения профессионально-личностного становления обучающихся в учреждениях СПО / Е. А. Магазева // Материалы IV Всероссийского съезда психологов образования России. – М.: «Федерация психологов образования России», 2008. – С. 477-479.
8. Марушкевич А. А. Проблеми профорієнтації та професійного вибору випускників сучасних шкіл / А. А. Марушкевич // Вісник Запорізького національного університету. – Пед. науки. – 2011. – № 1. – С. 208-211.
9. Мещеряков Б. Большой психологический словарь / Сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 672 с.
10. Митина Л. М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях / Л. М. Митина // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С. 28-38.
11. Павлютенков Е. М. Формирование мотивов выбора профессии [Текст] / Е. М. Павлютенков. – Киев: Рад. школа, 2008. – 309 с.
12. Профориєнтаційна робота психолога / [Упоряд. Т. Гончаренко]. – К.: Шк. Світ, 2007. – 128 с.
13. Соловйова Л. Система профориєнтаційної роботи в школі / Л. Соловйова // Професійна діагностика / Упорядник Т. Гончаренко. – К.: Ред. загальнопед. газ., 2005. – 120 с.
14. Юрчинська Г. Професійна готовність опитанта як фактор екзистенціального вибору / Г. Юрчинська // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія: – 2014. – Вип. 1. – С. 95-98.

Винс В.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СОЗНАТЕЛЬНОГО ВЫБОРА ПРОФЕССИИ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Аннотация

В статье освещена проблема подготовки молодежи к осуществлению сознательного выбора профессии. Раскрыта сущность понятий выбор и профессиональный выбор. Особое внимание уделено анализу явления профессиональной готовности как фактора и как результата осуществляемых выборов. Выделены основные свойства профессионального выбора подростков через раскрытие особой сенситивности данного возрастного этапа к процессам социального, профессионального и личного самоопределения. Определены основные направления психологического сопровождения сознательного выбора профессии подрастающей личности.

Ключевые слова: выбор, выбор профессии, экзистенциальный выбор, личностный выбор, профессиональное самоопределение, подростковый возраст.

Vins V.A.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda

PSYCHOLOGICAL MAINTENANCE OF CONSCIOUS CHOICE OF PROFESSION OF MODERN TEENAGERS

Summary

The problem of preparation of youth for implementation of conscious choice of profession is covered explained in the article. The essence of concepts the choice and the professional choice is opened. The special attention is paid to the analysis of the phenomenon of professional readiness as factor and as result of the carried-out elections. The main properties of the professional choice of teenagers through disclosure of special sensitivity of this age stage to processes of social, professional and personal self-determination are marked out. The main directions of psychological maintenance of conscious choice of profession of the growing-up personality are defined.

Keywords: choice, choice of profession, existential choice, personal choice, professional self-determination, teenage age.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕНЬ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Вінс В.А., Стариченко О.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди

У статті розглянуто проблему соціально-психологічних особливостей розвитку мотивації досягнень дітей молодшого шкільного віку. Розкрито зміст понять мотивація, соціальна мотивація, психологічна мотивація, мотивація досягнень, мотивація уникнення невдач, навчальна мотивація. Визначені відмінні характеристики мотиву досягнення успіху і мотиву уникнення невдач, а також специфіка формування цих мотивів. Проаналізовано соціальні та психологічні особливості навчальної мотивації учнів початкової школи та їх класифікація. Сформульовано основні завдання розвитку мотивації досягнення у молодших школярів.

Ключові слова: мотив, соціальна мотивація, психологічна мотивація, навчальна мотивація, мотивація досягнень, мотив досягнення успіху, мотив уникнення невдач, молодший шкільний вік.

Постановка проблеми. Зміни економічних, соціальних та культурних умов існування, що відбуваються в Україні, зумовлюють перегляд життєвих принципів та цінностей кожної людини, потребу у вихованні нового активного, цілеспрямованого молодого покоління. У зв'язку з цим, освітянський простір приділяє значну увагу соціально-психологічним особливостям розвитку мотивації досягнень серед учнів різного віку. Особливо актуальним це завдання є щодо молодшого шкільного віку, коли провідною діяльністю стає навчання.

Важливість вивчення мотивів навчання є загально визнаною, і тому існує значна кількість відповідних досліджень. Мотивація навчання за значущістю є другим після здібностей фактором, який визначає рівень досягнень.

Незважаючи на всі витрачені зусилля педагогів, психологів, які зазвичай призводять до очевидного позитивного результату у навчальній та виховній роботі, доводиться стикатися з дітьми, які не вміють домагатися поставлених цілей, пасують перед труднощами, не вірять в успіх, навіть тоді, коли ймовірність його висока. Очевидно, що проблему мотивації, зокрема формування спрямованості особистості на досягнення успіху, слід розглядати ширше, не обмежуючись питаннями тільки навчальної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У світовій психолого-педагогічній літературі мотивацію досягнень розглядають як внутрішній стан людини, який спонукає її до дії (Х. Хекхаузен). Стернберг, котрий довгий час вивчав можливість прогнозу успіху в різного роду діяльності (навчальної, професійної), за допомогою тестів інтелекту дійшов до висновку, що рівень мотивації є кращим предиктором успіху, ніж інтелект.

Аналіз психологічних досліджень, які проводились ще на теренах Рядянського Союзу свідчать, що інтереси та установки, емоційні реакції на невдачу, уявлення індивіда про себе пов'язані і визначають досягнення (А. Анастасі та С. Урбіно).

Проблему мотивації на феноменологічному рівні досліджували С. Рубінштейн, О. Леонтьєв, Л. Божович, Л. Венгер, Г. Костюк, П. Якобсон, Х. Хекхаузен, С. Ільїн, С. Максименко, М. Матюхіна, А. Маркова, Т. Гордєєва, М. Боришевський. Шляхи підвищення мотивації представлено у роботах В. Семиченко, Ю. Швалба, Гулеватого.

В сучасній українській психології проблему мотивації досягнень вивчали як психологічні детермінанти навчальної успішності молодших школярів (В. Волошина); як засіб підвищення знань учнів (М. Воронка); з огляду на формування у дитини емоційно-позитивного ставлення до навчання (Н. Ібряшкіна). Пізнавальний мотив досліджували М. Бардишевська, Н. Ганошенко, Ю. Гільбух, В. Юркевич, К. Рамонова, Є. Смірнова, А. Сорокіна, Г. Щукіна та ін.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз наукової літератури показав, що проблема мотивації досягнень є актуальною, що існує велика кількість конкуруючих теорій. Цілий ряд теоретичних та емпіричних досліджень виконані досить давно і часто носять неоднозначний, а нерідко і суперечливий характер. Не до кінця з'ясованим залишається місце мотивів учіння серед інших психологічних і соціально-педагогічних детермінант, динаміка розвитку різних категорій мотивів упродовж початкової ланки школи та її вплив на навчальну успішність молодшого школяра.

Мета написання статті полягає у теоретичному обґрунтуванні особливостей розвитку мотивації досягнень у молодшому шкільному віці та окресленні основних завдань з розвитку мотивації досягнення учнів.

Виклад основного матеріалу. Як відомо, мотив – це спонукання до діяльності, пов'язане із задоволенням потреби суб'єкта. Мотивація – це сукупність причин психологічного характеру, що пояснюють поведінку людини, спрямованість і активність цієї поведінки.

Чітка класифікація мотивів наведена Л.М. Фрідманом. По відношенню до діяльності мотиви поділяються на:

1. Зовнішні (не пов'язані із самою діяльністю).
2. Внутрішні (безпосередньо пов'язані із діяльністю).

Зовнішні, в свою чергу, поділяються на:

- а) суспільні;
- б) особистісні.

Внутрішні поділяються на:

- а) процесуальні;
- б) результативні;
- в) мотиви саморозвитку [7, с. 60].

Мотивація досягнення проявляється у прагненні суб'єкта докладати зусилля і домагатися

можливо кращих результатів в області, яку він вважає важливою. В якості діяльності досягнення можуть виступати інтелектуальна, спортивна, трудова діяльність, а також діяльність, спрямована на виховання дитини, допомога іншим або набуття будь-яких соціальних умінь. Однак найбільш дослідженою залишається мотивація досягнення в галузі вирішення інтелектуальних завдань [8, с. 105].

У загальному вигляді проблема мотивації навчання є проблемою причин, які наперед визначають різні форми виявлення активності тих, хто навчається (Н. Морозова, О. Краковський, В. Горбачова, Є. Шестакова).

А.К. Маркова поділяє мотиви навчання на дві великі групи:

1. Пізнавальні мотиви;
2. Соціальні мотиви.

Ці мотиви можуть забезпечити мотивацію досягнення, яка полягає у прагненні до успіху. До широких соціальних мотивів може бути віднесено також бажання добре підготуватися до обраної професії [4, с. 233].

Мотив досягнення як стійка характеристика особистості вперше був виділений Г. Мюрреєм і розумівся як стійке прагнення зробити щось швидко і добре, досягти певного рівня в якій-небудь справі. У процесі подальших досліджень цього мотиву такими вченими як Д. Мак-Клелланд і Х. Хекхаузен були виявлені дві незалежні мотиваційні тенденції: прагнення до успіху і прагнення уникнути невдачі. Мотив досягнення в даному випадку показує, наскільки людина прагне до підвищення рівня своїх можливостей. Г. Мюррей запропонував, поряд з переліком органічних потреб, список вторинних (психогенних) потреб, що виникають на базі інстинктоподібних потягів в результаті виховання і навчання. Це – потреби досягнення успіху, афіліація, агресія, потреби незалежності, протидії, поваги, приниження, захисту, домінування, залучення уваги, уникнення шкідливих впливів, уникнення невдач, заступництва, порядку, ігри, неприйняття, осмислення, сексуальних відносин, допомоги, взаєморозуміння [6, с. 9].

Дані досліджень, присвячених вивченню мотивації людської діяльності, а також дані досліджень особистості показують, що успішність людської діяльності визначається трьома факторами: силою мотивації (прагненням до успіху), наявністю в ціннісній системі людини цінностей досягнення, а також освоєнням необхідних навичок і вмінь.

У людини є два різних мотиви, функціонально пов'язаних з діяльністю, спрямованою на досягнення успіху. Це – мотив досягнення успіху і мотив уникнення невдачі. Доля людини і його положення в суспільстві багато в чому залежать від того, домінує у нього мотивація досягнення успіху або мотивація уникнення невдач. Помічено, що люди, у яких сильніше виражено прагнення до досягнення успіхів досягають в житті більшого, ніж ті, у кого воно виражене слабо. Н. Конюхов визначає мотивацію досягнення як вироблений у психіці механізм досягнення, що діє за формулою: мотив «жага успіху» – активність – мета – «досягнення успіху» [3, с. 50].

Тенденція прагнути до успіху розуміється як сила, яка викликає у індивідуума дії, які, як він очікує, приведуть до успіху. Ця тенденція про-

являється в напрямку, інтенсивності та наполегливості діяльності. Вона створюється наступними факторами: особистісним – мотивом, або потребою досягнення, і двома ситуаційними – очікуванням, або суб'єктивною ймовірністю успіху, і що спонукає цінністю успіху.

Тенденція уникати невдачі розуміється як сила, що переважає у індивіда виконання дій, які, як він очікує, приведуть до невдачі. Тенденція уникати невдачі виявляється в тому, що людина прагне вийти з ситуації, що містить загрозу невдачі. Ця тенденція створюється особистісним фактором – мотивом уникнення і ситуаційним – очікуванням, або суб'єктивною ймовірністю невдачі [1, с. 208].

Мотив досягнення відображає потребу особистості усіма доступними засобами уникнути невдачі і досягти бажаного результату. Мотивація уникнення невдачі розглядається як вироблений у психіці механізм уникнення помилок, невдач, нерідко будь-якими шляхами і засобами. Для особистості, з переважанням мотивації уникнення невдач, головне не допустити помилки, уникнути невдачі, навіть ціною сильної трансформації початкової, головної мети, її повного або часткового недосягнення [2, с. 96]. Рівень мотивації досягнення у майбутньому має дуже важливе значення, бо успіх у будь-якій діяльності залежить не лише від здібностей і знань, а й від мотивації.

Теорія Дж. Аткинсона припускає, що всі володіють одночасно і мотивом досягнення, і мотивом уникнення. Тому в ситуації вибору у людини виникає конфлікт між тенденцією прагнути до успіху, яка викликає дії, що ведуть до успіху, і тенденцією уникнути невдачі, яка пригнічує дії, що ведуть до невдачі. Так само, як і в моделі Ескалоне, Фестінгера і К. Левіна, тут передбачається, що цей конфлікт вирішується алгебраїчно у вигляді результуючої тенденції.

Таким чином, під мотивацією досягнення розуміється мотивація, спрямована на якомога краще виконання будь-якого виду діяльності, орієнтованої на досягнення певного результату, до якого може бути застосований критерій успішності.

У молодшому шкільному віці мотивація досягнення формується, закріплюється й стає стійкою рисою особистості. Побожування невдач – характерна риса високо тривожної дитини, це побожування в них домінує над бажанням досягти успіху. Високо тривожні учні емоційно гостріше реагують на повідомлення про невдачу, вони гірше працюють в стресових ситуаціях чи умовах дефіциту часу, відведеного на вирішення завдань [5, с. 64].

Проаналізувавши соціальні та психологічні особливості навчальної мотивації учнів початкової школи було виявлено, що мотиви молодшого школяра нестійкі, перебувають у стадії формування [9, с. 41]. Проте навчальні мотиви, які закладаються в цьому віці, можуть зберігатися протягом усього шкільного навчання.

Потреба в досягненні успіхів не є вродженою, вона починає формуватися з дошкільного віку. Підтримка дорослими таких якостей, як цілеспрямованість, самостійність, впевненість, дозволяють швидко розвивати мотивацію в цьому напрямку. Якщо ж дорослі, мають авторитет у дитини, схильні більше критикувати і карати за промахи, ніж звертати увагу на успіхи і хвалити,

то у такої дитини буде переважати мотив уникнення невдачі.

У молодшому шкільному віці мотивація досягнень формується саме в процесі становлення дитини школярем. Мотивація уникнення невдач у молодшого школяра зумовлена, в основному, розбіжністю в оцінках вчителя і оцінках, очікуваних батьками. При значному розходженні оцінок вчителя і батьків у дитини з'являється відчуття невпевненості в своїх силах, що призводить до зниження результатів навчання. Навпаки, при зближенні оцінок вчителя і батьків у дитини формується адекватна або трохи завищена самооцінка, що сприяє самостійності і впевненості в собі.

Знання дитиною своїх здібностей впливає на очікування нею успіху. Коли в класі є весь діапазон здібностей, тільки учні з середніми здібностями будуть дуже сильно мотивовані на досягнення і уникнення невдачі. Ні в дуже кмітливих, ні в малоздібних школярів не буде сильної мотивації, пов'язаної з досягненням, оскільки ситуація змагання буде здаватися або «занадто легкою», або «дуже важкою».

Для формування повноцінної навчальної мотивації молодших школярів вчителю особливо важливо забезпечити такі умови:

- збагачувати зміст навчального матеріалу особистісно-орієнтованим цікавим матеріалом;
- утверджувати справді гуманне ставлення до всіх учнів, бачити в дитині особистість;
- задовольняти потреби дитини у спілкуванні з учителем та однокласниками під час навчання;
- збагачувати мислення інтелектуальними почуттями;
- формувати допитливість і пізнавальний інтерес;
- формувати адекватну самооцінку своїх можливостей;
- утверджувати прагнення до саморозвитку, самовдосконалення;
- виховувати відповідальне ставлення до навчальної праці, зміцнювати почуття обов'язку.

Тож головним завданням розвитку мотивації досягнення у молодших школярів є формування в особистості позитивної мотиваційної спрямованості з високим рівнем потреби в досягненні успіху.

Успіх в навчанні досягають ті школярі, чия мотивація сильна, стійка, а не ситуативна, ви-

никає у зв'язку з конкретним уроком або зумовлена інтересом, ступенем складності завдання та зовнішніх факторів. За джерелом появи вона викликана самою навчальною діяльністю; процесом навчання та очікуваними результатами, а також потребами у самореалізації через включення в пізнавальну діяльність. По спрямованості вона орієнтована на досягнення позитивного результату і процес самої навчальної діяльності.

Висновки і пропозиції. На сьогоднішній день в психології немає єдиної думки щодо сутності феномену мотивації досягнень. Мотивація є пояснювальним конструктом, який використовується для опису причин поведінки людей, її спрямованості і механізмів здійснення.

Поняття навчальної мотивації вчені трактують як процес дії мотивів, що виражає спрямованість особистості активного засвоєння змісту освіти, визначає її діяльність і формується в процесі виховання. Навчальні мотиви молодшого школяра нестійкі, перебувають у стадії формування.

Під мотивацією досягнень розуміють сукупність потреб і мотивів, які стимулюють людину прагнути до досягнення цілей у всіх сферах життєдіяльності, а під поняттям уникнення невдач розуміється спрямованість особистості не на перемогу, а на відсутність поразки.

У молодшому шкільному віці мотивація досягнень формується саме в процесі становлення дитини школярем. Мотивація уникнення невдач у молодшого школяра зумовлена, в основному, розбіжністю в оцінках вчителя і оцінках, очікуваних батьками. При значному розходженні оцінок вчителя і батьків у дитини з'являється відчуття невпевненості в своїх силах, що призводить до зниження результатів навчання. Навпаки, при зближенні оцінок вчителя і батьків у дитини формується адекватна або трохи завищена самооцінка, що сприяє самостійності і впевненості в собі.

Складність дослідження мотивації зумовлена тим, що учень спонукається до учіння комплексом мотивів, які не лише збагачуються взаємно, але й протистоять один одному. Мотивація формується, змінюється і перебудовується в процесі діяльності. Тому перед педагогами сучасної школи стоїть досить важливе завдання знайти нові шляхи формування позитивної мотивації школярів до здійснення учбової діяльності.

Список літератури:

1. Вікова і педагогічна психологія: Навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 2-ге вид. – К.: Каравела, 2008. – 400 с.
2. Занюк С. Мотивація та саморегуляція учня / С. Занюк. – К.: Главник, 2004. – 96 с.
3. Кириленко В. Формування та корекція мотивації учіння молодших школярів / В. Кириленко // Початкова школа. – 2007. – № 12. – С. 50-53.
4. Маркова А. К. Формування мотивації навчання: Книга для вчителя / А. К. Маркова. – М., 2003. – 320 с.
5. Молчанова Л. Познательная мотивация в учебной деятельности младших школьников / Л. Молчанова // Учитель. – 2005. – № 1. – С.64-68.
6. Нартова О. Изучение и формирование мотивации учащихся / О. Нартова // Воспитание школьников. – 2008. – № 3. – С. 9-14.
7. Психология детства. Учебник / Под редакцией члена-корреспондента РАО А. А. Реана. – СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003. – 360 с.
8. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения / Х. Хекхаузен. – СПб.: Речь, 2001. – 420 с.
9. Юдина Н. О. Особливості дослідження мотивації навчання учнів молодшої школи / Н. О. Юдина // Обдарована дитина. – 2006. – № 9. – 41-61 с.

Винс В.А., Стариченко О.А.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация

В статье рассмотрена проблема социально-психологических особенностей развития мотивации достижений детей младшего школьного возраста. Раскрыто содержание понятий мотивация, социальная мотивация, психологическая мотивация, мотивация достижений, мотивация избегания неудач, учебная мотивация. Определены отличительные характеристики мотивов достижения успехов и избегания неудач, а также специфика формирования указанных мотивов. Проанализированы социальные и психологические особенности учебной мотивации учащихся начальной школы и их классификация. Сформулированы основные задания развития мотивации достижений у младших школьников.

Ключевые слова: мотив, социальная мотивация, психологическая мотивация, учебная мотивация, мотивация достижений, мотив достижения успехов, мотив избегания неудач, младший школьный возраст.

Vins V.A., Starychenko O.A.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

THAT PROBLEM OF SOCIAL-PSYCHOLOGIC SPECIALITIES OF DEVELOPING MOTIVATION OF DECISIONS FOR CHILDREN

Summary

In this article the problem of social and psychological features of motivation development for younger schoolchildren is explained. The concept of social motivation, psychological motivation, motivation of achievements, motivation of failures avoiding and educational motivation are opened there. Distinctive characteristics of motives of achievement of progress and avoiding of failures, and also specifics of formation of the specified motives are defined. Social and psychological features of educational motivation of pupils of elementary school and their classification are analysed. The main tasks of the development of achievements motivation for younger school students are formulated.

Keywords: motive, social motivation, psychological motivation, educational motivation, motivation of achievements, motive of achievement of progress, motive of avoiding of failures, younger school age.

БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ**Воловик Л.М., Ковальська К.В., Бондаренко Р.І.**Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Досліджено теоретичні питання безпеки життя і здоров'я населення в умовах глобалізації, схарактеризовано особливості безпечної життєдіяльності людини як одну з пріоритетних сучасних проблем суспільства. Обґрунтовано важливість виконання розробленої ще в 90-х роках ХХ століття спеціалістами ООН стратегічної Концепції сталого розвитку людства на ХХІ століття. Проаналізовано сучасні глобальні проблеми людства (голод, зубожіння, безробіття, хвороби, різного роду війни, інфекційні захворювання та інше) та окреслені можливі шляхи їх вирішення.

Ключові слова: безпека життєдіяльності, сталий розвиток, глобалізація, глобальні проблеми, здоров'я населення, світова спільнота.

Постановка проблеми. Процес сталого розвитку людства тісно пов'язаний з питанням безпеки життя і здоров'я людини. В сучасний період ця проблема постає надзвичайно гостро. Вона є однією із пріоритетних у діяльності світової спільноти в умовах глобалізації в усіх сферах життєдіяльності населення: матеріально-виробничій, побутовій, соціально-політичній та культурно-духовній.

Незважаючи на різний рівень соціально-економічного розвитку країн, якість життя населення, глобальні проблеми людства торкаються всіх без виключення держав світу.

Спеціалістами ООН ще на початку 90-х років ХХ століття розроблена стратегічна Концепція сталого розвитку людської спільноти, так званий Порядок денний на ХХІ століття. Ця Концепція містить нову парадигму безпеки людей, в якій акцентує увагу на тому, що глобальні проблеми людства (голод, зубожіння, безробіття, хвороби, різного роду війни, інфекційні захворювання та інше) можна вирішити лише шляхом організованої взаємодії населення всієї планети й урядів усіх держав [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сучасному науковому рівні, про забезпечення безпеки людини, першим вказав польський натураліст В. Ястшембовський. Він опублікував роботу «Риси ергономіки» (1857 р.), розуміючи під цим науку про безпеку праці, в якій пріоритет надавався машинам, не враховуючи психіку людини-працівника, оператора. Він вважав, що коли машини, механізми, техніка стануть безпечними, то і людина, працівник (оператор) будуть у цілковитій безпечності. Але крім технічної сторони потрібно враховувати і психічний стан людини – людський чинник, який може часто змінюватися в залежності від ситуації на що вказував відомий російський вчений В.М. Бехтерев, який став засновником ергології – вчення про психічні аспекти безпеки людини в її різних сферах діяльності, передусім у виробничій.

Слід зазначити, що приблизно в цей же період розвитку суспільства – у 1865 році виникла наука екологія (гр. ейкос – місце життя, гр. логос – вчення), що вивчає проблеми взаємодії живих та неживих об'єктів, людини та суспільства з природою, їх взаємовпливи одне на одного, проблеми безпечної життєдіяльності людини, суспільства у природі. Ці дві галузі знання – екологія та безпе-

ка життєдіяльності людини дуже тісно пов'язані, оскільки мають спільні об'єкти дослідження – людина, природа (біосфера), результати їх взаємодії. Основним об'єктом вивчення є людина та її безпека в залежності від різноманітних чинників, і перед усім, які вона сама і створює: антропогенні, техногенні, соціально-політичні – штучні, а також і природні.

У ХІХ ст. інтенсивно розвивається промисловість і з'являється плеяда вчених, які займалися проблемами безпеки, в тому числі при роботі на виробництві. В. Л. Кирпичов (1845–1913) – перший ректор ХПІ, який увів у інституті курс «Техніка безпеки». Фізіолог І.М. Сеченов науково обґрунтував допустиму тривалість робочого дня, показав роль нервової системи у процесі праці. Професор МДУ Ф. Ф. Ерісман займався питаннями гігієни праці.

Російський учений, професор А. А. Прес (1857–1930) став автором першої капітальної праці з техніки безпеки.

В.М. Бехтерев став засновником ергології – сучасного вчення про психічні основи трудової діяльності (психологія праці). Істотного розвитку ергономіка набула в працях радянських вчених у 20-30 х рр. ХХ ст. В 1921 р. на першій Всеросійській конференції з наукової організації праці і виробництва, якою керував академік В.М. Бехтерев, була обґрунтована необхідність створення ергономіки, як системи досліджень трудової діяльності людини для забезпечення її ефективності.

Важливою проблемою безпечної життєдіяльності є професійний відбір або професійна орієнтація, про що йшла мова ще у 1921 році на Барселонській міжнародній конференції з безпеки праці. Тут були затверджені два терміни – професійний відбір та професійна орієнтація. В професійній орієнтації головним елементом є людина з її індивідуальними психо-фізіологічними особливостями, яку орієнтують на певну професію, для якої підбирається професія і у якій вона виявить найкращі результати.

Д. П. Нікольський, В. А. Левицький, А. А. Скочинський, С. Ж. Каплун та низка інших учених внесли помітний вклад у розвиток науки про безпеку. Проблема безпечного розвитку техносфери присвячені праці академіка В. А. Легазова. За останні десятиліття цією проблемою займаються ініціатори утворення цього напрямку, російські вчені С. В. Белов та О. Н. Русак, укра-

їнські вчені – В. М. Заплатинський, О. І. Запорожець, А. В. Русаловський, Б. М. Кортік, С. Є. Селіванов, В. С. Джигирей, В. І. Жидецький, Л. Д. Пляцук, Л. А. Гладкая, І. П. Пістун, Г. В. Іванов, Г. М. Крикунов та інші [11].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Стратегічна Концепція сталого розвитку людства на XXI століття передбачає створення умов для безпечного існування як кожної окремої людини сучасності, так і наступних поколінь. Вона значною мірою є продовженням концепції ноосфери, сформульованої В.І. Вернадським ще в першій половині XX століття. В Концепції акцентується увага на обов'язковій узгодженості економічного, екологічного та людського розвитку таким чином, щоб від покоління до покоління не погіршувалися якість та безпека життя людей, стан навколишнього середовища й відбувався соціальний прогрес, який визнає потреби кожної людини.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є: дослідження теоретичних і практичних питань безпеки життя і здоров'я населення в умовах глобалізації, характеристика особливостей безпечної життєдіяльності людини як однієї з пріоритетних сучасних проблем суспільства. Обґрунтування важливості виконання розробленої ще в 90-х роках XX століття спеціалістами ООН стратегічної Концепції сталого розвитку людства на XXI століття. Аналіз сучасних глобальних проблем людства та можливих шляхів їх вирішення.

Виклад основного матеріалу. Концепція сталого розвитку з питань безпеки життєдіяльності людини передбачає декілька основних напрямів.

1. Безпека життєдіяльності населення країни світу забезпечується не військовим озброєнням, а довготривалим процесом сталого розвитку людини, який оцінюється індексом людського розвитку (ІЛР). Індекс людського розвитку характеризується такими показниками: - економічним – реальний прибуток, (дохід) на душу населення за паритетом купівельної спроможності; - соціальним – рівень освіченості населення та середня тривалість життя; - екологічним – узагальнений показник стану довкілля.

Нормування ІЛР перебуває в діапазоні від 0 до 1. Відповідно до такої нормованої форми найгірші значення ІЛР відповідатимуть числовим значенням, близьким до 0, а найкращі – наблизитимуть ці значення до 1, тобто $0 < \text{ІЛР} < 1$.

Організація Об'єднаних Націй випустила черговий щорічний звіт про розвиток людського потенціалу «Індекс людського розвитку». В 2015 році Україна в ньому посіла 81-е місце з майже 200 країн. У 2014 році вона займала 83 позицію. А найкращим місцем для життя, знову, як і в минулому році, стала Норвегія. Вона вже у 12-й раз за чверть століття досліджень очолює цей список.

До лідерів також увійшли Австралія, Швейцарія, Данія, Нідерланди, Ірландія, Німеччина, США, Канада та Сінгапур. Польща опинилася на 36 місці, Росія та Білорусь – на 50, Румунія – на 52, Молдова на – 107. А знизу рейтингу перебувають Центральнаафриканська республіка, Еритрея, Чад, Бурунді і на останньому місці – Нігер [7].

2. Безпека життя і здоров'я людини повинна розглядатися як компонент розвитку матеріально-виробничої, соціально-політичної, культурно-

духовної та побутової сфер життя суспільства. XX століття, на думку фахівців ООН, стало показовим для сучасної цивілізації. Людський розвиток за цей період відбувався надзвичайно швидко. Країни, які розвиваються, перевершили у три рази темпи розвитку промисловорозвинуті країни. У 3,7 разу зросла чисельність населення Планети. Тривалість життя збільшилась від 50-ти до 67-ми років, смертність дітей зменшилась. Значно доступнішою стала освіта. Нині на планеті 83,4% освічених людей. Поліпшилося харчування населення планети. Якщо у 60-х роках XX століття близько 60% людей були на межі виживання, то вже на початку XXI ст. у таких умовах перебувало лише 28% населення планети. За рівнем соціального виміру (Ісв) Україна займає 72-ге місце (Ісв = 0,554) [7].

3 Відчуття безпеки для більшості людей асоціюється переважно з повсякденними проблемами (харчування, тепло, стабільність, одяг, медичне обслуговування, робота, зарплата, освіта та інше). Розвиток світової економіки за умов сучасного рівня науково-технічного прогресу (НТП) спроможні забезпечити населення планети продуктами харчування, енергією, соціальними виплатами, охороною здоров'я та навколишнього середовища тощо. А це є оцінкою зрілості суспільства кожної країни.

4. Безпека людини є загальною категорією, яка характеризує забезпечення життєдіяльності людини будь-якої країни. Глобальна загроза безпеці людей виникає внаслідок того, що національні катастрофи, як правило, виходять за межі державних кордонів. Нині жодна країна не може ізолюватися від цілого світу, тобто глобальна стабільність усієї біосфери залежить від цілісності біологічних і фізичних природних систем кожної країни, її здатності захищати своє навколишнє середовище. ООН у рамках цільових програм координує сама та спрямовує зусилля світового співтовариства на вирішення зазначених проблем [12].

Людина стоїть у центрі сучасних проблем безпеки життєдіяльності. Її діяльність зумовлює виникнення різного роду небезпек і, як наслідок, – людина разом з іншими живими організмами стає жертвою цих небезпек. Отже, людина одночасно є причиною і наслідком кризових ситуацій, які виникають у різних куточках світу.

Ще однією проблемою безпеки життєдіяльності людини в сучасних умовах є охорона психічного здоров'я. Погіршена екологічна ситуація внаслідок хронічної токсичної дії на організм, і в першу чергу на людський мозок, що є найбільш чутливим і вразливим, призводить до стійких порушень психічного стану. Катастрофічне поширення пияцтва й алкоголізму негативно впливає на стан здоров'я, продуктивність виробничих сил і економіку держави. Поширюється наркоманія і токсикоманія, в першу чергу серед підлітків. Поступово зростає не лише кількість нещасних випадків, а й кількість великих аварій та катастроф, що у свою чергу призводить до значних матеріальних утрат та людських жертв.

Викликає занепокоєння вичерпування ресурсів потенційно небезпечних об'єктів, підвищене зношування основних виробничих фондів, несприятливий глобальні тенденції розвитку природних стихійних явищ та процесів.

Проаналізувавши причинно-наслідкові зв'язки подій, що виникають у світі, можна дійти висновку, що головною причиною всіх негараздів є сама людина та її непродумана соціально небезпечна діяльність.

Вчення В.І. Вернадського про ноосферу виявилось необхідною платформою для напрацювання триєдиної концепції сталого еколого-соціально-економічного розвитку. Узагальнення цієї концепції були зроблені всесвітніми самітами ООН у 1992 та 2002 роках, за участю понад 180 країн світу, багатьох міжнародних організацій та провідних учених. Таким чином, нова концепція системно поєднала три головні компоненти сталого розвитку суспільства: економічну, природоохоронну і соціальну.

Суть економічного підходу полягає в оптимальному використанні обмежених ресурсів та застосуванні природо-, енерго- і матеріалозберігаючих технологій для створення матеріальних і духовних благ населенню, який би забезпечував принаймні збереження (не зменшення) сукупного капіталу (фізичного природного, або людського), з використанням якого цей сукупний дохід створюється. Перехід до науково-інформаційного суспільства призводить до зміни структури сукупного капіталу на користь людського, збільшуючи нематеріальні потоки фінансів, інформації та інтелектуальної власності. Нині ці потоки перевищують обсяги переміщення матеріальних товарів.

Розвиток сучасної економіки стимулюється не лише дефіцитом природно-ресурсного потенціалу, а й наростанням обсягів інформації та знань, що набувають значення затребуваного товару.

З точки зору екології, сталий розвиток в умовах глобалізації має забезпечити цілісність природних систем і ландшафтів, їх життєздатність, від чого залежить глобальна стабільність усієї біосфери. Важливе значення набуває здатність таких систем самооновлюватися й адаптуватися до різноманітних змін, замість збереження в певному статичному стані або деградації та втрати біологічної різноманітності.

Соціальна складова орієнтована на збереження цілісності і стабільності суспільних і культурних систем, на зменшення кількості конфліктів у суспільстві. Людський чинник має стати визначальним. Саме людина повинна брати участь у процесах формування своєї життєдіяльності, прийнятті й реалізації рішень, контролю за їх виконанням. Важливе значення для забезпечення цих умов має справедливий розподіл благ між людьми, толерантність у стосунках між ними, збереження культурних цінностей, насамперед історико-культурної спадщини.

Узгодження та збалансування цих трьох складових є завданням складним. Зокрема, взаємний зв'язок соціальної та екологічної складових призводить до необхідності збереження однакових прав нинішніх і майбутніх поколінь на використання природних ресурсів. Взаємодія соціальної та економічної складових вимагає досягнення справедливості при розподілі матеріальних благ між людьми й надання цілеспрямованої допомоги і підтримки бідним прошаркам суспільства. І, нарешті, взаємозв'язок природоохоронної та економічної складових потребує вартісної оцінки техногенних впливів на довкілля. Вирішення цих завдань є головним сучасним викликом для урядів, міжнародних організацій та всієї світової спільноти [7].

Висновки. Безпечна життєдіяльність населення Планети неможлива без підготовки людини до активної участі у забезпеченні тривалого повноцінного життя в суспільстві, що динамічно змінюється. Успіх цього задуму можливий лише за умови усвідомлення кожною людиною, що безпека її власного життя і безпека всього людства полягає у формуванні чітких світоглядних засад. Бо від знань людини, її ефективних дій, правильності рішень, моральних принципів залежить, чи вдасться вберегти життя на Землі. Саме розвиток усіх ланок освіти з питань безпеки людини надасть кожній людині можливість зрозуміти важливість свого гармонійного існування в навколишньому середовищі, а також навчить приймати правильні рішення в умовах виникнення різного роду небезпек.

Список літератури:

1. Безпека людини у життєвому середовищі / За редакцією В. І. Голінько. – Дніпропетровськ, НГУ, 2008. – 192 с.
2. Безпека людини у надзвичайних ситуаціях / За редакцією В. І. Голінько. – Дніпропетровськ, НГУ, 2008. – 161 с.
3. Безпека життєдіяльності (забезпечення соціальної, техногенної та природної безпеки): Навч. посібник / В. В. Бегун, І. М. Науменко – К.: 2004. – 328 с.
4. Березуцький В. В., Васильковець Л. А., Вершиніна Н. П. та ін. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник / За ред. проф. В. В. Березуцького. – Х.: Факт, 2005. – 348 с.
5. Касьянов М. А., Ревенко Ю. П., Медяник В. О., Арнаут І. М., Друзь О. М., Тищенко Ю. А. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник. – Луганськ: Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2006. – 284 с.
6. Запорожець О. І. Безпека життєдіяльності: підручник / О. І. Запорожець, Б. Д. Халмуратов, В. І. Применко та ін. – К.: «Центр учбової літератури», 2013. – 448 с.
7. Лапін В. М. Безпека життєдіяльності людини – Навч. посібник / В. М. Лапін / К.: Знання, 2007. – 332 с.
8. Михайлюк В. О. Цивільний захист: Навч. посібник. Миколаїв: НУК, 2005. – Ч. 1. Соціальна, техногенна і природна безпека. – 136 с.
9. Михайлюк В. О., Халмуратов Б. Д. Цивільна безпека: Навчальний посібник. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 158 с.
10. Мохняк С. М., Дацько О. С., Козій О. І., Романів А. С., Петрук М. П., Скіра В. В., Васійчук В. О., Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. – Львів. Видавництво НУ «Львівська політехніка», 2009. – 264 с.
11. Мягченко О. П. Безпека життєдіяльності людини та суспільства – / О. П. Мягченко. – К., 2008. – 286 с.
12. Осипенко С. І., Іванов А. В. «Організація функціонального навчання у сфері цивільного захисту». Навчальний посібник. – К., 2008. – 286 с.
13. Скобло Ю. С., Соколовська Т. Б., Мазоренко Д. І., Тищенко Л. М., Троянов М. М. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації. – Київ: Кондор, 2003. – 424 с.

14. Черняков О. Г., Кочин И. В., Сидоренко П. И., Букин В. С., Костенецкий М. И. Медицина катастроф. Навч. посібник. – К.: «Здоров'я». 2001. – 348 с.
15. Яремко З. М. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. – Львів. Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2005. – 301 с.
16. Електронний ресурс: <http://www.unian.ua/society/1215756-ukrajina-posila-81-mistse-v-reytingu-lyudskogo-rozvitku-oon-bbc.html>

Воловик Л.М., Ковальская Е.В., Бондаренко Р.И.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ГЛОБАЛИЗАЦИИ

Аннотация

Исследованы теоретические вопросы безопасности жизни и здоровья населения в условиях глобализации, дана характеристика особенностям безопасной жизнедеятельности человека как одной из приоритетных современных проблем общества. Обоснована важность выполнения разработанной еще в 90-е годы XX века специалистами ООН стратегической Концепции устойчивого развития человечества на XXI век. Проанализированы современные глобальные проблемы человечества (голод, обнищание, безработица, болезни, различного рода войны, инфекционные заболевания и пр.) и намечены возможные пути их решения.

Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, устойчивое развитие, глобализация, глобальные проблемы, здоровье населения, мировое сообщество.

Volovyk L.M., Kovalski E.V., Bondarenko R.I.

Pereyaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

THE SAFETY OF VITAL FUNCTIONS OF POPULATION IS IN THE CONDITIONS OF GLOBALIZATION

Summary

Investigated the theoretical issues of safety of life and health in the context of globalization, the characteristic features of the life of man as one of the priority problems of modern society. It justifies the importance of the implementation developed in 90-e years of the XX century the experts of the United Nations strategic Concept for sustainable development of mankind in the XXI century. Analyzes the current global problems of humanity (hunger, poverty, unemployment, disease, a different kind of war, infectious diseases, etc.) and describes possible ways of their solution.

Keywords: safety, sustainable development, globalization, global issues, health, world community.

ЕКОЛОГІЯ МІСТА: ІСТОРИЧНА РЕТРОСПЕКТИВА ТА МАЙБУТНІЙ ТРЕНД

Гамалія В.М., Руда С.П.

Державний економіко-технологічний інститут транспорту

Гамалія К.М.

Київський національний університет культури і мистецтв

Представлено короткий огляд становлення та розвитку екології міста як одного із напрямів екологічної науки. Розглянуто проблеми урбоекології, починаючи з виникнення перших міст до формування міста в його сучасному розумінні, що сталося в епоху Середньовіччя. Відмічено стабільне поглиблення екологічних проблем в ході цивілізаційного процесу. Запропоновано концепцію курсу «Історична урбоекологія», який має входити до викладання спеціальності «Загальна екологія». Висловлено думку, що вивчення проблем урбоекології в процесі її історичного розвитку сприятиме формуванню екологічного мислення.

Ключові слова: місто, урбанізація, цивілізація, екологія, екологічне мислення.

Постановка проблеми. Місто завжди виступало фактором розвитку цивілізації і, водночас, тим джерелом, в якому виникали і поглиблювалися екологічні проблеми. Нині, в епоху зростаючих темпів урбанізації та прогресуючої глобалізації, незбалансований характер співвідношення індустріальної спільноти з довкіллям може призвести до світової кризи. В той же час, як зазначив Д. М. Гродзинський, функціонери, які відповідають за рішення щодо розвитку суспільства, часто не мають екологічної освіти і не в змозі передбачати наслідки своєї діяльності. Екологічні знання необхідно поширювати серед усіх верств населення з тим, щоб вони стали неодмінною складовою світосприйняття людини. Формування екологічного мислення потребує викладення навчального матеріалу з позицій історизму, а саме співставлення екологічного стану міст в ході урбанізації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Екологічна концепція міста вперше була сформульована в 1926 р. західним соціологом Р. Парком та його колегами. Їхня праця неодноразово перевидавалася і досі викликає інтерес, хоча її автори зосередилися виключно на соціологічній інтерпретації процесу урбоекології [1]. В наступні роки до соціологів приєдналися спеціалісти-екологи, ландшафтні дизайнери та архітектори, результатом чого став вихід багатьох змістовних праць, присвячених проблемам екології міста [2-6]. Нині, на початку XXI століття, урбоекологи розглядають великі людські поселення як складні комплексні екосистеми. Серед останніх зарубіжних праць слід нагадати роботи ландшафтного еколога Річарда Формана, який понад тридцять років досліджує взаємовідносини живих організмів з природним оточенням в контексті екології міста. Ретельно вивчаючи всі деталі міської структури, – вулиці, парки, індустріальні виробництва та очисні системи, – він шукає відповіді на наступні питання: «Як сполучаються вимоги екології з феноменом урбанізації? Чи здатні ми зробити урбанізовані території придатними для природи і людей?» [7]. На думку спеціаліста в галузі ландшафтного дизайну та планування міста Марини Альберті, місто є результатом співіснування людини і природи в часі і просторі, до якого долучаються наслідки аналогічного процесу, що відбувався впродовж минулих часів. Отже, завважає вона, екологія міста вивчає коєволюцію людської спільноти та екологічної системи.

Урбаністи та екологи повинні працювати разом задля того, щоб створити релевантну теорію екологічного міста [8]. Безумовно, заслуговують на увагу роботи вітчизняних вчених. Так, відомий дендролог та еколог В. П. Кучерявий розглядає урбанізм як об'єктивний історичний процес, впродовж якого зростає роль міст у розвитку людини і водночас відбувається трансформація природного довкілля. В. П. Кучерявий детально висвітлює процес урбанізації, акцентуючи увагу на його негативних наслідках та можливостях їх подолання [9]. Географ-ландшафтознавець Д. М. Гродзинський не ставив завданням своєї монографії дослідження екології міста, але його праця, одним із аспектів якої є висвітлення проблеми розміщення міста у просторі, відкриває нові грані в оцінці ландшафту, придатного для містобудування з екологічної точки зору [10]. Покращенню екологічної ситуації у містах XXI століття, як зазначено у підручнику «Екологія міста», сприятиме максимальна інтеграція екологічних, економічних та соціальних аспектів в процесі міського планування та реконструкції. Надзвичайно велику роль в реалізації цього тренду має відіграти розвиток екологічної освіти і культури населення [11].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Дослідники, що працюють в галузі екологічного урбанізму, здебільшого приділяють увагу нагальним проблемам сьогодення та обговоренню перспектив на майбутнє. Але всі здобутки і втрати людства на шляху урбанізації мають глибоке коріння в минулому, краще розуміння якого сприятиме формуванню вірної тактики у дотриманні екологічних умов сьогодення та побудові вірної стратегії екології наступних часів.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є простеження передісторії екології у період первісних часів, зародження урбоекології у просторі перших міст і поглиблення її проблем впродовж Античності і Середньовіччя, тобто до моменту остаточного оформлення міста як соціального і культурного феномену.

Виклад основного матеріалу. Впродовж багатьох тисячоліть від початку свого існування первісна людина була органічною часткою природи. Кількість людей була незначною, а природні ресурси – невичерпними, оскільки мінімальні втрати, яких завдавала їм людина, через деякий час компенсувалася завдяки притаманній при-

роді здатності до відновлення гомеостазу. Як невід'ємна складова природного комплексу, первісна людина пристосовувалася до довкілля так само, як і інші істоти; вона не перетворювала його, а підкорялася його вимогам, змінюючи свій образ життя відповідно до оточуючих умов. Таким чином, найдавніше людство вписувалось у природні цикли, не порушуючи їх [12].

Заселивши всі кліматичні зони, люди почали активніше втручатися у хід природних циклів. Деякі мисливські племена підпалювали ліс, щоб полегшити полювання, спровоковані ними лісові пожежі завдавали шкоди зеленому покриву Землі. І все ж таки первісні мисливці порушували природний баланс у незначній мірі: їх було ще небагато, до того ж вони вбивали дичину у кількості, достатній лише для підтримки свого існування. Тенденція здобування їжі у масштабах, обмежених суворою необхідністю, підтримувалася найдавнішими законами первісного ладу, що мали частково релігійний, а частково етичний характер, і, безумовно, екологічну основу. Ці закони, продиктовані самим життям, нагадували екологічні принципи, що регулюють рівновагу у світі тварин між хижаком і здобиччю. Вони розумно сполучали охорону дичини з її раціональним здобуванням і заважали поголовному винищенню тварин [13]. Але навіть така, обмежена певними обставинами діяльність первісної людини призвела до негативних наслідків. Знищуючи всіх великих ссавців навколо місць свого перебування, людина поставила себе перед екологічною катастрофою і змушена була шукати інші засоби здобування їжі [14].

Поява стаціонарних землеробських поселень не призвела до утворення нерозв'язних екологічних проблем. У перших поселеннях співвідношення людини і природи не порушували екологічного балансу. Всі відходи, що накопичувалися у селищі так званого сільського типу, утилізувалися безпосередньо в його межах або на прилеглій до нього території як добрива, паливо, будівельний матеріал. Таким чином, традиційне сільське поселення було екологічно збалансованим і функціонувало як практично замкнений екологічний цикл перетворення вилучених з природи речовин і енергії [15].

Інакше склалися взаємовідношення людини з природним довкіллям з появою поселень міського типу, які вперше виникли в долинах великих річок, ознаменувавши початок розвитку цивілізації і, водночас, ускладнення екологічних проблем. З плином часу ці проблеми не лише поглиблювалися, але й трансформувалися в залежності від певних історичних етапів розвитку людства, в межах яких можна виділити наступних сім стадій зміни екологічного стану міст: найдавніші міські поселення (від XXXV-XX ст. до н. е. до IV-III ст. до н. е.); античне місто (від IV-V ст. до н. е. до IV-III ст. до н. е.); середньовічне місто (від IX-X ст. до XV ст.); місто періоду Відродження (XV-XVII ст.); капіталістичне місто першої промислової революції (XVIII-XIX ст.); капіталістичне місто другої промислової революції (від 20-х до 50-60-х рр. XX ст.); сучасне місто [16].

Формування міст постає як природний та необхідний момент загального переходу від первісності до цивілізації. Поява крупних обшин потре-

бувала виробництва додаткового продукту, їхня активність диверсифікувалася і вони призвичаїлися жити у місті – новій формі колективної спільноти. Перші міста-держави (приблизно по 40-50 тис. жителів) виникли на рівнинах Південної Месопотамії у другій половині IV тисячоліття до н. е., і впродовж наступного тисячоліття заповнили долину Тигру та Євфрату. Давні землероби змінили спокійний плін життя в окремих поселеннях на проживання серед величезного скупчення людей, що мало не лише позитивні, а й негативні наслідки. Населення перших міст Месопотамії користувалося перевагами міського життя (безпечним проживанням за стінами міста, результатами спільної праці тощо), але водночас зіткнулося з першими вимогами екологічного імперативу. Основні екологічні проблеми були пов'язані з потребою в організації водопостачання, необхідністю видалення побутових відходів, обмеженістю площі під житлову забудову міськими стінами. Городяни вирішували ці проблеми виключно пасивними формами: відходи вивозили за межі міста; воду підвозили або збирали під час дощів, будували фонтани та колодязі; питання обмеженості житлового середовища розв'язувалось за рахунок будівництва поза стінами міста. В цей період вже існували закріплені державою правила збереження довкілля: дотримання чистоти на вулицях, вимоги виконання ритуалу захоронення померлих [17].

Більше чотирьох тисяч років тому давнє населення басейну Інду створило високорозвинену міську культуру, яка за ступенем розвитку не поступалася такому вогнищу світової цивілізації, як Месопотамія, а у деяких відношеннях і переважала її. Екологічні проблеми давні індійці, на відміну від жителів Месопотамії, вирішували активними способами, приділяючи значну увагу вимогам гігієни. Кожна родина мала кімнату для омивань – невеличке приміщення з вимощеною цегляною підлогою, з ухилом до кутка, де знаходився водостік. Цілком вірогідно, що жителі індійських міст, як і сучасні індійці, здійснювали омивання навстоячки, виливаючи воду з глеків собі на голову, хоча в деяких будинках існували ванни, викладені з цегли. Брудну воду виливали у спеціальні помийниці – вкопані у підлогу глиняні посудини з отвором вниз. Через кам'яні лотки вода витікала в канали, викладені цеглою, що проходили повздовж кожної вулиці та провулку і мали 30-60 см глибини та 20-50 см ширини. Сюди ж витікали і нечистоти з будинків, в яких були вбиральні: в одному з них, датованому 3.500 р. до н. е., знайшли цегляний туалет зі стільчаком і підземною зливною системою. Зверху канали закривались цеглою, не скріпленою між собою на випадок потреби каналізації в огляді та чистці. Зрештою, зливні води та нечистоти стікали у спеціальні криниці і через магистральні труби, діаметр яких сягав 2 м, виводились у великі канали, що вели до водних артерій, але до того проходили фільтрацію через відстійники, закриті міцно притертими кришками. Розкопки свідчать і про добре налагоджену систему водопостачання: біля багатьох будинків були вкопані колодязі, а громадські колодязі діаметром до 1 м., викладені цеглою, влаштувалися прямо на вулицях. Така складна система дренажу,

водопостачання та водовідведення була одним з найвищих досягнень індської цивілізації, і жодна інша з давніх цивілізацій, навіть римська, не змогла її перевершити [18].

В античному місті характер екологічних проблем не змінився, але їхній обсяг зріс, оскільки помітно зросла кількість населення, збільшився об'єм виробництва і торгівлі. Замість невеличких майстерень з'явилися великі ремісничі виробництва, на яких працювали сотні рабів; утворилася мережа складів, ринків, заїжджих дворів. Пожвавлення екологічної діяльності призвело до створення загальноміських комунальних служб: за рахунок податків і руками державних рабів зводилися водопровідні і каналізаційні системи, вивозилися тверді відходи, проводилося очищення та озеленення вулиць. Проблема розширення житлової площі за римських часів вирішувалася значною мірою за рахунок побудови багатопверхових будинків – інсул.

Потреби численного населення Риму у воді задовольняли акведуки – багатокілометрові водоводи, що постачали з гір чисту воду, яка з акведука стікала самопливом до водозабірної басейну. Далі свинцевими трубами (які іноді замінювали срібними) вода розподілялася між будинками заможних городян, здатних платити місту за водопостачання. Вдень на вулицях працювали фонтани, які розбризкували воду, завдяки чому вона знезаражувалась під впливом ультрафіолетового випромінювання, водночас покращуючи мікроклімат міських кварталів. Антична система каналізації, створена у Давньому Римі, відома як Клоака Максима, донині функціонує як частина римської каналізаційної системи.

Елементи екологічної діяльності проявлялися у різних сферах античного життя. Використання природних компонентів ландшафту (води та зелених насаджень) при створенні освітніх закладів Давньої Греції (палестр, гімнасіїв, академій) відповідало переконанню греків у необхідності сполучення в людині фізичної та розумової досконалості [19]. За часів античності вперше з'явилися громадські рекреаційні об'єкти – стадіони, цирку, сади, терми, які також сприяли оздоровленню населення. У багатьох містах існувала суворя карантинна служба, що допомагала уникати спустошливих інфекцій.

З переходом від античного міста до середньовічного екологічні проблеми поглибилися, а шляхи їх розв'язання зайшли у безвихідь. Практичні знання та інженерно-технічні знахідки з екологічної діяльності, здобуті за період античності, були забуті. Погіршення екологічної ситуації відбувалося завдяки відсутності планування середньовічного міста. Лабіринт вулиць та провулків складався без усякого плану, обумовлений особливостями місцевого рельєфу: з урахуванням пагорбів, вигинів річок, заболоченості ґрунту. До нинішнього часу у Лондоні існують звисисті вулиці, прокладені у Середньовіччі паралельно течії Темзи. У просторі, затиснутому стінами, будівлі скупчувались якомога тісніше. Будинки росли вгору, верхні поверхи зависали над вузькими вулицями, затінюючи світло.

Переселившись до міста, колишні селяни не хотіли розлучатися з домашньою худобою, і гуси, качки, свині, яких вночі тримали в домі, впро-

довж дня рилися у багні, забруднюючи вулиці своїми екскрементами. Через відсутність каналізації все сміття, помії та нечистоти мешканці викидали з вікон просто на вулицю, що відіграла роль природного колектора. До криниць, з яких вони брали воду, просочувались брудні патюки з імпровізованих звалищ, і до води потрапляли небезпечні для здоров'я бактерії. Їх розповсюдженню сприяли зграї гризунів – мишей та пацюків, яких особливо багато знаходилося у портах, звідки далеко в глибину материків проникали епідемії пошесних хвороб. Віра у силу божественного провидіння не сприяла організації боротьби з інфекційними хворобами. Найбільш грізною серед усіх епідемій була так звана «чорна смерть» – пандемія чуми, що неодноразово вражала жителів Європи у часи Середньовіччя.

У період Відродження, коли наука почала робити свої перші кроки, протиепідемічні заходи набули раціональної спрямованості. Поступово складалася комунальна самосвідомість: кожен громадянин став відчувати відповідальність за долю свого міста. За підтримкою магістрату відновилася діяльність екологічної служби міст. Все це сприяло відновленню екологічної діяльності.

За часів першої промислової революції проблема біологічного забруднення міста була практично розв'язана, але на зміну їй прийшли нові проблеми. Замість відновлюваних ресурсів (дерева, торфу) місто користувалося корисними копалинами, відходи яких не могли увійти у нормальні біосферні процеси. До того ж організм людини почав зазнавати негативний вплив середовища, забрудненого відходами виробництва і транспорту.

Друга промислова революція принесла місту подальше погіршення умов довкілля: різке підвищення загазованості повітря, рівня шуму і вібрацій. Водночас 60-ті роки привернули увагу широких кіл громадськості до екологічних проблем міста, які намагалися вирішувати на належному науковому і соціально розумному рівні.

Сучасний етап розвитку міст характеризується гіперурбанізацією, яка веде до збільшення екологічного тиску на довкілля. Постійно зростає забрудненість повітря та води, система очистки якої не здатна затримувати нові миючі засоби – детергенти. Катастрофічно збільшується кількість твердих відходів, значну частину яких складають синтетичні полімери, вічні в екологічному плані. Ситуацію прагнуть виправити завдяки новим тенденціям в галузі утилізації відходів, розвитку ресурсозберігаючих технологій. Але найвищим досягненням екологічної стратегії XXI століття стане усвідомлення людством того, що всі питання охорони природи тісно пов'язані між собою, а їх розв'язання можливе тільки при глобальному підході.

Висновки. Аналіз наявних матеріалів підтверджує, що екологічні проблеми виникли з початком існування людини, проте на перших етапах її існування і навіть з виникненням перших міст вони компенсувалися в межах довкілля. З плином часу підвищення щільності людського населення, зростаючі потреби городян і пов'язаний з цим розвиток технологій призвели до зниження компенсаторної здатності природи, яка вже не могла відновлювати свою цілісність.

Закономірності історичного розвитку екологічних проблем міста більш чітко виступають

при спостереганні поступового підвищення рівня урбанізації, починаючи з доіндустріальних цивілізацій. Матеріал, складений за принципом історизму, може стати основою навчального курсу «Історична урбоекологія», що входить до викладання спеціальності «Загальна екологія».

Вивчення урбоекологічних проблем минулого сприятиме формуванню екологічного мислення у представників широких кіл людської спільноти, дозволить осягнути зміст екологічного імперативу і унеможливить повторення прорахунків і поми-

лок, яких припускалася людина у взаємовідносинах з природою на довгому шляху свого існування.

Результати теоретичної реконструкції культурного ходу цивілізації історичного часу та розбудованих в його межах соціо-гуманітарних, технологічних та екологічних концепцій можуть бути використані при вирішенні проблем подолання негативних соціально-економічних наслідків технологічних інновацій, при розробленні прогностичних моделей усталеного розвитку та інтеграційної безпеки глобальної цивілізації.

Список літератури:

1. Park R. E. The City / Robert E. Park, Ernest W. Burgess, Roderick D. McKenzie. – Chicago; London: The University of Chicago Press, 1967. – 239 p.
2. Sert J. L. Can our Cities survive? / Jose Luis Sert. – Cambridge: The Harvard University Press; London: Humphrey; Milford: Oxford University Press, 1944. – 259 p.
3. Lynch K. The Image of the City / Kevin Lynch. – Cambridge: The MIT Press, 1960. – 194 p.
4. Spirn A. W. The Granit Garden: Urban Nature and Human Design / Anne Whiston Spirn. – New York: Basic Book, 1984. – 352 p.
5. Города и экология. Международное совещание по экологическому подходу к планированию городов, организованное ЮНЕСКО и ЮНЕП в г. Суздалье 24-30 сентября 1984 г. – М., 1987. – 174 с.
6. Яницкий О. Н. Экология города. Зарубежные междисциплинарные концепции / О. Н. Яницкий. – М.: Наука, 1988. – 240 с.
7. Forman R. T. T. Urban Ecology: Science of Cities / Richard Townsend Turner Forman. – New York: Cambridge University Press, 2014. – [XIV], 462 p.
8. Alberti M. Advances in Urban Ecology: Integrating Humans and Ecological Processes on Urban Ecosystems / Marina Alberti. – New York: Springer, 2009. – 366 p.
9. Кучерявий В. П. Урбоекологія / В. П. Кучерявий. – Львів: Світ, 2001. – 440 с.
10. Гродзинський М. Д. Пізнання ландшафту: Місце і простір: Монографія. У 2-х тт. / М. Д. Гродзинський. – Т. 2. – К.: Вид-во Київськ. ун-ту, 2005. – 503 с.
11. Экология города / под ред. Ф. В. Стольберга: Учебник. – К.: Либра, 2000. – 464 с.
12. Гамалія К. М. Зародження екологічних проблем на перших етапах існування людства / К. М. Гамалія // Українська культура: минуле, сучасне, шляхи розвитку. – Т. II. – Вип. 17. – 2011. – С. 241-247.
13. Дорст Ж. До того, как умрёт природа / Жан Дорст; [пер. с франц. М. А. Богуславской, Н. Б. Бобриной] / ред. А. Г. Банников. – М.: Прогресс, 1968. – 415 с.
14. Будыко М. И. Глобальная экология / М. И. Будыко. – М.: Мысль, 1977. – 327 с.
15. Руда С. П. Екологія міста в її історичному розвитку / С. П. Руда // Матеріали науково-практичної конференції «Сучасна гуманітарна освіта: Стан і перспективи». – Чернівці. 1996. – С. 75-80.
16. Окружающая среда крупного города: Социально-экономические аспекты. – Ленинград: Наука, ЛО. – 1988. – 112 с.
17. Гамалія К. М. Найдавніші міста світу: урбаністичні процеси на території Месопотамії / К. М. Гамалія // Народознавчі зошити. – 2013. – № 5. – С. 795-802.
18. Гамалія К. М. Прадавня цивілізація долини Інду: становлення, розквіт та загибель // Вісник ХАДХІМ. – 2012. – № 11. – С. 58-62.
19. Gamaliia K. From the Palestra to the Academy: Man and Nature in the educational System of Ancient Greece / Kateryna Gamaliia // Historiae Scientiarum Baltica 2015. Abstracts of the XXVII International Baltic Conference in History of Science. Riga and Jelgava. October 1st-2nd 2015. – Riga 2015. – P. 23-24.

Гамалея В.Н., Рудая С.П.

Государственный экономико-технологический университет транспорта

Гамалея Е.Н.

Киевский национальный университет культуры и искусств

ЭКОЛОГИЯ ГОРОДА: ИСТОРИЧЕСКАЯ РЕТРОСПЕКТИВА И БУДУЩИЙ ТРЕНД

Аннотация

Представлен краткий обзор становления и развития экологии города, как одного из направлений экологической науки. Рассмотрены проблемы урбоекологии, начиная от появления первых городов до формирования города в его современном понимании, что произошло в эпоху Средневековья. Отмечено стабильное углубление экологических проблем в ходе развития цивилизации. Предложена концепция курса «Историческая урбоекология», входящего в преподавание специальности «Общая экология». Высказано мнение, что изучение проблем урбоекологии в контексте её исторического развития будет способствовать формированию экологического мышления.

Ключевые слова: город, урбанизация, цивилизация, экология, экологическое мышление.

Gamaliia V.N., Ruda S.P.

State Economy and Technology University of Transport

Gamaliia K.N.

Kyiv National Institute of Culture and Arts

URBAN ECOLOGY: THE HISTORICAL RETROSPECTIVE AND FUTURE TREND

Summary

The authors provide a brief overview of the formation and development of Urban Ecology as one of the areas of Environmental Science. It considered the problems of Urban Ecology since the origin of the first cities to the formation of the city in the modern sense, that took place in the era of Middle Ages. The steady aggravation of environmental problems in the course of development of civilization is noted. The concept of the course «Historical Urban Ecology» as a part of the teaching of specialty «General Ecology» is proposed. An assertion that the study of the Urban Ecology problems in their historical development will contribute to the formation of ecological thinking is expressed.

Keywords: city, urbanization, civilization, ecology, ecological thinking.

УДК 351.777:37.01

ДЕРЖАВНОУПРАВЛІНСЬКІ АСПЕКТИ ЗАСТОСУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНИХ ЗНАНЬ В ЄВРОПЕЙСЬКОМУ ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРИ

Глуха В.В.

Національний університет цивільного захисту України

Визначено актуальність та рівні застосування екологічних знань в європейському освітньому просторі. Проаналізовано державноуправлінський вплив на розвиток і підтримку екологічної освіти у навчальних закладах Європейського Союзу. Зазначені проблеми і перспективи державної екологічної політики країн ЄС в контексті практичного та теоретичного застосування екологічних знань. Виокремлено пріоритети міжнародної інтеграції щодо виховних процесів у сфері екологічної політики. Показано сучасні державні пріоритети соціально-педагогічної діяльності, яка спрямована на формування екологічної культури молоді. **Ключові слова:** державноуправлінські аспекти, європейський освітній простір, екологічна освіта, європейські екологічні стандарти, екологічна культура.

Постановка проблеми. Одними з найважливіших і актуальних проблем Євросоюзу є проблеми охорони навколишнього природного середовища та екологічної безпеки, тому тенденції, які відбуваються в даний час в європейському розвитку, змушують замислитись над такими складними питаннями, як якість життя європейців, а особливо молодого покоління та їх екологічної культури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Активне дослідження та значний внесок у сферу державної екологічної політики, проблемам її становлення зроблено багатьма вітчизняними науковцями та зарубіжними фахівцями такими як, В. Андронов, О. Васюта, О. Веклич, Т. Галушкіна, Б. Данилишин, В. Крук, В. Мариненко, С. Марова, Є. Мішенін, Є. Сенюшкін, І. Синякевич, М. Хвесик, О. Царенко та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Однак, незважаючи на велику кількість наукових досліджень та літератури з різних аспектів, проблем і знань у сфері екології, залишається актуальною проблема, що саме є екологічними знаннями, як вони виникли та розвиваються, а також яку роль грає держава у цьому процесі.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є аналіз проблем державноуправлінського впливу

на розвиток і підтримку екологічної освіти у навчальних закладах Європейського Союзу, з зазначенням проблем і перспектив державної екологічної політики країн ЄС в контексті практичного та теоретичного застосування екологічних знань.

Виклад основного матеріалу. В умовах сучасної глобальної екологічної кризи на початку ХХІ століття ставиться питання щодо основних завдань екологічної освіти, про зміну освітньої парадигми в напрямі її екологізації. Сучасна екологічна освіта має не навчати людину використання природи, а формувати у неї здібності й навички оптимальної взаємодії з нею та з соціальним середовищем. Коли людина, на основі отриманих знань, здатна вибудувати мету своєї діяльності в суворій відповідності до законів та умов природи. В останні два десятиліття розробляються різні концепції реформування системи освіти, здійснюється пошук нових форм організації наукового знання, що спрямовані на оновлення освіти, і, зокрема, такої важливої і актуальної його складової, як екологічної освіти [3; 4].

Формування нових напрямлень державноуправлінської науки охоплюють різні розділи економіки, права, соціології і особливо екології та перебувають у взаємовідносинах. У всіх європейських країнах на сучасному етапі розви-

тку активізувалися наукові дослідження в галузі державного управління та екології. На цій основі були розроблені методичні підходи до оцінки впливу забруднення навколишнього середовища на здоров'я людини, на тваринний і рослинний світ, на виробничі, комунально-побутові та культурно-історичні об'єкти. Встановлюються десятки державних нормативів по гранично допустимих концентраціях різних забруднюючих речовин у навколишньому середовищі та в її основних компонентах. Одночасно удосконалюється природне законодавство. Розробляються як національні, так і міжнародні правові акти з охорони окремих природних об'єктів.

Однак, в області взаємодії зі світом природи з великим рівнем результативності може сприяти тільки змінена екологічна освіта. Необхідні нові фундаментальні наукові підходи екологічного знання й освіти, які засновані на екоцентричному засобі. Таке мислення дозволяє розглядати людину в тісній взаємозалежності з навколишнім середовищем, що є дуже важливим чинником виховання екологічно-орієнтованого світогляду і культури, оптимальної взаємодії зі світом природи і здоровому способі життя. Подібне мислення дозволить формувати загальноосвітні і професійні кадри для вирішення проблем сталого розвитку сучасного суспільства.

Зазначені завдання можуть бути виконані тільки в умовах використання комплексного підходу до державного планування й організації еколого-освітньої дії, розробленої з урахуванням вимог нової парадигми екологічного знання і освіти [5; 8].

На сьогодні у всьому світі все більше зростає значимість екологічного знання у зв'язку з поглибленням екологічних проблем у природі, суспільстві і з необхідністю їх практичного і теоретичного вирішення. Людство володіє величезним обсягом інформації, отриманої від багатьох поколінь і поповнюється завдяки досягненням науково-технічного прогресу, розкриття нових пізнавальних здібностей людини. Але величезна кількість сучасних знань може грати різноманітну роль у житті людини і суспільстві: служити вірною основою для різноманітної практичної діяльності, для налагодження оптимальних соціальних і соціоприродних відносин [2].

Особливістю сучасного знання можна вважати екологічне знання, яке відображає системно-структурну взаємодію в світі. Сьогодні існує більше ста конкретних напрямків в екологічній науці, а також цілий ряд екологічних аспектів гуманітарного, антропологічного, релігійного, культурологічного, педагогічного знань. Але проблема інтеграції досягнень різних екологічних дисциплін та галузей знання (від порівняльного аналізу результатів досліджень до теоретичного синтезу головних екологічних знань) досліджена недостатньо. Таким чином, в даний час з особливою гостротою і актуальністю виникає необхідність загальної інтеграції екологічного знання в єдину концепцію, яка може лягти в основу відповідної картини світу [7; 9].

Вищезазначена концепція займає важливе місце в теоретичному екологічному знанні, синтезуючи екологічні знання, його фундаментальні поняття і принципи. У методологічному аспекті вона визна-

чає стиль екологічного мислення, ідеологію, програму і стратегію у сфері організації та управління взаємовідносин людини і природних систем [6; 8].

В державних діючих документах Європейського Союзу важливе значення приділяється питанням екологічної освіти. В них ставиться акцент на те, що суспільство не розуміє тісного зв'язку між діяльністю людей і довкіллям, тому що не мають достатньої інформації. Підкреслюється, що освіта повинна давати уяву не тільки про довкілля, але і сприяти розумінню соціально-економічного стану і проблем розвитку людини [1].

Як відомо, в галузі екологічної освіти Європейських країн головними вважаються такі задачі:

- забезпечення освіти щодо питань розвитку і збереження довкілля для людей різного віку;
- включення концепції охорони та розвитку навколишнього природного середовища у всі програми навчальних закладів;
- залучення школярів до регіональних і місцевих досліджень у сфері екології;
- заохочення урядів, навчальних закладів, недержавних громадських організацій до підготовки кадрів в області раціонального використання природного навколишнього середовища;
- забезпечення місцевих громад щодо вирішення проблем охорони довкілля;
- робота з засобами масової інформації, рекламною індустрією, для заохочування більш активної участі населення в обговоренні проблем та перспектив навколишнього середовища [7; 9].

Європейським Союзом було визнано велике значення не тільки державних організацій, але й неурядових організацій у процесі досягнення мети у сфері природокористування та охорони навколишнього середовища, внаслідок таких причин:

- незалежність від державних і інших секторів суспільства;
- володіння різноманітними знаннями в галузях, які необхідні для забезпечення екологічно-безпечного і соціально-надійного сталого розвитку;
- спроможність допомогти суспільству досягти згоди з питань, яким шляхом перейти від нестійкого розвитку до стійкого [9].

Комітетом з екологічної політики Європейської економічної комісії (Оргус, Данія, 1998) на Четвертій конференції міністрів було прийнято Конвенцію «Про доступ до інформації, участі громадськості в прийнятті рішень і доступ до правосуддя з питань, що стосуються навколишнього середовища». Метою Конвенції було сприяння захисту права кожної людини нинішнього і майбутніх поколінь жити в навколишньому середовищі, сприятливому для здоров'я та добробуту.

Відповідно до Оргуської (Орхуської) Конвенції європейські держави (і Україна в тому числі) мають забезпечити наступне:

- розвиток законодавчо-правового поля, яке змотивує ефективну участь громадськості у вирішенні екологічних проблем;
- розвиток нових інфраструктурних можливостей, які б створили умови для посилення громадської екологічної активності;
- створення умов щодо активного включення судової гілки влади як дієвого механізму вирішення екологічних суперечок та конфліктів;
- створення та розвиток прозорої, доступної системи комунікацій та інформаційних зв'язків,

які б забезпечили повний, достовірний, оперативний обмін екологічною інформацією [9; 10].

Формування екологічної освіти є однією з принципів важливих проблем, від якої без перебільшень залежить подальше існування сучасної людини. Навіть через значну увагу та великі зусилля, які докладає світоте спільнота для розв'язання цього завдання, слід зазначити, що воно виявилось надзвичайно суперечливим і складним як у теоретичному, так і в практичному аспекті.

Численні інструкції, програми, рекомендації керівних освітянських інституцій вимагають негайного й дійового формування екологічної свідомості у навчальному процесі. Екологічну свідомість розглядають, на відміну від екологічного знання, як нюанс, аспект суспільної свідомості, як одну з важливих складових сучасної масової свідомості, що спроможна активно впливати на коригування сучасного способу життя людей та форму їхнього природокористування для того, щоб зробити їх екологічно безпечними. Отже, екологічна свідомість не як відособлена ланка свідомості людини, а як складова сучасного людського світогляду й масової свідомості, яка мотивує та спонукає до екологічно безпечної діяльності в природі [4; 9].

Наприклад, у системі французького освіти формування екологічної культури та свідомості як духовно-моральної сфери особистості зростаючої людини приділяється особлива увага протягом всього періоду навчання учнів. Початкове навчання, починається з дошкільного періоду розвитку дитини та вважається основоположною в цьому процесі. Цілісний підхід, як до особистості, так і до всього педагогічного процесу включає всі сторони особистості та її тісний взаємозв'язок з навколишнім середовищем, логічну послідовність всіх етапів процесу особистісно-рівневого підходу до формування екологічної свідомості і поведінки. Екологічна спрямованість навчально-прикладної діяльності учнів, корисна добротворча діяльність у природному середовищі, облік регіональних особливостей школи, будь-якого навчального закладу основоположний принцип морально-екологічного виховання підростаючого покоління освітньої системи Франції. Динамічність системи екологічного виховання залежить від включення учнів у добротворчу діяльність, що має морально-екологічну спрямованість та сприяє розвитку відповідної потреби участі в ній [3; 5].

Прийнята у Франції «Програма екологічного виховання у початковій школі» є основним державним документом, обов'язковим для виконання у всіх загальноосвітніх школах. Освітня політика країни спрямована на підвищення рівня освіченості громадян. На розвиток науки та освіти виділяються такі матеріальні засоби, які дозволяють розвивати всі напрямки навчання, в тому числі й екологічне [7; 9].

Природоохоронні рухи та організації в країнах Європейського Союзу мають велику самостій-

ність, що допомагає їм відслідковувати і усувати екологонебезпечні дії різних організацій, груп і окремих особистостей. З передовими екологічними технологіями та високим рівнем екологічної свідомості населення всесвітньо визнана Франція. Екологічний інститут Франції постачає всі європейські екоцентри науковою інформацією.

Ефективність екологічної освіти у Франції підтверджується високим рівнем підготовленості учнів до самостійного життя в оточенні живої природи. У дітей розвинені навички практичної діяльності перетворенню природи, почуття власної значущості у справі захисту всієї планети від екологічних катастроф, дбайливе ставлення до свого дому і природи рідного краю [1; 10].

Вивчення досвіду Франції в галузі екологічної освіти дітей початкової школи представляє науково-практичний інтерес для вітчизняної школи. Франції вдалося накопичити досить значний досвід, що має національні особливості і в той же час використовує світові досягнення, знайти нові форми екологічного навчання.

Висновки і пропозиції. Таким чином, глобальні екологічні проблеми ставлять першочерговим питання виживання людства, вимагають узагальнених державноуправлінських підходів та інтеграції, які передбачають перегляд комплексу національних пріоритетів та інфраструктур, заради більш міцної економічної і політичної єдності, ефективних об'єднаних дій з метою пошуку шляхів до сталого розвитку та вирішення глобальних і регіональних проблем. Найважливішим чинником вирішення багатьох глобальних екологічних проблем є екологічна культура – порівняно нова категорія, актуальність якої різко загострилася у зв'язку з тим, що людство впритул підійшло до глобальної екологічної кризи. Екологічна культура суспільства повинна стати найважливішим чинником вирішення більшості екологічних проблем сучасності.

Тому проблема «правильного» сприйняття природи, так само як і «екологічної культури», виходить зараз на передній план. Чим раніше вчені почнуть бити тривогу, ніж раніше людство почне переглядати результати своєї діяльності та коригувати цілі, зіставляючи свої цілі з засобами, якими володіє природа, тим швидше можна буде перейти до виправлення помилок, як у світоглядній сфері, так і в сфері екологічній. Але, на превеликий жаль, проблема екологічної культури ще мало вивчена.

У всьому світі потрібно забезпечити усі рівні навчальних закладів матеріалами екологічних проблем, зробити максимально доступною наукову літературу для широкого вивчення навколишнього середовища, його збереження, покращення людського середовища життя людства. Вивчення екології потрібно ввести в усі навчальні програми, починаючи з дитячих дошкільних і шкільних закладів.

Список літератури:

1. Базові елементи Стратегії СЕК ООН про освіту в інтересах сталого розвитку // Документи 5-ї Всеєвропейської конференції міністрів охорони навколишнього середовища «Довкілля для Європи» // Національний семінар проекту «Київ – 2003».
2. Бочарова О. А. Модернізація вищої школи у сучасній Франції: дис. канд. пед. наук: 13.00.01 / О. А. Бочарова. – Горлівка, 2006. – 197 с.

3. Грушкевич Т. В. Європейські стандарти забезпечення екологічних прав: навчально-методичний посібник / Т. В. Грушкевич. – Хмельницький: Центр перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників органів державної влади, органів місцевого самоврядування, державних підприємств, установ і організацій, 2013. – 260 с.
4. Дербак Н. Ю. Поняття і структура екологічної культури особистості // Гілея: науковий вісник: Збірник наукових праць. – К., 2012. – № 60. – 184 с.
5. Екологічна безпека: термінологічний словник / Андронов В. А., Грек А. М., Ковальчук І. М. та др. – Х: АПБУ, 2001. – 112 с.
6. Заверуха Н., Серебряков В. В., Скиба Ю. А. Основи екології. – К.: Каравела, 2006. – 300 с.
7. Марьянов І. Європейська інтеграція. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.wikipedia.ru/>
8. Погрібна Л. С. Актуальність аналізу досвіду європейських країн в процесі організації екологічного виховання школярів на території України [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://nauka.zinet.info>
9. Рудишин С. Д. Стан екологічної освіти в практиці вищої школи зарубіжних країн / С. Д. Рудишин [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua>
10. Документи офіційного сайту «Екологічна політика Європи» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://URL: www.ecoline.ru>

Глухая В.В.

Национальный университет гражданской защиты Украины

ГОСУДАРСТВЕННО-УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ В ЕВРОПЕЙСКОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Аннотация

Определена актуальность и уровни применения экологических знаний в европейском образовательном пространстве. Проанализировано государственно-управленческое влияние на развитие и поддержку экологического образования в учебных заведениях Европейского Союза. Указаны проблемы и перспективы государственной экологической политики стран ЕС в контексте практического и теоретического применения экологических знаний. Выделены приоритеты международной интеграции относительно воспитательных процессов в сфере экологической политики. Показаны современные государственные приоритеты социально-педагогической деятельности, которая направлена на формирование экологической культуры молодежи.

Ключевые слова: государственно-управленческие аспекты, европейское образовательное пространство, экологическое образование, европейские экологические стандарты, экологическая культура.

Glukha V.V.

National University of Civil Protection of Ukraine

PUBLIC ADMINISTRATION ASPECTS OF APPLICATION ECOLOGIC KNOWLEDGE IN EUROPEAN EDUCATION SPACE

Summary

Determined by the relevance and level of application of ecological knowledge in European educational space. Analyzed state government influence on the development and support of environmental education in educational institutions of the European Union. These problems and prospects of state environmental policy of the EU in the context of the practical and theoretical application of ecological knowledge. Priorities of international integration of the educational processes in the field of environmental policy. Current state priorities of social and educational activities, aimed at formation of ecological culture of young people.

Keywords: state governance aspects, the European educational space, ecological education, European ecological standards, ecological culture.

РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИЙ ФАКТОР

Годун Н.І.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У даній статті обґрунтовано важливість раціонального харчування у забезпеченні гармонійного фізичного розвитку підростаючого покоління. Визначено експериментальним шляхом фактичний стан харчування школярів та індекс маси тіла досліджуваних. Відповідно до отриманих результатів проаналізовано основні причини ожиріння і його наслідки у підлітковому віці та розглянуто профілактичні заходи щодо цієї проблеми. Зокрема, подано рекомендації щодо поліпшення збалансованості харчового раціону підлітків у відповідності до фізіологічних потреб організму досліджуваних в поживних речовинах. Прослідковано, що порушення принципів раціонального харчування може спричинити зниження рівня здоров'я як окремого індивіда так і організованого колективу.

Ключові слова: раціональне харчування, підлітковий вік, індекс маси тіла, профілактика ожиріння.

Постановка проблеми. З кожним роком здорове харчування людини набуває все більшої актуальності. Харчування – один із постулатів довголіття. «Ми є те, що ми їмо», – так сказав Гіппократ, який прожив 104 роки. Їжа – це джерело сили й енергії організму. Забезпечити нормальну життєдіяльність організму можна за допомогою правильного (раціонального) харчування. Адже, раціонально та збалансовано поєднуючи в харчовому раціоні білки, жири і вуглеводи, можна забезпечити здоров'я на довгі роки [7, с. 2].

За останні десятиріччя проблема зайвої ваги та ожиріння стала глобальною і поширилася на жителів країн навіть з низьким рівнем життя. За оцінками експертів, близько 1,7 млрд. жителів нашої планети мають надмірну вагу, близько 300 мільйонів потерпають від ожиріння. Серед працездатного населення України ожиріння виявляють в 26% випадків, а надмірну масу тіла має більше 40% всього населення країни. Але особливу тривогу викликає зростання поширеності ожиріння серед дитячого населення, кількість якого кожні три десятиріччя зростає вдвічі. На сьогодні в розвинутих країнах світу 25% підлітків мають надлишкову масу тіла, а 15% – ожиріння. В Україні щорічно фіксують 18-20 тис. нових випадків ожиріння серед дітей та підлітків. А надмірна маса тіла, яка виявлена у віці до 12 років, дає підстави прогнозувати надмірну масу тіла та ожиріння в наступні роки. І в подальшому прагнення молоді привести вагу тіла до нормальних показників не завжди є вдалим. Статистика свідчить про те, що надмірна вага практично завжди призводить до розвитку цукрового діабету, артеріальної гіпертензії, ішемічної хвороби серця, інсульту, дискінезій жовчного міхура, жовчнокам'яної хвороби, хронічного холециститу, безпліддя, остеохондрозу хребта і обмінно-дистрофічних поліартритів, деяких видів раку та ін. Щорічно від пов'язаних з ожирінням захворювань у всьому світі помирають понад 400 тисяч людей [2, с. 50].

Люди, що страждають від ожиріння, на 50-100% піддаються більшому ризику смерті від різних причин у порівнянні з людьми з нормальною вагою, а також на 30-50% більше схильні до розвитку хронічних захворювань, ніж ті, що палять і зловживають алкоголем. Крім того, проблема ожиріння призводить до серйозних економічних наслід-

ків у зв'язку зі зниженням продуктивності праці. У різних частинах світу на ожиріння припадає від 2% до 8% витрат на медичну допомогу. Ожиріння має також наслідки соціального характеру, серед яких відзначаються низька успішність в школі та дискримінація на роботі [3, с. 17].

Аналіз останніх досліджень і публікацій показує помітне поширення надлишкової ваги і ожиріння серед школярів та студентів, що є загрозою поширення супутніх тяжких захворювань та наступної інвалідизації осіб молодого віку. Водночас, обмаль публікацій, де прослідковується вплив раціонального харчування на фізичний розвиток підлітків. Саме тому виникає потреба у ретельному та всебічному вивченні цього явища серед означеної вікової групи та у визначенні ефективних шляхів і засобів профілактики.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Основна проблема оздоровчого харчування в нашій країні – це проблема раціонального харчування, тобто такого, яке відповідає фізичним потребам організму для забезпечення фізичного здоров'я й активної трудової діяльності. Актуальність нашого дослідження полягає у тому, що воно допоможе своєчасно визначити відхилення у фізичному розвитку дітей підліткового віку та прослідкувати роль харчування в цьому процесі. Це дасть змогу вчасно прогнозувати зміни в рості і розвитку дітей, а також сприятиме розробці відповідних оздоровчих заходів.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є дослідження фактичного стану харчування сучасних підлітків та прослідкувати його роль у попередженні ожиріння.

Виклад основного матеріалу. Харчування є однією з найбільш істотних форм взаємозв'язку організму з навколишнім середовищем, яке забезпечує надходження в організм із харчовими продуктами складних органічних сполук (білків, жирів, вуглеводів, вітамінів) і простих хімічних елементів, мінеральних речовин і води. Вони необхідні організму як для пластичних цілей (побудова і оновлення клітин і тканин), так і для відновлення енергетичних витрат організму головним чином за рахунок вуглеводів, жирів і в меншому ступені, білків.

Раціональне харчування – це повноцінне в кількісному та збалансоване в якісному відно-

шенні харчування, що забезпечує нормальний ріст, фізичний і психофізіологічний розвиток організму, його високу працездатність, активне довголіття та стійкість до несприятливих природних, техногенних, соціальних чинників навколишнього середовища [7, с. 14].

Раціональне харчування повинно відповідати таким основним принципам: бути повноцінним у кількісному відношенні, тобто за енергетичною цінністю (калорійністю) добового раціону відповідати енергетичним витратам організму, з урахуванням не засвоюваної частини раціону;

- забезпечувати якісну повноцінність (збалансованість) раціону, тобто оптимальний вміст у ньому всіх харчових речовин в оптимальних кількостях і співвідношенні білків, жирів (у тому числі тваринних), вуглеводів (у тому числі цукрів, клітковини, харчових волокон), вітамінів, макро-, мікроелементів, смакових речовин;

- дотримуватися раціонального режиму харчування: години приймання їжі повинні відповідати біологічним ритмам організму; кількість прийомів їжі повинна бути 3-4-разова для дорослих, 5-6-разова для дітей різного віку;

- інтервал між прийомами їжі повинні бути відповідно 5-6 годин для дорослих та 3-4 години для дітей. Розподіл добового раціону по окремих прийомах їжі повинен відповідати фізіологічним потребам організму: в ранкову, обідню пору (період фізичної активності організму) енергетична цінність повинна бути відповідно 30-35% та 40-50%, після закінчення активного періоду доби ввечері – 20-25%;

- готова їжа повинна відповідати ферментним можливостям травної системи. З цієї метою підготовка продуктів та їх кулінарна обробка повинні забезпечувати хороші смакові якості, високу поживність, легкотравність та високу засвоюваність їжі;

- їжа повинна бути нешкідливою в токсичному відношенні, тобто у продуктах, готових стравах не повинно бути токсичних речовин у шкідливих для організму концентраціях;

- їжа повинна бути безпечною в епідемічному відношенні: в ній повинні бути відсутні збудники інфекційних захворювань з аліментарним механізмом передачі – бактерії, віруси, грибки, найпростіші, зародки гео- та біогельмінтів.

Раціональне харчування передбачає наявність у харчовому раціоні білків, жирів, вуглеводів, вітамінів, мінеральних речовин у відповідності з потребою організму в них і в оптимальних для засвоєння співвідношенні, в залежності від віку, статі, маси, умов праці [6, с. 74].

Встановлення потреби організму в окремих поживних речовинах, ступеня їх обов'язковості і наявності чи відсутності запасів в організмі кожного з них складає основу харчування здорової і хворої людини. Норми споживання харчових продуктів складаються так, щоб сумарний вміст в них харчових речовин задовольняв фізіологічні потреби організму, сприяв збереженню здоров'я і максимальної працездатності людини. Особливо актуальною є проблема раціонального харчування і збереження здоров'я в умовах нинішнього тотального забруднення навколишнього середовища [4, с. 119].

В рамках визначення фактичного стану харчування проводилося дослідження в Переяслав-

Хмельницькій ЗОШ I-III ступенів № 7. Методами даного експерименту були: визначення індексу маси тіла (ІМТ) та проведення анкетування. Досліджуваними були учні 7-8 класів.

Дослідженням було охоплено 159 учнів віком від 13-15 років. Серед респондентів дівчат – 48,9%, хлопців – 51,1%. Здійснено антропометричні вимірювання ваги та зросту учнів для з'ясування індексу маси тіла, як основного показника збалансованості їх харчування. Запропонована анкета охопила кілька аспектів харчування школярів.

Серед школярів були проведені антропометричні вимірювання ваги та зросту для розрахунку показника ІМТ. Нами встановлено, що залежно від віку та статі індекс маси тіла був у межах норми. 83% учнів мають вагу, що відповідає зросту, 7% це ті школярі, які мають меншу вагу за норму і 10% – школярі, що мають більшу вагу за норму.

Отже, фізичний розвиток досліджуваних школярів з огляду на їх антропометричні дані в цілому є в межах норми.

За результатами проведеного дослідження, 73% опитаних підлітків споживають їжу тричі на день. Проте, регулярно снідають кожного дня 71% підлітків, 26% – снідають нерегулярно (2-3 дні на тиждень) та 3% ніколи не снідають. При цьому прослідковується, що частіше не снідають дівчата (16%), ніж хлопці (9%).

Проте, сніданок повинен забезпечувати 30-35% щоденної потреби організму в енергії, давати вітаміни та мікроелементи, яких організм потребуватиме впродовж дня. Такий сніданок дозволить уникнути відчуття слабкості, яке внаслідок зниження вмісту цукру в клітинах організму настає в окремих людей протягом дня. Уранці швидкість обміну речовин найінтенсивніша, а це означає, що ризик жирових відкладень у цей час мінімальний. Упродовж дня обмін речовин уповільнюється, а близько півночі доходить до найнижчої позначки [1, с. 98].

Таким чином, сніданком забезпечені 71% школярів, 26% опитаних – снідають нерегулярно, а 3% – постійно залишається без сніданків. Можна констатувати, що регулярність прийому їжі вранці поступово знижується з дорослішанням підлітків і відбувається це в значній мірі за рахунок зменшення кількості сніданків протягом тижня серед дівчат.

Ситуація з регулярністю прийому їжі в обідній час є такою: обідають кожного дня 68% опитаних школярів, обідають нерегулярно – 24%, постійно не отримують обідів – 8%, пояснюючи це значним завантаженням у післяурочний час (гуртки, секції, репетитори).

Для вечірнього прийому їжі характерні ті самі особливості, що характеризують регулярність сніданків та обідів. Регулярно вечеряють 77% опитаних підлітків, нерегулярно – 21% та не вечеряють взагалі – 2%. Проте, вечеря повинна забезпечувати 20-25% щоденної потреби організму в енергії, вона повинна бути багатою на вуглеводи, що найлегше засвоюються організмом (каша, вареники, картопля, кисломолочні продукти, фрукти). Від продуктів, багатих на білки, увечері краще відмовитися. Вечеряти потрібно не пізніше, як за 2 години до сну, тому що

шлункова секреція під час сну різко падає: їжа засвоюється погано та порушується сон [5, с. 64].

Отже, щоденно вечеряють – 77% школярів, нерегулярно – 21%, а 2% опитаних не вечеряють взагалі.

Належне харчування є необхідною передумовою гармонійного росту й розвитку підлітків. Але це, на жаль, часто залишається поза увагою не тільки дітей, а й батьків. Для того, щоб особистість була фізично, морально та духовно здоровою, дуже важливо звертати увагу на те, що, коли і де підлітки їдять протягом дня.

У результаті дослідження нами було встановлено частоту вживання необхідних продуктів. Так, згідно даних анкетування щодо правильного вибору та споживання найбільш цінних продуктів отримано досить невтішні результати. Зокрема, достатню кількість фруктів (більше одного разу на день) споживають лише 19% опитаних учнів. Не набагато кращі результати щодо вживання овочів, їх достатню кількість (також більше одного разу на день) вживають тільки 21% учнів, які взяли участь в опитуванні. На відміну від хлопців, дівчата трохи частіше споживають овочі та фрукти.

Продукти із цільних злаків (нешліфовані крупи, хлібобулочні вироби та макарони з борошна грубого помолу) щодня споживає дещо більше третини (38%) опитаних, незалежно від статі та віку. Разом із тим майже третина (32%) респондентів взагалі не вживають ці важливі продукти або вживають не частіше одного разу на тиждень.

Менше третини опитаних (32%) вживають молочні продукти регулярно (щодня або більше одного разу на день), а в раціоні харчування 21% їх немає взагалі або вони бувають рідше одного разу на тиждень.

Українським виявився рівень вживання риби та рибних продуктів. Більше половини учнів (53%), які взяли участь в опитуванні, мали в раціоні харчування рибу й рибні продукти один або рідше одного разу на тиждень, або взагалі не їдять такої їжі. Регулярно споживає рибу та рибні продукти (щодня або більше одного разу на день) 15% опитаних. майбутньому.

Запитання про м'ясо та м'ясопродукти в раціоні харчування продемонструвало, що 35% респондентів вживають ці продукти щодня або кілька разів на день і лише 21% не вживають зовсім або вживають не частіше одного разу на тиждень.

Трохи більше половини учнів (52%) споживали солодощі (тістечка, цукерки, шоколад тощо) щодня або майже щодня. При цьому любителями солодощів частіше є дівчата (56%), ніж хлопці (48%), лише 2% серед усіх опитаних взагалі не споживають солодощі. Солодкі газовані напої із вмістом цукру (кола, спрайт, фанта та ін.) є в майже щоденному раціоні 36% усіх опитаних.

Висновки і пропозиції. Отже, з вищевикладеного нами з'ясовано що найкорисніших для здоров'я продуктів (фруктів, овочів, молочних продуктів, продуктів із цільних злаків, м'яса, риби) мало в щоденному раціоні учнів. Тож до організму не надходять важливі макро- та мікроелементи, що формують енергетичну й біологічну цінність продуктів харчування. Проте діти не відмовляють собі в шоколаді, тістечках, цукерках, не забувають і про газовані цукровмісні напої, які є джерелом легкозасвоюваних простих вуглеводів, що відкладаються у вигляді жиру, особливо при малорухливому способі життя.

Доки дитина ще маленька, батьки ретельно стежать за її раціоном, але часто послаблюють контроль після настання підліткового періоду. У підлітковому віці організм дитини перебудовується, і щоб цей процес проходив максимально правильно, дитина повинна збалансовано харчуватися. Часто батьки вважають, що підліток – це вже практично доросла людина (принаймні в тих питаннях, що стосуються харчування). Однак насправді організм підлітка зазнає безліч змін, залежно від яких слід коригувати щоденний раціон. Неправильний раціон в підлітковому віці може стати причиною хронічних захворювань і проблем зі здоров'ям. Якщо з підліткового віку звикнути харчуватися правильно і не припиняти слідувати за принципами правильного харчування і після вступу у доросле життя, можна уникнути багатьох серйозних проблем зі здоров'ям у

Список літератури:

1. Балакірева О. Фізична активність, раціональне харчування та складові фізичного здоров'я підлітків / О. Балакірева, Д. Дмитрук, М. Рябова, О. Яременко. – К.: Державний ін-т проблем сім'ї та молоді, 2002. – Вип. 3 – 263 с.
2. Большова О. В. Ожиріння в дитячому та підлітковому віці / О. В. Большова // Здоров'я України: медична газета, 2008. – № 18/1, червень. – С. 50-53.
3. Гребняк М. П. Соціально-гігієнічний моніторинг здоров'я школярів та їх навчального середовища. Методичні рекомендації / М. П. Гребняк, О. Б. Єрмаченко, В. В. Машиністов та ін. – Донецьк, 2007. – 22 с.
4. Дуденко Н. В. Фізіологія харчування / Н. В. Дуденко, Л. Ф. Павлоцька – Х.: 1999. – 392 с.
5. Польша Н. С. Гігієнічна оцінка організації харчування загальноосвітніх закладів у сучасних умовах / Н. С. Польша, М. П. Гугліч, В. М. Махнюк // Довкілля та здоров'я, 2006. – № 3. – С. 62-66.
6. Смоляр В. І. Основи фізіології та гігієни харчування / В. І. Смоляр. – К.: Здоров'я, 2000. – 302 с.
7. Сусліков В. Л. Харчування і здоров'я / В. Л. Сусліков. – Чебоксари, 1990. – 48 с.

Годун Н.И.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ КАК ЗДОРОВЬЕСОХРАНЯЮЩИЙ ФАКТОР

Аннотация

В данной статье обоснована важность рационального питания в обеспечении гармоничного физического развития подрастающего поколения. Определено экспериментальным путем фактическое состояние питания школьников и индекс массы тела исследуемых. Согласно полученных результатов проанализированы основные причины ожирения и его последствия в подростковом возрасте и рассмотрены профилактические меры относительно этой проблемы. В частности, даны рекомендации по улучшению сбалансированности пищевого рациона подростков в соответствии с физиологическими потребностями организма исследуемых в питательных веществах. Прослежено, что нарушение принципов рационального питания может вызвать снижение уровня здоровья как отдельного индивида так и организованного коллектива.

Ключевые слова: рациональное питание, подростковый возраст, индекс массы тела, профилактика ожирения.

Godun N.I.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Scovoroda

RATIONAL NUTRITION OF MODERN TEENAGERS AS A HEALTH-KEEPING FACTOR

Summary

The article substantiates the importance of nutrition in ensuring a harmonious physical development of the younger generation. Determined experimentally the actual state of nutrition of schoolchildren and the body mass index of subjects. According to the obtained results analyzed the main causes of obesity and its consequences in adolescence and focus on preventive measures regarding this problem. In particular, recommendations to improve the balance of the diet of adolescents in accordance with the physiological needs of the organism studied in nutrients. It is tracked that the violation of the principles of nutrition can cause a decrease in the level of health of both individuals and organized groups.

Keywords: rational nutrition, adolescence, body mass index, prevention of obesity.

ЗАЛЕЖНІСТЬ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ВІД ОРГАНІЗАЦІЇ РЕЖИМУ ДНЯ

Гозак С.В.

Інститут громадського здоров'я імені О.М. Марзєєва
Національної академії медичних наук України,
Київський університет імені Бориса Грінченка

Слізарова О.Т., Шумак О.В., Філоненко О.О.

Інститут громадського здоров'я імені О.М. Марзєєва
Національної академії медичних наук України

Доцільність проведених досліджень обумовлена сучасними змінами в освітньому секторі та у структурі життєдіяльності дитячого населення, в тому числі змінах поведінкових факторів. Вперіод статевого дозрівання це може негативно впливати на розумову працездатність учнів під час навчання. В роботі застосовані методи натурного експерименту (коректурні проби за методикою Анфімова), анкетного опитування (вивчення рухової активності, режиму дня), гігієнічної експертизи (розклад уроків), математичні, статистичні (кореляційний аналіз, розрахунок відносного ризику та інші). Аналіз отриманих результатів вказує на залежність розумової працездатності учнів середнього шкільного віку від таких показників організації навчального процесу, як кількість уроків на тиждень, важкість навчальних предметів, розклад занять, а також поведінкових факторів (рухова активність, тривалість прогулянок та екранного часу) ($p < 0,05-0,001$). За прогностичною оцінкою ймовірності взаємозв'язку між навчальною діяльністю та організацією режиму дня, встановлено ризик виникнення сильної втоми при: перевищенні сумарного тижневого навчального навантаження на 3-4 години; несприятливому розкладі уроків; середньому та високому рівні складності предметів, дефіциті сну, перевищенні гігієнічно рекомендованої тривалості екранного часу ($RR = 1,14-1,51$, $p < 0,05-0,001$).

Ключові слова: режим дня, учні середнього шкільного віку, розумова працездатність, розклад уроків, екранний час, відносний ризик, навчальне навантаження, загальноосвітні навчальні заклади (ЗНЗ).

Постановка проблеми. Раціональний розподіл видів діяльності учнів протягом дня та тижня забезпечує оптимальну працездатність організму, що росте. Крім цього від правильної організації режиму дня школярів залежить його здоров'я, фізичний розвиток, шкільна успішність.

Правильно організований режим дня учнів передбачає оптимальне чергування видів діяльності відповідно до циркадних ритмів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вченими доведено, що певний уклад життєвого ритму школярів формує динамічний стереотип, що сприяє утворенню зв'язків центральної нервової системи, відповідних за правильний розподіл та зменшення енергетичних витрат. Перевищення допустимого рівня навчального навантаження, відсутність режиму навчальної роботи, повноцінного відпочинку, фізичної праці, достатньої рухової активності призводять до виснаження нервової системи школяра, перевтоми і ослаблення організму, зниження опірності різним інфекціям [1, с. 336-339].

Добовий режим, в процесі якого забезпечуються всі види навчання та відпочинку учнів з урахуванням їх вікових особливостей, є важливою складовою процесу життєдіяльності. Основні порушення режиму дня учнів відбуваються відносно нічного відпочинку, перебування на свіжому повітрі, рухової активності, тривалості комп'ютерної ігрової діяльності, перегляду телевізора, порушення режиму харчування [2, с. 260-269]. Зміна структури вільного часу школярів та перерозподіл балансу дозвілля з активних форм на пасивні можуть призводити до гіподинамії, котра є фактором ризику виникнення неінфекційних захворювань та може негативно впливати на подальший фізіологічний та розумовий розвиток [3].

Проблема змін режиму дня учнів існує і в інших країнах. За даними досліджень, проведених Sandra L. Hofferth (2009), учні шкіл США з року в рік змінюють свій звичний режим діяльності через наявність комп'ютерної техніки, телевізорів та ін., надаючи перевагу даним видам дозвілля, а не спортивним заняттям та аеродинамічним іграм. Пасивні види відпочинку переважають заняття спортом та ігри на свіжому повітрі в 21% випадків опитаних дітей віком до 12-ти років. Збільшився відсоток часу, необхідний на підготовку до занять у школі. Характерною особливістю школярів 9-12 років є збільшення на 10% часу на навчальні заняття [4].

За результатами досліджень режиму дня школярів (Гайнанова Н.К., 2006) встановлена аналогічна закономірність: виявлено, що 63,6% школярів знаходяться на свіжому повітрі менше 2-х годин на день, половина учнів проводять перед телевізором від 1 до 2-х годин щоденно, лише третина школярів не займається за комп'ютером, менше половини додатково займаються в спортивних секціях [5, с. 42-43].

Фізіологічною основою, що визначає характер та тривалість розумової діяльності, є рівень працездатності клітин головного мозку, тому дуже важливо не перевищувати межу працездатності центральної нервової системи (ЦНС) та забезпечувати повне функціональне відновлення після діяльності. Відповідно до теорії функціонування систем організму, формування динамічного стереотипу відбувається поступово, при багатократному повторюванні одних і тих самих умов. Тому основним принципом побудови раціонального режиму дня є його строге дотримання, неприпустимість частих змін, поступовість ускладнення режиму навчання [3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Ущільнення шкільної програми, збільшення кількості уроків в школі, що впливає на скорочення часу дозвілля вдома, дозволяють висунути гіпотезу про зростання відсоткової кількості учнів шкіл, які не дотримуються розпорядку дня, що призводить до прояви хронічної втоми [7, с. 269-277]. В зв'язку з цим, не має сумніву актуальність дослідження шкільного та позашкільного режиму дня школярів, аналіз пріоритетних чинників, котрі можуть негативно впливати на розумову діяльність та спричиняти в подальшому розвиток хронічної патології.

Мета. Встановити залежність між показниками розумової працездатності та параметрами режиму дня учнів середнього шкільного віку.

Методи дослідження. Для оцінки розумової працездатності проведено натурний експеримент із застосуванням коректурних проб за методикою Анфімова протягом навчального дня (до початку занять та після кожного уроку) тричі на тиждень (понеділок, середа, п'ятниця). У тестуванні прийняли участь 522 учні ЗНЗ м. Києва середнього шкільного віку (278 хлопчиків та 244 дівчинки). Розраховували середній об'єм працездатності ($ОП_{cp}$), середню точність працездатності ($ТП_{cp}$), середнє співвідношення точності до об'єму працездатності стандартизоване на 500 знаків ($СТ_{500cp}$) та коефіцієнт продуктивності ($КП_{cp}$). До аналізу включено 1021 тестів.

Стомлення учнів вивчали за результатами змін розумової працездатності. До першої групи віднесли дітей з незадовільним зсувом працездатності (сильною та вираженою втомою) ($n = 515$), а до другої – з задовільним (початкова втома та сприятлива динаміка) ($n = 506$).

Вивчено вплив шкільних (розклад, тижневе навантаження, тижнева важкість предметів) та позашкільних факторів (рухова активність, тривалість прогулянок, тривалість сну).

Кількісну характеристику впливу факторів оцінювали за розрахунком відносного ризику (RR). Систематизація матеріалу і первинна математична обробка виконані за допомогою таблиць Microsoft EXCEL 2013. Статистична обробка проводилась з використанням пакету STATISTICA 8.0.

Основна частина. Як показало дослідження планувальних регламентів навчальної діяльності середніх (5-х, 7-х та 9-х) класів, жоден з оцінюваних розкладів за гігієнічно значимими показниками не відповідає характеристиці «сприятливий» ($IP = 0,426 \pm 0,03$) [8, с. 8-10]. Суттєві відхилення виявлені у розподілі навчального навантаження протягом дня та тижня. В зв'язку з цим, вплив якості розкладу на розумову працездатність визначали за розподілом розкладу на «задовільний» та «незадовільний».

Встановлено, що при задовільному розкладі продуктивність розумової працездатності та її об'єм вищі, ніж при незадовільному з відповідними показниками $ОП_{cp}$ ($28,5 \pm 0,3$) і ($25,4 \pm 0,3$) ум. од. та $ТП_{cp}$ ($326,0 \pm 3,5$) і ($291,0 \pm 3,7$) знаків. Показники точності працездатності та співвідношення точності до об'єму працездатності також мають тенденцію до покращення при задовільній оцінці розкладу, але статистичного підтвердження цього факту не виявлено ($p > 0,1$) (табл. 1).

Встановлено, що продуктивність розумової працездатності достовірно знижується при перевищенні сумарного тижневого навантаження. Так, при перевищенні показника на 3-4 години продуктивність працездатності складає ($24,6 \pm 0,5$) ум.од., на 2 години – ($27,4 \pm 0,3$) ум.од., на 0-1 годину – ($28,4 \pm 0,7$) ум.од. (табл. 2).

Кількість помилок і співвідношення точності розумової працездатності до її об'єму підвищується зі зростанням рівня важкості (табл. 3).

Вивчення впливу позашкільних факторів на рівень розумової працездатності показало наступне.

Таблиця 1

Розподіл показників розумової працездатності учнів середнього шкільного віку за оцінкою розкладу ($M \pm m$)

Відповідність розкладу ГДН	N	$КП_{cp}$	$ОП_{cp}$	$ТП_{cp}$	$СТ_{500cp}$
задовільний	539	$28,5 \pm 0,3$	$326,0 \pm 3,5$	$5,1 \pm 0,1$	$9,8 \pm 0,3$
незадовільний	482	$25,4 \pm 0,3$	$291,0 \pm 3,7$	$4,8 \pm 0,2$	$10,4 \pm 0,3$
p		0,001	0,001	0,08	0,14

Таблиця 2

Розподіл показників розумової працездатності учнів середнього шкільного віку за перевищенням сумарного тижневого навантаження ($M \pm m$)

Перевищення сумарного тижневого навантаження	N	$КП_{cp}$	$ОП_{cp}$	$ТП_{cp}$	$СТ_{500cp}$
3-4 години	180	$24,6 \pm 0,5$	$286,1 \pm 5,3$	$5,1 \pm 0,3$	$10,9 \pm 0,5$
2 години	731	$27,4 \pm 0,3$	$313,5 \pm 3,2$	$5,0 \pm 0,1$	$10,0 \pm 0,2$
0-1 година	110	$28,4 \pm 0,7$	$320,8 \pm 7,1$	$4,6 \pm 0,2$	$9,2 \pm 0,5$
p		0,001	0,001	0,37	0,09

Таблиця 3

Розподіл показників розумової працездатності учнів середнього шкільного віку за рівнем сумарної складності предметів ($M \pm m$)

Сумарна складність предметів	N	$КП_{cp}$	$ОП_{cp}$	$ТП_{cp}$	$СТ_{500cp}$
висока	502	$23,6 \pm 0,6$	$278,6 \pm 5,8$	$5,4 \pm 0,2$	$10,6 \pm 0,3$
середня	173	$26,4 \pm 0,3$	$301,4 \pm 3,1$	$4,3 \pm 0,2$	$9,1 \pm 0,4$
низька	346	$30,0 \pm 0,6$	$339,6 \pm 6,4$	$4,7 \pm 0,2$	$9,8 \pm 0,4$
p		0,001	0,001	0,001	0,02

Таблиця 4

Розподіл показників розумової працездатності учнів середнього шкільного віку за рівнем рухової активності (M±m)

Оцінка рухової активності	N	КП _{ср}	ОП _{ср}	ТП _{ср}	СТ _{500ср}
високий	223	29,0±0,5	328,8±5,0	4,9±0,2	9,3±0,4
середній	539	26,9±0,3	309,0±3,6	5,2±0,2	10,4±0,3
низький	69	26,8±1,0	305,6±10,7	4,9±0,4	10,3±0,7
p		0,001	0,01	0,59	0,15

Оцінка впливу рівня рухової активності на показники розумової працездатності (табл. 4) показала, що при підвищенні рівня рухової активності підвищується об'єм та продуктивність працездатності, але не змінюється точність ($p > 0,5$).

Встановлено підвищення продуктивності працездатності в залежності від збільшення тривалості прогулянок на свіжому повітрі ($r = 0,14$; $p < 0,001$), збільшення тривалості сну ($r = 0,24$; $p < 0,001$). Зниження продуктивності працездатності в залежності від збільшення тривалості перегляду телевізійних програм ($r = -0,14$; $p < 0,01$), комп'ютерних ігор ($r = -0,12$; $p < 0,01$) та загальної тривалості екранного часу ($r = -0,16$; $p < 0,001$).

В табл. 5 представлена інформація щодо внеску екзогенних факторів при їх ізольованій дії у загальну дисперсію продуктивності розумової працездатності.

Таблиця 5

Особливості внеску екзогенних факторів при їх ізольованій дії у загальну дисперсію продуктивності розумової працездатності, %

Фактор	Продуктивність розумової працездатності
тижневе навантаження	2,23±0,19**
важкість предметів	5,34±0,20**
оцінка розкладу	4,06±0,09**
рухова активність	6,71±0,24**
режим харчування	0,42±0,23
режим дня	0,65±0,25
тривалість прогулянок	3,15±0,29**
тривалість виконання ДЗ	0,73±0,23*
достатній сон	4,12±0,22**
ТВ	0,64±0,13**
комп'ютерні ігри	0,94±0,14**
екранний час	2,39±0,35**
порушення поведінки	0,41±0,25
тривалість занять у гуртках	5,02±1,44*

Примітки: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$

В табл. 6 представлена інформація щодо впливу навчального навантаження на розподіл учнів середнього шкільного віку з різним рівнем зсуву працездатності.

При низькій складності предметів частка дітей з незадовільним зсувом працездатності складає 38,2%, при середній – 50,9%, при високій – 57,9%. Ймовірність збільшення частки дітей з незадовільним зсувом працездатності при середньому рівні складності предметів є вищою на 33,3% (RR = 1,33; $p < 0,05$), а при високому – на 51,5% вищою (RR = 1,52; $p < 0,01$), ніж при низькому.

Дослідження впливу позашкільних факторів режиму дня на працездатність не виявили до-

стовірних відмінностей, але отримані результати вказують на взаємозалежність цих показників (табл. 7): значні порушення рекомендованого часу дозвілля та чи інакше позначаються на працездатності учнів (при високій оцінці режиму дня частка учнів з незадовільним зсувом працездатності становить до 47,1%, а при низькій – 50,3%).

Таблиця 6

Особливості впливу навчального навантаження на розподіл учнів середнього шкільного віку з різним рівнем зсуву працездатності, %

Показники	Градації	Зсув працездатності, %	
		незадовільний	задовільний
перевищення сумарного тижневого навантаження ($\chi^2 = 4,8$; $p < 0,05$)	на 0-2 години	49,8±1,7	50,2±1,7
	на 3-4 години	60,9±4,7	39,1±4,7
оцінка розкладу ($\chi^2 = 4,6$; $p < 0,05$)	незадовільна	53,6±2,1	46,4±2,1
	задовільна	46,9±2,3	53,1±2,3
сумарна складність предметів ($\chi^2 = 10,8$; $p < 0,01$)	висока	57,9±4,0	42,1±4,0
	середня	50,9±1,8	49,1±1,8
	низька	38,2±4,4	61,8±4,4

Таблиця 7

Особливості впливу позашкільних факторів на розподіл учнів середнього шкільного віку з різним рівнем зсуву працездатності, %

Показник	Градації	Зсув працездатності, %	
		незадовільний	задовільний
оцінка режиму дня	низька	50,3±4,0	49,7±4,0
	середня	52,6±2,1	47,4±2,1
	висока	47,1±4,0	52,9±4,0
оцінка рухової активності	низька	55,2±3,3	44,8±3,3
	середня	50,7±2,2	49,4±2,2
	висока	53,6±6,0	46,4±6,0

Таблиця 8

Особливості впливу елементів режиму дня на розподіл учнів середнього шкільного віку з різним рівнем зсуву працездатності, %

Показник	Градації	Зсув працездатності, %		
		незадовільний	задовільний	
тривалість сну	допустимий час сну	25,2±2,9	74,8±2,9	
	дефіцит сну	34,1±1,8	65,9±1,8	
	в т.ч.:			
	дефіцит сну на 1 годину	33,0±2,1	67,0±2,1	
	дефіцит сну на 2 години	37,0±3,4	63,0±3,4	
екранний час	допустимий	47,4±2,7	52,6±2,7	
	не допустимий	54,4±2,2	45,6±2,2	

За оцінкою ризику порушень розумової діяльності внаслідок скорочення часу нічного відпочинку, встановлено: ймовірність незадовільного зсуву працездатності при дефіциті сну вища на 35,2%, ніж при оптимальній тривалості. При зниженні оптимальної тривалості сну на 2 години ймовірність незадовільного зсуву працездатності зростає на 46,9% (табл. 8).

Встановлено зв'язок градацій зсуву працездатності протягом навчального дня з такими елементами режиму дня, як тривалість сну та тривалість екранного часу. Так, перевищення тривалості допустимого екранного часу порівняно з допустимим підвищує ймовірність розвитку втоми на 14,7%.

Таким чином, виходячи з наведених даних, можна стверджувати, що:

– Розумова працездатність учнів середнього шкільного віку залежить від таких чинників, як шкільні (кількість уроків на тиждень, важкість навчальних предметів, розклад занять) та поза-шкільні (рухова активність, тривалість прогулянок та екранного часу) ($p < 0,05-0,001$).

– Встановлено ризик виникнення сильної втоми при: перевищенні сумарного навчального навантаження на 3-4 години; незадовільному розкладі уроків; середньому та високому рівні складності предметів, дефіциті сну, перевищенні тривалості допустимого екранного часу ($RR = 1,14-1,51$, $p < 0,05-0,001$).

Список літератури:

1. Івахно О. П. Здоров'я дітей дошкільного віку в умовах сучасного мегаполісу / О. П. Івахно // Гігієна населених місць: зб. наук. праць. – К., 2007. – Вип. 49. – С. 336-339.
2. Полька Н. С. Особливості режиму дня учнів середнього шкільного віку / Полька Н. С., Яцковська Н. Я., Платонова А. Г. та ін. // Гігієна населених місць: зб. наукових праць. – К., 2012. – Вип. 60. – С. 260-269.
3. Силаев А. А. Гигиенические аспекты организации режима дня дошкольников и школьников / А. А. Силаев, О. Л. Попова, Н. Д. Бобрищева-Пушкина, Л. Ю. Кузнецова // Практика педиатра, 2008. (Ел. ресурс). Реж. доступу: <http://medi.ru/doc/j01080512.htm>
4. Sandra L. Hofferth. Changes in American children's time – 1997 to 2003 // Electron Int J Time Use Res. Jan 1, 2009; 6(1): 26-47. (Ел. ресурс. Реж. доступу: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2939468/>).
5. Гайнанова Н. К., Беликова Р. М. Гигиеническая оценка режима дня старших дошкольников и младших школьников // Успехи современного естествознания. – 2006. – № 3 – С. 42-43.
6. Грицина О. П. Гигиеническая оценка режима дня и работоспособности детей, посещающих учреждения дополнительного образования / О. П. Грицина // Охрана здоровья и безопасности жизнедеятельности детей. Актуальные проблемы, тактика и стратегия действий. Материалы IV Всероссийского конгресса по школьной и университетской медицине с международным участием. – С.-Пб.: Эри: 2014. – 448 с.
7. Гозак С. В. Ретроспективний аналіз навчального навантаження у загальноосвітніх навчальних закладах України за 1970-2013 роки / С. В. Гозак, О. В. Шумак // Гігієна населених місць: зб. наук. праць. – Київ, 2014. – Вип. 63. – С. 269-277.
8. Методики гігієнічної оцінки організації навчального процесу у загальноосвітніх навчальних закладах (методичні рекомендації) / МОЗ України. – К., 2015. – 38 с.

Гозак С.В.

Институт общественного здоровья имени А.Н. Марзеева
Национальной академии медицинских наук Украины,
Киевский университет имени Бориса Гринченко

Елизарова Е.Т., Шумак О.В., Филоненко О.А.

Институт общественного здоровья имени А.Н. Марзеева
Национальной академии медицинских наук Украины

ЗАВИСИМОСТЬ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ УЧЕНИКОВ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ОТ ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДНЯ

Аннотация

Обоснованность проведенных исследований обусловлена современными изменениями в образовательном секторе и в структуре жизнедеятельности детского населения, в том числе изменениями поведенческих факторов. В период полового созревания это может оказывать отрицательное влияние на умственную деятельность учеников в процессе обучения. В работе применены методы натурального эксперимента (корректурные пробы по методике Анфимова), анкетного опроса (двигательная активность, режим дня), гигиенической экспертизы (расписание уроков), математические (первичная обработка данных), статистические (корреляционный анализ, расчет относительного риска и др.). Анализ полученных результатов указывает на зависимость умственной деятельности учеников среднего школьного возраста от таких школьных показателей организации учебного процесса, как количество уроков в неделю, трудность учебных предметов, качество расписания уроков, а также внешкольных видов деятельности (двигательная активность, продолжительность прогулок и экранного времени) ($p < 0,05-0,001$). Прогностическая оценка вероятности взаимосвязи учебной деятельности и организации режима дня свидетельствует о риске возникновения сильной усталости при: превышении суммарной учебной нагрузки на 3-4 часа; неудовлетворительном качестве расписания уроков; среднем и высоком уровне трудности дисциплин, дефиците сна, превышении продолжительности экранного времени ($RR = 1,14-1,51$, $p < 0,05-0,001$).

Ключевые слова: режим дня, ученики среднего школьного возраста, умственная работоспособность, расписание уроков, экранное время, относительный риск, учебная нагрузка, общеобразовательные учебные заведения (ОУЗ).

Gozak S.V.

O.M. Marzeyev Institute for Public Health
of the National Academy of Medical Sciences of Ukraine,
Borys Grinchenko Kyiv University

Yelizarova O.T., Shumak O.V., Filonenko O.A.

O.M. Marzeyev Institute for Public Health
of the National Academy of Medical Sciences of Ukraine

DEPENDENCE OF MIDDLE-AGED PUPILS MIND ACTIVITY ON DAY REGIMEN ORGANIZATION

Summary

Practicability of the present research is defined by modern changes in educational sphere and children lifecycle structure including changes of behavioral factors. On adulthood, it may be a bad influence on pupils mind activity during studying. The study uses methods of the natural experiment (Anifimov's proof-correction test), questionnaire survey (physical activity researching, day regimen), hygienic estimation (lessons schedule), mathematic and statistic methods (correlation analysis, relative risk calculation and etc.). The research results show that the middle-aged pupils mind activity depends on following indicator of classes organization such as lessons quantity a week, academic subjects difficulty, lessons schedule as well as behavioral factors (physical activity, walking duration and screen time) ($p < 0.05-0.001$). According to forecast assessment of liable correlation between academic activity and day regimen organization it is estimated risk of strong tiredness appearance after following occasions: school overload about 3-4 hours a week, negative lessons schedule, middle or high level of subject difficulty, sleep shortage, exceeding of recommended time screen duration ($RR = 1.14-1.51$; $p < 0.05-0.001$).

Keywords: day regimen, middle-aged pupils, mind activity, lessons schedule, screen time, relative risk, school load, comprehensive school.

УДК 613:17.021.4

ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ТА МЕТОДИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДЕЙ

Горденко С.І.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті розглянуто загальні принципи безпеки життєдіяльності. Уточнено методи забезпечення та основні практичні заходи забезпечення безпеки життєдіяльності людей. Досліджено ефективне забезпечення безпеки життєдіяльності за умов наявності правової бази. Що держава виступає гарантом забезпечення реалізації конституційного права громадян на захист здоров'я, життя, і тому створює і розвиває систему захисту, яка виконує завдання відповідно до прийнятої в Україні концепції захисту населення і території.
Ключові слова: принципи безпеки життєдіяльності, методи безпеки життєдіяльності, надзвичайна ситуація, охорона здоров'я, охорона навколишнього середовища.

Постановка проблеми. Проблема захисту людей від небезпек у різних умовах їх існування виникла за сивої давнини. Уже тоді людина побоювалась різних невідомих процесів і явищ, загроз з боку представників біологічного світу.

З розвитком людського суспільства з'являються додаткові небезпеки, причиною яких стала сама людина. Науково-технічний прогрес, у цілому збільшуючи безпеку життєдіяльності людини, підвищуючи комфортність життя, спричинив появу низки нових проблем.

По-перше, це надзвичайне зростання ризику ураження та загибелі людей у разі взаємодії зі складними технічними системами на виробництві, транспорті, у побуті.

По-друге, збільшується кількість аварій і катастроф, зумовлених зниженням надійності при-

строїв, зроблених людиною, та помилками персоналу під час їх експлуатації, внаслідок яких створюються надзвичайні ситуації, які призводять до загибелі людей, великих матеріальних втрат і забруднення природного середовища.

По-третє, зростає кількість стихійних лих, а також збройних конфліктів і терористичних дій, та розміри негативних наслідків від них.

По-четверте, ліквідація наслідків катастрофічних аварій, стихійних лих, збройних конфліктів потребує величезних зусиль і матеріальних витрат під час проведення аварійно-рятувальних і відновлювальних робіт, забезпечення життєдіяльності постраждалого населення у районах надзвичайних ситуацій.

Усе це призводить до того, що вже зараз цивілізація несе величезні, іноді непоправні втрати.

Так, для ліквідації тільки однієї техногенної аварії, що сталась на Чорнобильській АЕС 26 квітня 1986 року і набула планетарного масштабу, потрібні значні витрати протягом декількох десятиліть.

Стихійні лиха і техногенні катастрофи не можна обмежити державними кордонами, вони часто охоплюють кілька сусідніх країн і ліквідація їх наслідків вимагає міжнародного співробітництва, об'єднання зусиль світової спільноти.

Отже, проблема захисту людей, забезпечення життєдіяльності суспільства – невід'ємна складова стратегічного напряму розвитку людства, вирішення якої можливе на державному і міждержавному рівнях.

Аналіз останніх досліджень. Розглядав загальні принципи побудови законодавства з безпеки життєдіяльності, та систему правового забезпечення Цапко В.Г. Значну увагу приділяли методам та засобам забезпечення безпеки життєдіяльності Зеркалов Д.В., Запорожець О.І.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Зростає актуальність пізнання закономірностей виникнення подій, що можуть спричинити небезпечні ситуації, розроблення методів прогнозування, виявлення та ідентифікації небезпек, оцінювання впливу їх на людину і середовище, комплексне вивчення принципів взаємодії людини з технічними засобами та навколишнім середовищем. На підставі цього необхідно розробляти засоби і способи захисту людей, територій, середовища.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є розгляд загальних принципів та методів забезпечення безпеки життєдіяльності людей.

Виклад основного матеріалу. Практика свідчить, що небезпека для життя людини може виникнути як у надзвичайних ситуаціях, так і у звичайних умовах навколишнього середовища. При цьому життєдіяльність людини може бути порушена. З метою забезпечення безпеки життєдіяльності своїх громадян кожна держава запроваджує різноманітні нормативно-правові, організаційні, технічні, медико-біологічні, фінансово-економічні та інші заходи. Водночас забезпечення безпеки – складний процес, у якому можна виділити елементарні складові, вихідні положення, правила, ідеї, що називаються принципами. Принципи забезпечення безпеки життєдіяльності досить численні і їх можна поділити на наступні 5 груп: законодавчі, орієнтуючі, управлінські, технічні, організаційні.

Законодавчі принципи – це положення вищої юридичної сили, що регулюють найбільш значущі, найважливіші відносини у сфері безпеки життєдіяльності шляхом встановлення загальнообов'язкових правил.

Орієнтуючі принципи – основоположні ідеї, що визначають напрям пошуку безпечних рішень і є методологічною та інформаційною базою безпеки життєдіяльності.

Технічні принципи спрямовані на безпосереднє відвернення дії небезпечних факторів і базуються на використанні фізичних законів і технічних засобів.

Управлінськими називаються принципи, що визначають взаємозв'язок і відносини між окремими стадіями й етапами процесу забезпечення безпеки. До них належать: відповідальність за

прийняті рішення, контроль, безперервність управління, зворотний зв'язок, підбір кадрів тощо.

До організаційних належать принципи, за допомогою яких реалізуються положення із залученням науково обґрунтованих рішень. Це принципи поєднання централізму й автономності, законність, плановість, об'єктивність основної ланки, оптимальність і ефективність, регламентації завдань і функцій, раціональної організації праці і відпочинку, компенсації та ін.

До основних принципів забезпечення життєдіяльності відносяться:

1. Безперервне забезпечення фізіологічних процесів організму людини, що залежить від таких факторів: повітря; питна вода; продукти харчування; предмети середовища мешкання: житло, тепло; світло; електроенергія; предмети споживання (одяг, взуття та ін.).

2. Принципи взаємозв'язку і взаємозалежності людини з навколишнім середовищем. Життєдіяльність людини забезпечується навколишнім середовищем: енергоресурсами, корисними копалинами, продуктами харчування, ресурсами інформаційної сфери та іншими потоками навколишнього середовища. Характер взаємодії людини з навколишнім середовищем визначаються значенням показників потоків речовини, енергії та інформації. Гармонійна взаємодія людини і навколишнього середовища відбувається лише в умовах, коли потоки енергії, речовини та інформації знаходяться в допустимих межах і сприятливо сприймаються людиною і природним середовищем. Будь-яке перевищення допустимих рівнів зазначених потоків може супроводжуватись виникненням небезпек і їх впливом на життєдіяльність людини.

3. Принцип системності, який відображає універсальний закон діалектики про взаємний зв'язок явищ і подій. Згідно з цим принципом необхідно розглядати явища із системних концепцій в їх взаємному зв'язку і цілісності. Принцип системності орієнтує на облік всіх елементів, що формують розглянутий результат, на повний облік обставин і чинників для забезпечення безпеки життєдіяльності. До елементів системи відносяться матеріальні об'єкти, а також відносини і зв'язки, що існують між ними.

4. Принцип захисту здоров'я, меж і умов життєдіяльності. Для реалізації цього принципу людство створило спеціальні інститути медичного забезпечення, оборони, екологічного захисту, моралі та ін. Окремі інститути як структурні частини життєдіяльності можуть створюватись для захисту людей і навколишнього середовища. До них можна віднести: систему охорони здоров'я, водних і повітряних ресурсів тощо.

5. Принцип запобігання і ліквідації негативних наслідків життєдіяльності людини супроводжується надзвичайними ситуаціями різного характеру і рівня. Тому необхідні спеціальні інститути як структурні елементи забезпечення життєдіяльності в особливих (надзвичайних) ситуаціях. До них можна зарахувати: Міністерство з надзвичайних ситуацій, комісії з питань техногенно-екологічної безпеки і надзвичайних ситуацій, штаби цивільної оборони.

6. Принцип деструкції полягає в тому, що система, яка веде до небезпечного результату, руй-

нується за рахунок виключення з неї однієї чи декількох елементів. Принцип деструкції органічно пов'язаний з розглянутим принципом системності та має настільки ж універсальне значення.

7. Принцип нормування полягає в регламентації умов, дотримання яких забезпечує заданий рівень безпеки. Необхідність нормування обумовлюється тим, що досягти абсолютну безпеку практично неможливо. Нормування має важливе методологічне значення. Норми є вихідними даними для розрахунку та організації заходів щодо забезпечення безпеки. При нормуванні враховуються психофізичні характеристики людини, а також технічні та економічні можливості.

8. Принцип несумісності полягає в просторовому і тимчасовому поділі об'єктів реального світу (речовин, матеріалів, обладнання, приміщень, людей), заснованому на обліку природи їх взаємодії з позицій безпеки. Такий поділ має на меті виключити виникнення небезпечних ситуацій, породжуваних взаємодією об'єктів. Цей принцип досить поширений у різних сферах техніки.

9. Принцип ергономічності полягає в тому, що для забезпечення безпеки враховуються антропометричні, психофізіологічні та психологічні властивості людини.

У загальному випадку забезпечення безпеки життєдіяльності може мати три виміри:

– *за видом діяльності*: нормативно-правовий, організаційно-технічний, виконавчий, науковонавчальний;

– *за напрямом діяльності*: охорона життя та здоров'я людини, захист територій і населення від надзвичайних ситуацій, охорона навколишнього середовища;

– *за рівнями діяльності*: загальнодержавний, регіональний, місцевий, об'єктовий [1, с. 239–241].

Політика держави щодо вирішення проблем забезпечення безпеки життєдіяльності знаходить своє відображення в чинному законодавстві України. Ці питання прямо чи опосередковано регулюють понад 200 нормативно-правових актів різної юридичної сили. Основні правові засади забезпечення невід'ємних прав людини щодо забезпечення безпеки її життєдіяльності викладено в Конституції України, яка гарантує встановлення безпеки на рівні національної ідеї. Основними законами, які визначають правові та організаційні засади захисту громадян України від надзвичайних ситуацій і забезпечення безпеки їх життєдіяльності є закони України: «Про захист населення і територій від надзвичайних ситуацій»; «Про правові засади цивільного захисту»; «Про цивільну оборону України»; «Про аварійно-рятувальні служби»; «Про зону надзвичайної екологічної ситуації»; «Про правовий режим надзвичайного стану»; «Про Збройні Сили України» тощо.

Регулювання відносини в галузі охорони й захисту здоров'я людини, охорони довкілля, використання природних ресурсів та забезпечення екологічної безпеки здійснюється законами України: «Основи законодавства України про охорону здоров'я», «Про охорону навколишнього природного середовища»; «Про охорону атмосферного повітря»; «Про забезпечення санітарного та екологічного благополуччя населення», «Про відходи»; Водний, Лісовий та Земельний кодекси. Деякі із законодавчих актів цієї групи спрямовані

на обмеження впливу небезпечних чинників при перебуванні людини в певних (специфічних) умовах. До таких законів відносяться закони України: «Про захист людини від впливу іонізуючих випромінювань»; «Про використання ядерної енергії та радіаційної безпеки»; «Про пожежну безпеку»; «Про дорожній рух», «Про захист населення від інфекційних хвороб», «Про запобігання захворювання на СНІД» та інші акти законодавства.

Охорона життя і здоров'я людини здійснюється в рамках системи охорони здоров'я і охорони праці. Охорона здоров'я – це діяльність професійно підготовлених медичних працівників, спрямована на профілактику, діагностику, лікування та реабілітацію у зв'язку з хворобами, травмами, отруєннями і патологічними станами, а також у зв'язку з вагітністю та пологам. Охорона здоров'я включає визначення форм, методів і засобів профілактики, лікування, реабілітації, а також організації відпочинку людини. Кінцевим результатом вирішення цієї проблеми є збереження здоров'я та працездатності людини, подовження її життя. Вирішуючи цю проблему, у масштабах держави створено систему охорони здоров'я. Система охорони здоров'я включає мережу поліклінік, лікарень, реабілітаційних центрів, профілакторів, науково-дослідних інститутів, інформаційних центрів. Основою національної системи охорони здоров'я є первинна лікувально-профілактична допомога, яка надається переважно за територіальною ознакою лікарями загальної практики. На сьогодні визначились і виокремились такі складові цієї системи: сімейні лікарі, охорона материнства, дітей, інвалідів та осіб похилого віку.

Охорона праці – це система правових, соціально-економічних, організаційно-технічних, санітарно-гігієнічних і лікувально-профілактичних заходів та засобів, спрямованих на збереження життя, здоров'я і працездатності людини у процесі трудової діяльності. Охорона праці спрямована на створення безпечних, комфортних умов для трудової діяльності людини. Ці умови повинні забезпечити збереження життя та здоров'я працюючих і виключити отримання травм і професійних захворювань працівників на виробництві. Складність вирішення цієї проблеми полягає у великій потенційній небезпеці сучасних виробництв і дуже високій вартості необхідних заходів для охорони праці [2, с. 16].

Захист населення і територій від надзвичайних ситуацій включає в себе запобігання та реагування на надзвичайні ситуації техногенного та природного характеру і ліквідації їх наслідків.

Запобігання виникненню надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру – підготовка і реалізація комплексу заходів, спрямованих на регулювання техногенної та природної безпеки, проведення оцінки рівнів ризику, завчасне реагування на загрозу виникнення надзвичайної ситуації техногенного та природного характеру на основі даних моніторингу, експертизи, досліджень та прогнозів щодо можливого перебігу подій з метою недопущення їх переростання у надзвичайну ситуацію техногенного та природного характеру або пом'якшення її можливих наслідків.

Ліквідація надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру – проведення комп-

лексу заходів, які включають аварійно-рятувальні та інші невідкладні роботи, що здійснюються у разі виникнення надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру і спрямовані на припинення дії небезпечних факторів, рятування життя та збереження здоров'я людей, а також на локалізацію зон надзвичайних ситуацій.

Реагування на надзвичайні ситуації техногенного та природного характеру – скоординовані дії підрозділів єдиної державної системи щодо реалізації планів локалізації та ліквідації аварії (катастрофи), уточнених в умовах конкретного виду та рівня надзвичайної ситуації техногенного та природного характеру, з метою надання невідкладної допомоги потерпілим, усунення загрози життю та здоров'ю людей, а також рятувальникам у разі необхідності.

Основним наслідком надзвичайних ситуацій є утворення осередків ураження, тобто території в межах якої в результаті впливу вражаючих факторів виникають пожежі, руйнування, зараження місцевості радіоактивними і сильнодіючими отруйними речовинами, а також відбувається масове ураження людей і тварин. Тому заходи щодо захисту населення треба вирішувати враховуючи масштабність вражаючих факторів на всій території держави. У зв'язку з цим всі питання слід вирішувати комплексно, з урахуванням обстановки, що склалася.

Охорона навколишнього середовища (довкілля) – система заходів щодо раціонального використання природних ресурсів, збереження особливо цінних та унікальних природних комплексів і забезпечення екологічної безпеки. Це сукупність державних, адміністративних, правових, економічних, політичних і суспільних заходів, спрямованих на раціональне використання, відтворення і збереження природних ресурсів землі, обмеження негативного впливу людської діяльності на навколишнє середовище. Мета охорони навколишнього середовища – протидія негативним змінам у навколишньому середовищі, які мали місце в минулому, відбуваються зараз або можуть бути.

Охорона навколишнього середовища полягає у створенні і функціонуванні сил, засобів і методів збереження або поновлення параметрів навколишнього середовища. Необхідність вирішення цієї проблеми виникла у зв'язку з тим, що в результаті негативних наслідків діяльності людини, конкретні параметри навколишнього середовища вже змінилися або продовжують змінюватися настільки, що становлять загрозу для життєдіяльності людини. Сама ж природа підтримати або привести ці параметри до нормальних уже не в змозі.

Методи забезпечення безпеки життєдіяльності.

Забезпечення безпеки досягається трьома основними методами:

– метод А полягає у просторовому або тимчасовому поділі гомосфери (зона діяльності людини)

і ноксосфери (зона формування небезпеки). Це досягається засобами дистанційного управління, автоматизації, організацією робіт за графіком та ін.;

– метод Б полягає в нормалізації ноксосфери шляхом виключення небезпек. Це сукупність заходів, що захищають людину від шуму, газу, пилу, небезпеки травмування та ін. засобами колективного захисту;

– метод В включає гаму прийомів і засобів, спрямованих на адаптацію людини до відповідного середовища та підвищення його захищеності. Даний метод реалізує можливість профвідбору, навчання, психологічного впливу [3, с. 28].

Основними практичними заходами забезпечення безпеки життєдіяльності людини та охорони навколишнього середовища є:

– організація управління безпекою життєдіяльності;

– опис життєвого простору, його зонування за значеннями негативних чинників на основі експертизи джерел негативних впливів, їх взаємного розташування та режиму дії, а також із урахуванням кліматичних, географічних та інших особливостей регіону або зони діяльності;

– формування вимог безпеки до джерел негативних чинників – їх гранично допустимих викидів, енергетичних впливів, допустимого ризику;

– організація моніторингу стану навколишнього середовища та контролю джерел негативних впливів;

– розробка та використання системи заходів та засобів захисту;

– розробка та реалізація заходів щодо запобігання і ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій та реагування на їх виникнення;

– навчання населення основам безпеки життєдіяльності, підготовки фахівців для практичної діяльності у зазначеній сфері.

Висновки. Отже, можна зробити висновок, що прийнятні умови життєдіяльності людини великою мірою ґрунтуються на забезпеченні належних умов безпеки перебування людини у навколишньому середовищі. А поява наукової галузі знань про безпеку життєдіяльності людини – це закономірний процес розвитку суспільства, який обумовлюється, з одного боку, бурхливим розвитком науково-технічного прогресу, процесами глобалізації і створенням комфортних умов життя для людини, а з іншого – зростанням різного роду небезпек.

У сучасній незалежній Українській державі відбуваються переосмислення і зміни всіх сфер діяльності державних структур, зокрема і сфери захисту людини на території від надзвичайних ситуацій.

Тому ефективно забезпечення безпеки життєдіяльності можливе за умов наявності правової бази, завчасного проведення необхідних організаційних заходів захисту, підготовки сил та засобів безпеки, управління безпекою на всіх рівнях державної структури.

Список літератури:

1. Ковжого С. О. Безпека життєдіяльності. Навч. пос. / С. О. Ковжого, О. Д. Малько, А. М. Полсжаєв. – Х.: Право, 2014. – 304 с.
2. Козяр М. М. Основи охорони праці, безпеки життєдіяльності та цивільного захисту населення. Навч. пос. / М. М. Козяр, Я. І. Бедрій, О. В. Станіславчук. – К.: Кондор, 2014. – 458 с.
3. Зеркалов Д. В. Безпека життєдіяльності. Навч. пос. / Д. В. Зеркалов. – К.: Основа, 2011. – 526 с.

Горденко С.И.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЮДЕЙ

Аннотация

В статье рассмотрены общие принципы безопасности жизнедеятельности. Уточнены методы обеспечения и основные практические мероприятия обеспечения безопасности жизнедеятельности людей. Исследовано эффективное обеспечение безопасности жизнедеятельности при условиях наличия правовой базы. Что государство выступает в качестве гаранта обеспечения реализации конституционного права граждан на защиту здоровья, жизни, и потому создает и развивает систему защиты, которая выполняет задание в соответствии с принятой в Украине концепцией защиты населения и территории.

Ключевые слова: принципы безопасности жизнедеятельности, методы безопасности жизнедеятельности, чрезвычайная ситуация, здравоохранение, охрана окружающей среды.

Hordenko S.I.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Scovoroda

BASIC PRINCIPLES AND METHODS OF PROVIDING OF SAFETY OF VITAL FUNCTIONS OF PEOPLE

Summary

This article deals with the general principles of safety of people. We have elaborated the methods and the basic practical measures of providing of people's safety. We have also researched the effective providing of safety due to the legal documents. In that case the state becomes as a guarantor of providing and realization of constitutional rights of citizens on defence of their health and lives. That is why it creates and develops the system of people's defence, which executes a task in accordance with the conception of defence of population and territory of Ukraine.

Keywords: principles of safety, methods of safety, emergency, health and care, environment preservation.

УДК 502/504:001(091)

ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ І СТАНОВЛЕННЯ ЕКОЛОГІЇ ЯК НАУКИ. РОЛЬ НАУКОВИХ ПРОГРАМ У РОЗВИТКУ ЕКОЛОГІЇ

Джуран В.М.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті досліджуються історичні аспекти становлення і розвитку науки екологія. Розкриваються складні відносини між людиною і навколишнім середовищем. При цьому надається перевага антропогенному факторові. Зроблена спроба аналізу наукових програм, які сприяли розвиткові екології. Дається визначення, екосистеми, як основній частині Всесвіту.

Ключові слова: екологія, науково-дослідні програми, навколишнє середовище, біосфера.

Екологія це наука, в спрощеному розумінні цього поняття, яка охоплює і вивчає всі складні аспекти взаємовідносин між Людиною і Природою. Як відзначає відомий еколог, філософ, доктор філософських наук В. С. Крисаченко сучасна доба зробила термін «екологія одним із найуживаніших». І це дійсно так, тому що ним позначають дедалі ширше коло явищ та взаємин, починаючи від стосунків між живими істотами і закінчуючи особливостями культури, душі, мистецтва; нерідко його використовують для визначен-

ня певного стану довкілля. Але головне значення цього терміна полягає у визначенні конкретного напрямку теоретичної діяльності людини, тобто науки. Всі інші тлумачення «екології» – похідні і не завжди коректні та виправдані [3].

У своєму дослідженні ми старалися прослідкувати історію виникнення екології, об'єкти її вивчення, основні напрями діяльності цієї науки та методи реалізації.

Сучасне визначення категорії «екологія» за В. С. Крисаченко не применшує ролі визначення

німецького натураліста Ернеста Геккеля, який в середині XIX ст. вперше ввів цей термін для позначення наукового напрямку, який фактично існував давно [4]. Під екологією ми розуміємо загальну науку про взаємини організму і навколишнього світу, до якого зараховуємо всі умови його існування в широкому розумінні. Вони частково органічної, частково неорганічної природи, але як ті, так і інші змушують до себе пристосовуватись. Це був складний час розвитку і становлення екології, поки її методи не стали загально визнаними і не використовували інші галузі біології. Таке могло статися тільки після того як у науці накопилися загрозливі відомості про колосальні зміни у навколишньому середовищі. Така картина спостерігалася в 60 роках XX ст. в Америці, де стрімко загострилася ситуація, яка передбачала загрозу екологічної кризи, а саме з цього часу всякі розмови та намагання знайти прості відповіді на складні питання, а саме порушення рівноваги у навколишньому середовищі поступилися місцем більш обґрунтованому та цілеспрямованому дослідженню з метою з'ясування цих обставин. З цього часу екологію почали визнавати в багатьох країнах світу, а саме, як науку про наш дім. Цей період коливання громадської думки і накопичення відомостей про неї тривав майже 150 років, починаючи з часу введення Е. Геккелем цього поняття. За період відбулися колосальні зміни навколишнього середовища як під впливом антропогенного фактора, так і завдяки катаклізмам природи, а саме відбулося порушення рівноваги впливу людини на природу та відповідна реакція природних чинників.

Система «людина – біосфера» є універсальною і включає еволюцію екології та відображає процес зміни знань і побудові наукових теорій на основі детального вивчення історії всієї науки [3].

Ми вважаємо, що екологія на сьогоднішній день є універсальною наукою, яка пов'язана з довкіллям і впливом на нього людського фактору.

Об'єктом нашого дослідження були різноманітні тлумачення екології, як науки різними дослідниками.

Предметом дослідження є природні зв'язки людини і біосфери.

Метою нашого дослідження є вивчення еволюції екології як науки та аналіз науково-дослідницьких програм, що сприяли її розвитку.

Для досягнення цієї мети ми вирішували наступні завдання:

а) здійснили аналіз визначення категорій екологій різних епох;

б) розглянули і систематизували науково-дослідні програми тих часів.

На першому етапі становлення екології, як науки, головною прикметою було визнано практичне екологічне знання, не завжди осмислене теоретично, але дослідники бачили і розуміли, нехай поверхнево зв'язки в природі; а вже на другому – концептуально, термінологічне й соціальне утвердження екології, як науки. Ця теза підтверджується на такому прикладі: екологічне знання може існувати як у контексті різних наук зокрема біологічних (ботаніки, зоології, агрономії тощо), так і набирати різних форм втілення, зокрема у сферах духовно-практичних, предметно-діяльностей, етнокультурній та ін.

Екологія в своєму розвитку пройшла певні етапи від простих взаємовідносин до складних. У сучасній науці спостерігаємо подальшу диференціацію екології за такими основними напрямками, які використовували і в минулому.

Екологія – це наука про взаємини живих організмів з навколишнім середовищем; це визначення, на нашу думку, є одним із перших і найбільш загальним і вживаним, а з іншого боку є простим, зрозумілим для широкого кола користувачів. Звичайно воно не повній мірі характеризує це поняття.

Екологія – це наука про функціонування екосистем різного рівня організації; це поняття відрізняється від першого своєю об'ємністю, широтою та включає різноманітні об'єкти організації.

Екологія – комплексна наука про довкілля біосистем; тут ми розглядаємо не одну окремо взятую систему, а цілу низку систем, їхні взаємовідносини, вплив на інші системи.

Екологія-наука про унікально-космічний статус людини як виду в біосфері Землі. Таке тлумачення є найбільш загальним, широким і повним у всьому довкіллі. У даному випадку Людина виступає основним об'єктом і творцем всіх змін в навколишньому світі.

Сьогодні в багатогранній практиці тлумачення сутності екології, найкраще її визначити як науку про взаємини біосистем з природним довкіллям, котре зазначає просторові та часові параметри їх існування та розвитку.

Не тільки поняття екології на сьогоднішній день дискутуються і обговорюються, але і визначення екосистем як складової екології також піддаються обговоренню. За новітнім розумінням екосистема це – безрозмірна стійка система живих і неживих компонентів, у яких здійснюється зовнішній і внутрішній кругообіг речовин та енергії. За розумінням А. Тенслі (1935), екосистеми слід вважати біотичні угруповання найрізноманітнішого об'єму та рівня разом із притаманними їм екологічними умовами. Тобто, екосистеми є утвори живого, починаючи від квіткового горщика чи лісового пенька і закінчуючи степовими просторами Євразії чи біосферою в цілому.

Отже, екосистема це безрозмірна стійка система живих та неживих компонентів, у яких здійснюється зовнішній та внутрішній кругообіг речовин та енергії. Слідую відмітити що в цьому визначенні фігурує поняття енергія, складова живих систем, в яких проходять складні життєві процеси, такі як розмноження, ріст, обмін речовин та інші, які відбуватися тільки за рахунок використання енергії.

Такі програми були введені в 60-роки XX ст. Знання про довкілля це було притаманне людині з найперших кроків антропогенезу. Тобто ці елементарні, прості знання дали можливість вижити нашим предкам у ті далекі часи у неосвоєному просторі. Ці знання використовувалися під час облаштування житла, полювання, рибальства тощо.

Витоки зародження екологічної думки спостерігаються в античній медицині та географії, коли мислителі Геродот, Фулідіда та інші детально описували природу, флору та фауну різних частин світу. Особливо виразно такі спостереження відобразились у працях «батька медицини» Гіппократа. Червоною ниткою в його творах проходить

думка про те, що до пацієнтів слід застосовувати індивідуальний підхід – враховуючи особливості як самого хворого, так і тієї природної місцевості, де він народився та перебуває. Девізом Гіппократа було: «Щоб вилікувати людину, часто достатньо повернути її на Батьківщину». Тому Гіппократа вважають не лише великим медиком, але і засновником медичної екології та екології людини.

Ще до початку нового тисячоліття існувала аналітико-гомологічна програма і її автор є засновник ботаніки Теофраст. Він у своєму трактаті «Дослідження про рослини» вважав, що відмінності між рослинами і їхньою природою взагалі слід розглядати і досліджувати її частини, властивості, виникнення життя. Загальний підхід та метод запропоновані Теофрастом, досить прикметні. Розгляд частин, властивостей, будови – дає змогу побачити своєрідність кожного об'єкта, кожної рослини, її унікальні якості.

Такий підхід Теофраста знайшов втілення в таких екологічних дисциплінах, як морфологія, анатомія рослин, систематика та ін.

У середині XVII ст. з'явилася нова програма К. Ліннея – систематична, так як, йому вдалося класифікувати живі організми природи, розміщуючи їх за типовими ознаками: відділ, клас, родина, рід, вид та даючи їм подвійні назви.

К. Лінней, реформатор систематики (таксономії), має безпосереднє відношення і до історії екології. Він є автором конкретних екологічних досліджень, зокрема описів вертикальної поясності рослинності гір, типів тундр та боліт, а також оригінальної типології місцезнаходження рослин. Водночас він виявився фундатором науково – дослідницької програми, яка не лише реформувала систематику, а й справила кардинальний вплив на екологію [5].

Систематична програма К. Ліннея ґрунтується на таких фундаментальних засадах, як визнання ієрархії об'єктів живого (таксонів); визнання нерівноцінності ознак організму; уніфікована мова опису біосистеми (бінарна номенклатура). Ці принципи бінарної номенклатури відносились не тільки до рослинного світу, але і до тваринного.

Такі принципові підходи до біосистеми давали змогу об'єднати увесь органічний світ як типологічно розчленований, складно організований, взаємозв'язаний, та цілісний. Без цих принципових підходів не можна було досягнути живий світ та розкрити багатоякісність реального світу живого.

К.Лінней чітко бачив і об'єднав увесь органічний світ (тварини, рослини) на певні спільноти (наприклад: царство – тип – клас – ряд – родина – рід-вид).

Ці спільноти не були розрізнені, одиничні, а мали зв'язки із загальними ознаками біосистеми. Тут явно прослідковується ідея про нерівнозначність ознак таксонів різного рівня, а саме переорієнтацію на розкриття багатоякісності реального світу живого. Така думка розвивалася в подальших дослідженнях французьких учених М. Адансон та Ж. Ламарком.

Одним із найвидатніших узагальнень сучасної науки є вчення про біосферу В. І. Вернадського. Характерно, що науково-дослідну програму було створено у кінці XIX ст., куди увійшли ідеї вченого про біогеохімічну концепцію планети Земля та навколишнього простору [1].

Серед сфер, з якими людина стикається упродовж всього свого життя, є сфера насамперед стосунків Людини і Природи: ставлення людини до своєї власної природи (до свого тіла) й ставлення людини до природи довкілля. Певна річ, ми повинні розглядати обидва ці аспекти в єдності [1], бо лише в такій площині можна побачити можливість продуктивного розгортання здоровоохоронних і природоохоронних заходів. Людина здатна дивитися на своє тіло як на «зовнішній» об'єкт і так само, як вона дивиться на елемент навколишнього природного середовища, і сприяти його удосконаленню або руйнуванню. Усе це й викликає систему зусиль людини, які спрямовані на підтримку здоров'я свого тіла і профілактику захворювань (фізична культура, гігієна життя і праці, харчування, духовна підтримка організму тощо). А з іншого боку, людина є об'єктивно тісно поєднана з навколишнім середовищем (повітря, харчування, світло сонця, енергетичний обмін тощо), а це також могутній чинник впливу на здоров'я її організму. За визначенням В.І. Вернадського людина в сучасній біосфері стає головною геологічною силою, тобто її функції полягають в організації навколишнього середовища, а з іншого боку вона впливає на рушійні сили, на зміну причин, напрямів та швидкості еволюції. Іншими словами, еволюція і людини і природи стають взаємозалежними процесами [1].

Виходячи із універсального значення системи «людина – біосфера» еволюція екології як науки доцільно простежити через призму такого фундаментального поняття, як «науково-дослідні програми».

Такі програми були введені в 60-роки XX ст. Знання про довкілля було притаманне людині з найперших кроків антропогенезу. Тобто ці елементарні, прості знання дали можливість вижити нашим предкам у ті далекі часи у неосвоєному просторі. Ці знання використовувалися під час облаштування житла, полювання, рибальства тощо.

Найважливіші засадничі підвалини структуривання екології обумовлені існуванням на планеті різних рівнів організації біосистем. Виділяють такі рівні організації живого: біосферний, ценотичний, видовий, популяційний, організмівий, органний, тканинний, клітинний, органельний, генний, молекулярний. На кожному із перелічених рівнів здійснюється будь-яка зміна, збереження і оновлення інформації. Ці рівні забезпечують збереження спадкових ознак та протікання життєвих процесів та інші. На закінчення варто сказати, що біосфера, це сфера життя на Землі це кордон визначений у Всесвіті, де людям відоме життя.

Еволюція людини і біосфери стають взаємозалежними процесами, що проявляється у виникненні загрозливої ситуації. Наукова думка підтверджує невтішні прогнози щодо перспектив розвитку біосфери Землі, включаючи й саму людину. Руйнування установлених систем та зв'язків біосфери, підірвані генетичні і фізіологічні основи здоров'я людини, досить реальна загроза людству (самознищення) – це лише деякі з реальностей, що змушують фахівців різного профілю звертатися до аналізу проблем сучасного природокористування. Наприклад, суттєву роль відіграє антропогенний фактор, який для задоволення потреб споживачів в продуктах

харчування, а промисловості у сировині, при цьому виснажуються до критичних меж природні ресурси – що веде до порушення рівноваги у навколишньому середовищі. Щоб не відбулося глобальних процесів у нашому довікеллі потрібно, щоб науковці, зокрема екологи, змогли аналізувати ситуацію наших природних запасів і давати рекомендації державним службовцям з приводу природокористування. На наше глибоке переконання особливо істотною може бути роль еволюційної теорії в тих галузях діяльності, які відіграють визначальну роль в адекватному розумінні стану біосфери окремі її підсистем, а також у визначенні шляхів подолання негативного ефекту антропогенного тиску на неї.

З огляду на це ми констатуємо, що біосфера в цілому, окремі її екосистеми зазнають стрімкого руйнування. На порядку денному вже стоїть питання про можливу незворотність даного процесу. У цьому зв'язку звичайно згадують про вимирання тих чи інших видів тварин, рослин: це ті види рослин і тварин зникали на очах жителів 20 століття. За прогнозами фахівців в скорому майбутньому може зникнути біля 150/0 всієї біоти. І такі втрати можуть бути незворотні. Руйнуванню підлягають не тільки окремі види (таксони), а і цілі екосистеми; замість продуктивних ценозів на по-

верхні планети з'являються пустелі або громіздкі урбанізовані утвори. І якщо той чи інший зникаючий вид може бути бодай теоретично, компенсований, то втрата екосистем ніякій компенсації не підлягає. Слідую нагадати, що екологія стосується ґрунту таких об'єктів як ґрунт та атмосфера. Для них характерні такі негативні процеси: деструкція ґрунту та руйнування озонового шару атмосфери, ставлять під загрозу існування найбільшої екосистеми – самої біосфери.

На основі наших досліджень ми можемо зробити такі висновки:

1. В різний час розвитку цивілізації людство користувалося благами навколишнього середовища і по різному до нього ставилось – тому давали свої визначення цим відносинам.

2. Екологія це наука про унікально-космічний статус людини як виду в біосфері Землі. Таке тлумачення є найбільш загальним, широким і повним у всьому довікеллі. У даному випадку Людина виступає основним об'єктом і творцем всіх змін в навколишньому світі.

3. Розвиток екології як науки проходив еволюційним шляхом чому сприяли науково-дослідні програми за різними напрямками: такі як – медико-біологічна, аналітико-гомологічна, систематична, еколого-еволюціоністська, біогеохімічна та інші.

Список літератури:

1. Вернадский В. И. Биосфера / В. И. Вернадский – Л.: Госткомиздат, 1926. – 146 с.
2. Депенчук Н. П. Экология и теория эволюции (методический аспект) / Н. П. Депенчук – К.: Наукова думка, 1987. – 240 с.
3. Крисаченко В. С. Людина і біосфера: основи антропологічної екології. Підручник / В. С. Крисаченко – К.: Заповіт, 1998. – 688 с.
4. Крисаченко В. С. Людина і довікелля. Антологія / В. С. Крисаченко – К.: Заповіт, 1995. – 432 с.
5. Линней К. Философия ботаники / К. Линней – М.: Наука, 1989. – 452 с.

Джуран В.Н.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И СТАНОВЛЕНИЯ ЭКОЛОГИИ КАК НАУКИ. РОЛЬ НАУЧНЫХ ПРОГРАММ В РАЗВИТИИ ЭКОЛОГИИ

Аннотация

В статье исследуются исторические аспекты становления и развития науки экология. Раскрываются сложные отношения между человеком и окружающей средой. При этом предоставляется преимущество антропогенному фактору. Сделана попытка анализа научных программ, которые сопровождали развитие экологии. Дается определение экосистемы как основной части окружающего мира.

Ключевые слова: Экология, научно-исследовательские программы, окружающий мир, биосфера.

Dzhuran V.M.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

NASCENCY AND FORMATION HISTORY OF ECOLOGY AS A SCIENCE. ROLE OF SCIENTIFIC PROGRAMS IN ECOLOGY DEVELOPMENT

Summary

In the article have been investigated historical aspects of formation and development of Ecology science. Covered difficult relations between human and environment. At the same time it confers advantages to the anthropogenous factor. Attempt of the analysis of scientific programs which accompanied development of Ecology is made. Given definition of ecosystem as a main part of the world environment.

Keywords: Ecology, scientific exploration programs, environment, biosphere.

УДК 37.011.3-051:502.1

ОБҐРУНТУВАННЯ КОНЦЕПЦІЇ РОЗВИТКУ ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАНЬ ДЛЯ ПЕРЕПІДГОТОВКИ УЧИТЕЛІВ З ЕКОЛОГІЇ В РАМКАХ ПРОЕКТУ «ECOLOGICAL EDUCATION FOR BELARUS, RUSSIA, AND UKRAINE» – ECO-BRU

Ковальська К.В., Дзюбенко О.В., Чернов Б.О.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті в рамках Міжнародного проекту розглядається зміст та основні положення Концепція розвитку теоретичних знань і методичних компетенцій педагогів з екології, розробленої колективом кафедри географії, екології та методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. Обґрунтовується, що в сучасних умовах актуалізуються питання екологічної освіти, професійної компетентності педагогів і відповідності наявних знань, умінь, навичок справжньому. Пропонується проводити курси підвищення професійної кваліфікації педагогів з гетерогенними групами, сприяти оволодінню теоретичних і методичних знань з екології.

Ключові слова: Міжнародний проект, екологія, Концепція, Програми, підвищення знань, професійна кваліфікація.

Постановка проблеми. В наш час дуже актуальним є питання стосовно професійної перепідготовки вчителів з екологічного навчання та виховання учнів. Цей процес базується на підготовці високопрофесійного фахівця, який знається на сучасних світових вимогах щодо навчально-виховного процесу молодших та старших школярів, має навички в організації навчальної діяльності підростаючого покоління. В сучасній школі під час навчання основна увага приділяється, в першу чергу накопиченню теоретичних знань та їх кількості, але не тому, яким чином відбувається екологічне виховання дитини у процесі навчання. З метою розробки шляхів перепідготовки вчителя початкових та старших класів до екологічного виховання учнів та визначення ефективності цієї роботи необхідно мати дані, що характеризують рівень мотивацій, теоретичних знань, умінь та навичок учителів щодо означеної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вирішенню важливих питань професійної підготовки майбутнього вчителя до екологічного виховання учнів сприяють положення психологів: І.Д. Бєха, Л.С. Виготського, тощо; філософів: І.А. Зяюна, В.С. Лутая; педагогів: А.С. Макаренка, В.О. Сухомлинського та інших.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є складання програм для перепідготовки учителів з екології в рамках Міжнародного екологічного проекту.

Виклад основного матеріалу. Колектив кафедри географії, екології і методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди бере участь у розробленні Програм з розвитку теоретичних знань і методичних компетенцій педагогів з екології, що передбачені Міжнародним проектом Tempus IV+Project «Ecological Education for Belarus, Russia and Ukraine» – Eco-BRU. До проекту залучені колективи університетів Федеративної Республіки Німеччини і Росії, Словацької Республіки, Чеської Республіки, Білорусі і України. Координатором проекту є Університет Бремен (ФРН).

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди є ведучим партнером щодо підготовки Робочих паке-

тів з «Адаптації і модернізації діючих навчальних програм» і створенні дидактики екологічної освіти в спільній діяльності з українськими, білоруськими та російськими колегами. На основі отриманих матеріалів автори розробили Концептуальну модель підвищення теоретичної і практичної кваліфікації з екології педагогів, яка є вагомим компонентом їх особистісно-професійного розвитку.

Для реалізації означеного група дослідників Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди розробила програми відповідних курсів: «Екологічні проблеми природознавства (1-4 класи)» (автор Б. О. Чернов), «Соціально-екологічні проблеми природничих дисциплін (5-10 класи)» (автор К. В. Ковальська), «Теоретико-методичні основи екології (курс екології – 11 клас)» (автор О. В. Дзюбенко) (схема 1).

Виховання учнів як активних учасників оновлення суспільства в майбутньому, розумних і дбайливих господарів і патріотів своєї країни, необхідно ввести у світ проблем і суперечностей, криз і катастроф, досягнень і невдач у реальному житті кожної людини, країни і людської спільноти, з екологічними проблемами, які можуть бути вирішені тільки сумісними зусиллями світової спільноти. Сприяти формуванню відповідного образу мислення і дій має неперервна екологічна освіта – від дошкільних закладів до початкової і загальноосвітньої школи та позакласної самостійно-дослідницької діяльності з екології. За цих умов з особливою гостротою постає питання про науковий і методичний потенціал та компетентність педагогів, які закладають основи становлення і розвитку особистості учня.

Учителі початкових, середніх та старших класів повинні не тільки володіти екологічними знаннями, але і доступно та цікаво знайомити учнів з живою, неживою природою рідного краю, доступно ознайомлювати з основними джерелами, масштабами і наслідками забруднення атмосфери, гідросфери, літосфери та негативними факторами впливу на людину. Цьому сприяють навчально-польові практики. Завдання цих практики полягає в тому, щоб вчителі навчилися організації з учнями спостережень за природою, знали методику проведення екскурсій та фенологічних спостережень, вміли організувати

дослідницьку роботу з учнями, працювати на пришкільній навчально-дослідній ділянці. Використовуючи метод спостереження на класних та позакласних заняттях учителі зможуть сформулювати екологічне мислення та уявлення дитини.

Для реалізації означених питань і створюються курси для підвищення кваліфікації педагогів з екології, а за необхідності і їх перепідготовки. Розроблення цілей формування практично орієнтованої компетентності педагогів з екології дає образне уявлення про можливість їм розвинути власний творчий потенціал (схема 2).

У розроблених програмах зазначається, що природні процеси на Землі перебувають під впливом діяльності людей, кількість яких стрімко зростає, що загострює питання виховання екологічної культури у майбутніх громадян країни.

Передбачається, що навчальний процес, хоч і відбуватиметься із застосуванням засобів дистанційного навчання, будуватиметься на основі поєднання наукового пізнання з образним сприйняттям навколишнього світу. Основу підвищення практико-орієнтованої екологічної компетентності у сфері шкільної освіти становлять два аспекти: змістовий і методичний. У змістовому йдеться про природничо-наукове визначення проблемне поле з аналізом глобальної екологічної кризи у взаємозв'язку з діяльністю людини. Методичний супровід здійснюється з розкриттям технологій і методів навчально-виховного процесу, що сприятимуть формуванню в дітей та учнів практико-орієнтованих знань і вмінь [3].

Для організації змістового і практичного значущого підвищення фахової кваліфікації педагогів потрібно з'ясувати як теоретико-методичні досягнення в екологічній освіті, так і нерозв'язані проблеми, пошук нових можливостей, усвідомлення ціни знань і власного наукового потенціалу. Від умінь вчителів розв'язувати проблеми навчання і виховання на кожному етапі розвитку життєдіяльності, освіти, зокрема й екологічної, залежить рівень екологічної освіченості наступних поколінь. Загальновідомо, що саме у школі формуються основи всебічного розвитку учнів, розвивається їхній потенціал за умови вибору особисто кожним учителем правильної стратегії навчання. Концепція дає чіткі орієнтири перебудови навчального процесу, спрямовує на активний пошук, експериментування під час педагогічної практики і самостійну пошукову роботу, що сприяє формуванню нових підходів до організації навчально-виховного процесу як на уроках, так і в позакласній діяльності. У зв'язку з цим важливо переконатися в бажанні самих учителів у підвищенні кваліфікації саме з екології, а не в цілому. Тож формування груп необхідно здійснювати на основі потреби в знаннях самих учителів. Групи формуватимуться за принципом регіональної підготовки.

Тут потрібне формування не гетерогенної групи учителів зі стажем від 5 до 20 і більше років, а гомогенної: перша група – стаж 5-10 років, друга – 10-15, третя – від 15 років і більше [2].

Для першої групи варто організувати вибіркові лекції і практичні заняття з окремих тем або розділів, запропонованих самими учителями. Ця група здатна самостійно опрацювати додаткову теоретико-методичну літературу для практичних занять, розробити системи уроків із застосуванням методів навчання, основу яких становлять розуміння рівнів самостійної пізнавальної діяльності учнів, а з позакласної роботи – розробити план навчальної і науково-дослідницької діяльності учнів на рік, а то й більше, тобто документ тривалої дії [1].

Навчання і творча діяльність педагогів другої групи пов'язана з тим, що в них є значний досвід роботи, творчі знахідки уроків і заходів виховної і позакласної роботи. Але їхні теоретичні знання з часом застаріли, а поновити не завжди є можливість. За цих умов учителі потребують вибіркового, але ґрунтовного огляду окремих на-



Схема 1. Концептуальна модель підвищення кваліфікації педагогів з екології

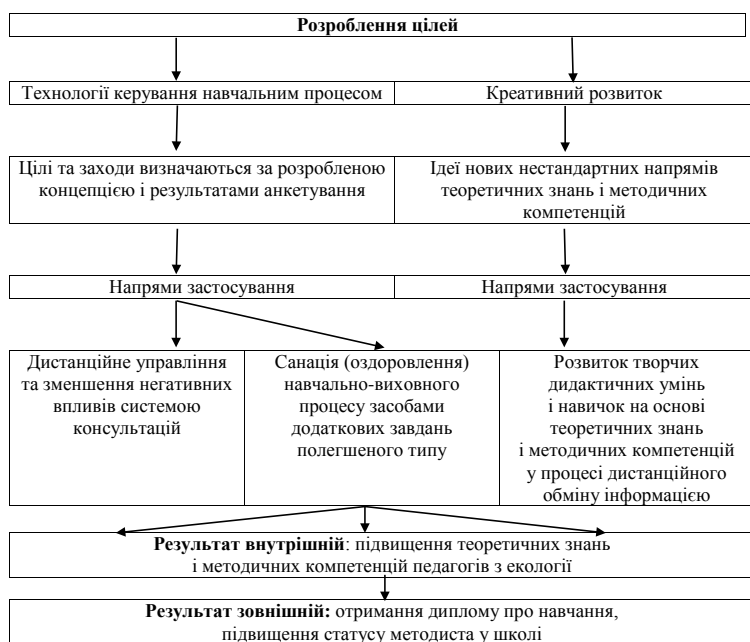


Схема 2. Підходи до визначення цілей і результатів підвищення теоретичних знань і методичних компетенцій педагогів з екології

скрізних теоретико-методичних питань з екології з подальшим самостійним виконанням творчих практичних робіт, що дозволяє їм набути багатий практичний досвід. У результаті, народжуються творчі позакласні виховні заходи, розробки уроків з застосуванням методів навчання, основу яких становить самостійна пізнавальна діяльність учнів.

У сучасних умовах вчителі відчувають необхідність у постійному вдосконаленні. Це добре розуміють педагоги третьої групи. Водночас високий рівень теоретико-методичного навчання вони не опанують. З огляду на це доцільно роз'яснення основоположних екологічних законів і закономірностей, найважливіших понять з пе-

реходом до глобальних і регіональних екологічних проблем. Зазвичай учителі охоче виконуватимуть творчі практичні роботи з їх обговоренням у групі [3].

Розроблені стратегії екологічного навчання педагогів на курсах підвищення кваліфікації визначаються як раціональне знання, що інтегрується у зміст чинних шкільних програм. Автори програм підвищення кваліфікації намагалися реалізувати принципи взаєморівноваги, пропорційності і гармонії компонентів змісту відповідно до кожної вікової групи учасників курсів підвищення кваліфікації. Програми дають змогу досягнути весь комплекс теоретико-методологічних і практико-орієнтованих знань і підвищити власну екологічну компетентність, уміння знаходити принципово нові рішення проблем шкільної практики та орієнтуватися в зростаючій екологічній інформації в умовах прискореного розвитку суспільства [2].

Підвищення кваліфікації педагогів проблема не тільки теоретична, а й організаційно-методична, оскільки вимагає розроблення нормативних документів, що визначатимуть зміст і форми навчального процесу. Формування професійної компетентності у педагогів – процес двосторонній, що поєднує багатоаспектну сферу взаємодії педагога і викладача університету в процесі теоретичного і практичного навчання та сумісної творчої діяльності, за якої поєднуються інтелектуальні знання і практичні дії, виробляються вміння організації самостійних навчальних і наукових досліджень. Для успішної реалізації складових моделі в процесі фахового підвищення кваліфікації вихователів і вчителів розробляються методичні посібники з екології із запитаннями-завданнями, складеними за характером самостійної пізнавальної діяльності.

Список літератури:

1. Чернов Б. Концепція розвитку теоретичних знань і методичних компетенцій педагогів з екології: зміст і основні положення / Чернов Б., Коцур Н., Ковальська К., Дзюбенко О. // Рідна школа. – № 11-12. – 2015. – С. 15-20.
2. Чернов Б. Загальна характеристика концепції підвищення теоретико-методичних знань і ділової кваліфікації учителів початкової школи з екології / Б. Чернов // Zbiyr artykulyw naukowych. Konferencji Miedzynarodowej Naukowo-Praktycznej «Pedagogika. Dyskusjeowspylczesnejnauki (30.08.2015-31.08.2015)». – Warszawa: Wudawca: Sp.z.o.o. «Diamondtradingtour», 2015. – P. 31-40.
3. Чернов Б. А. Общая характеристика Концепции повышения квалификации учителей и преподавателей общеобразовательных учреждений по экологии / Б. А. Чернов, Е. В. Ковальская, Е. В. Дзюбенко // Международная научно-практическая конференция «Тенденции и перспективы создания региональных систем дополнительного образования взрослых. – Витебск: УО «ВГТУ», 2015. – С. 93-97.

Ковальская Е.В., Дзюбенко Е.В., Чернов Б.А.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ОБОСНОВАНИЕ КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ ДЛЯ ПЕРЕПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ ПО ЭКОЛОГИИ В РАМКАХ ПРОЕКТА «ECOLOGICAL EDUCATION FOR BELARUS, RUSSIA, AND UKRAINE» – ECO-BRU

Аннотация

В статье в рамках Международного проекта рассматривается содержание и основные положения Концепция развития теоретических знаний и методических компетенций педагогов по экологии, разработанной коллективом кафедры географии, экологии и методики обучения Переяслав-Хмельницкого государственного педагогического университета имени Григория Сковороды. Обосновывается, что в современных условиях актуализируются вопросы экологического образования, профессиональной компетентности педагогов и соответствия имеющихся знаний, умений, навыков настоящему. Предлагается проводить курсы повышения профессиональной квалификации педагогов по гетерогенными группами, способствовать овладению теоретических и методических знаний по экологии.

Ключевые слова: Международный проект, экология, Концепция, Программы, повышение знаний, профессиональная квалификация.

Kovalska K.V., Dzyubenko E.V., Chernov B.A.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

THE RATIONALE OF THE CONCEPT OF DEVELOPMENT OF THEORETICAL KNOWLEDGE FOR TEACHERS ON ECOLOGY IN THE FRAMEWORK OF THE PROJECT «ECOLOGICAL EDUCATION FOR BELARUS, RUSSIA, AND UKRAINE» – ECO-BRU

Summary

In an article in the International Project considered the content and concept of the main provisions of theoretical knowledge and teaching competencies of teachers in ecology, developed by a team of the Department of Geography, Environment and teaching methods of state Pereyaslav-Khmel'nitsky Pedagogical University named Gregory Pans. Substantiated that in today's issue updated environmental education, teacher professional competence and compliance of existing knowledge and skills present. It is proposed to conduct courses of professional training for teachers heterogeneous groups that promote mastery of theoretical and methodical knowledge of ecology.

Keywords: International project, ecology, concept, Programs, Increase in knowledge, professional qualifications.

УДК [378.011.3:5]:614.8

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН ДО РОБОТИ В УМОВАХ ПОТЕНЦІЙНИХ НЕБЕЗПЕК

Єрїчева Т.Ю.

Преяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
їменї Григорїя Сковороди

Стаття присвячена проблемї підготовки майбутніх учителїв до створення безпечних умов навчально-виховного процесу та формуванню культури безпеки в учнів. З'ясовано, що вчитель повинен умїти застосовувати заходи й засоби, які уможливають створення учням безпечних, комфортних та результативних умов для навчання. З цією метою вчителю необхідно проводити педагогічно-ергономїчні дослідження навчального середовища. Зміст навчальної дисциплїни «Безпека життєдїяльності» має великі можливості для підготовки у ВНЗ майбутніх учителїв, які б могли досліджувати та організовувати навчальне середовище відповідно до ергономїчних норм та індивідуальних особливостей учнів. Доведено, що навчання з безпеки життєдїяльності не лише забезпечує теоретичне інформування, а й надає основи практичної підготовки щодо впливу шкідливих і небезпечних факторїв середовища існування людини, можливості запобігання ускладнень цих впливїв та ліквідації їх наслідків.

Ключові слова: безпека життєдїяльності, культура безпеки, підготовка майбутніх учителїв, шкільний травматизм, ергономїчне дослідження, комп'ютеризація навчання.

Постановка проблеми. З розвитком цивїлізації та науково-технічного прогресу все більше загострюються суперечності між природою і суспільством. На даний час людство стало перед реальною проблемою виживання, тому безпека життєдїяльності є глобальною, життєво важливою проблемою суспільства в цілому.

За цих умов формування нового мислення у кожного члена суспільства, й особливо молодї людини, має бути спрямоване на суттєву зміну підходїв щодо визначення мети, шляхїв і методїв розвитку цивїлізації. Одним із підходїв до формування такого мислення є виховання молодї, яка підготовлена до життєвої дїяльності в сучасних умовах розвитку людства, а також формування в неї вмїнь прогнозувати взаємовідносини в системї «людина-природа-суспільство» й усвідомлено ставитися як до власної безпеки, так і до безпеки оточуючих.

Головна роль у цьому процесї відводиться загальноосвітнім навчальним закладам. У зв'язку з цим система загальної середньої освіти вимагає такої підготовки вчителїв, за якої вони були б спроможними практично забезпечувати безпеку життєдїяльності. Вище зазначене обумовлює складність і важливість цього процесу та значення для нашої держави, що актуалїзує проблему професійної підготовки вчителїв.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останнім часом накопичено певний досвід із зазначеної проблеми. У розвиток безпеки життєдїяльності як сучасної науки значний внесок зробили Я. Бедрїй, Л. Гладка, В. Джигирей, М. Захарченко, Н. Заверуха, В. Зацарний І. Миценко, В. Лапїн. Цї дослідники є авторами посїбникїв, які широко використовуються у навчальному процесї.

Розв'язанням питань, пов'язаних із викладанням безпеки життєдїяльності у вищїй школі, займаються В. Бегун, С. Дикань, В. Заплатинський, Б. Житар, В. Захматов, І. Науменко, А. Пятова, В. Русїн, В. Свистунов.

Аналіз досвіду вітчизняних та російських вчених (В. Дивака, І. Пархоменка, Л. Сидорчук, А. Юхименко, В. Іванова, Н. Солярова, І. Плющ) свідчить, що однією з основних проблем організації

навчання з безпеки життєдїяльності є дефіцит квалїфікованих педагогічних кадрїв, низький рівень їхньої готовності до вирішення цих проблем, а також недостатнє навчально-методичне забезпечення дисциплїни «Безпека життєдїяльності».

Виділення не вирішених ранїше частин загальної проблеми. Сучасний розвиток України вимагає подальшого вдосконалення системи підготовки вчителя, спроможного вирішувати на якісно новому рівні важливі й необхідні завдання з безпеки життєдїяльності, які постають перед загальноосвітньою школою. Вчитель, виступаючи гарантом збереження життєвої й здоров'я дїтей, повинен вмїти не тільки забезпечувати безпеку навчально-виховного процесу, а й формувати культуру безпеки життєдїяльності в учнів.

Проте, аналіз досліджуваної проблеми в практицї ВНЗ, дитячого травматизму та стану здоров'я учнів свідчить, що зміст, форми і методи підготовки майбутніх учителїв із безпеки життєдїяльності не повною мірою відповідають вимогам сучасності.

Усунення цих протиріч передбачає вдосконалення професійної підготовки майбутніх учителїв із безпеки життєдїяльності.

Мета статтї. Головною метою цієї роботи є удосконалення системи підготовки майбутніх учителїв природничих дисциплїн в процесї вивчення курсу «Безпека життєдїяльності» до збереження життєвої й здоров'я учнів та формування в них культури безпеки.

Виклад основного матеріалу. Протягом усього життєвої людини знаходиться у колї потенційних небезпек. Разом з тим, сучасний розвиток суспільства, різні конфлікти й протистояння, природні катаклїзми, бурхливий науково-технічний прогрес та збільшення кількості різноманїтної техніки дають підстави вважати, що значно збільшується вірогідність потрапляння людини у небезпечну ситуацію. Внаслідок цього у громадян розвиваються різні фобії, стреси та нервові зриви, з одного боку, а з іншого, невпевненість у користуванні технічними надбаннями людства, наражає користувача на ще більшу небезпеку завдати шкоду своєму здоров'ю.

За цих умов найнебезпечніша ситуація створюється у суспільстві для школярів, психіка яких ще не сформована і є найбільш уразливою. Саме тому на педагогів покладена відповідальність за формування у кожної дитини знань, умінь і навичок поведінки у потенційно небезпечних ситуаціях та методів запобігання їм. Така ситуація особливо актуалізується й стає важливою у зв'язку з підготовкою вчителів під час вивчення курсу безпеки життєдіяльності. На думку дійсного члена НАПН України, професора С. Гончаренка, освітній процес повинен забезпечити розвиток учня як цілісної особистості, яка прагне до самореалізації, саморозвитку, самовиховання, самозахисту та інших якостей, які необхідні для становлення особистісного засобу діалогічної і безпечної взаємодії з оточуючими людьми, природою, культурою, цивілізацією на основі загальнолюдських цінностей, яка відкрита для сприймання й опанування нового досвіду і здатна на свідомий та разом з тим відповідальний вибір у різних життєвих ситуаціях [3].

Для того, щоб забезпечити виховання здорової людини, яка у майбутньому могла б гідно реалізувати себе у суспільстві, вчителі повинні створити їй безпечні, комфортні та результативні умови для навчання, мінімізувати вірогідність виникнення небезпечної ситуації під час навчально-виховного процесу та виховати відповідний рівень культури безпеки. Тому вчителям необхідно робити аналіз навчального середовища щодо найімовірніших небезпечних ситуацій та вироблення алгоритму дій у разі їх виникнення.

За сучасних обставин і вимог до організації та проведення шкільного навчально-виховного процесу, школа виступає перед батьками та суспільством гарантом збереження життя та здоров'я учнів. Отже, сучасний вчитель застосовує заходи й засоби, які уможливають створення учням безпечних, комфортних та результативних умов для навчання. З цієї метою вчителю необхідно проводити педагогічно-ергономічні дослідження навчального середовища.

Педагогічна ергономіка – розділ педагогіки, яка вивчає проблеми оптимізації матеріальних умов шкільної праці; роботи учня й учителя, оптимізацію дидактичних засобів, проблеми техніки безпеки й гігієни праці, умов відпочинку, а також естетику школи та її оточення [4, с. 118]. Виконуючи ергономічне дослідження, вчитель вивчає проблеми оптимального розподілу та узгодженості функцій між учителем, учнем та навчальним середовищем, проектує процес діяльності учителя, обґрунтовує оптимальні вимоги до засобів та умов навчання, розробляє методи їх урахування при створенні та експлуатації навчальних приладів, якими користується сам та учні. Специфічним предметом педагогічних ергономічних досліджень є не виокремлені засоби навчання, не тільки учень та вчитель як суб'єкти навчально-виховного процесу, не окреме навчальне середовище, а система «вчитель – учень – засоби навчання – навчальне середовище» – всі елементи якої розглядаються в єдності, взаємодії та взаємозалежності.

Для розв'язання різних ергономічних завдань вчитель застосовує такі методи дослідження: спостереження та опитування, антропометричні,

фізичні, фізіологічні, психологічні, гігієнічні [1]. Залежно від особливостей досліджуваної системи, добирається комплекс методів, який може бути націлений на розкриття конструктивних недоліків навчального обладнання, а в інших – на оцінку особливостей організації робочого місця учня та учителя. Найпоширенішим, на нашу думку, є метод спостережень та опитувань, бо він не потребує спеціальної підготовки дослідника та апаратури і водночас є досить інформативним.

Антропометричний метод використовують для визначення фактичних розмірів тіла людини та оцінки відповідності конструкції навчального обладнання цим розмірам. Будь-які відхилення від антропометричних величин призводять до незручних, напружених робочих поз, додаткових психофізичних навантажень, а як наслідок – до помилок.

За допомогою фізіологічних і психофізіологічних показників оцінюють відповідність обладнання кабінетів та лабораторій навчального закладу силовим, швидкісним, енергетичним можливостям, а також зоровим, слуховим, дотиковим відчуттям учнів.

Дослідження причин травматизму та психічних розладів учнів [11, с. 159] свідчать, що впровадження новітніх сучасних технологій у навчально-виховному процесі, застосування різноманітних досягнень техніки та сучасних засобів навчання значно випереджають психолого-педагогічні заходи щодо захисту учнів від небезпечних і шкідливих впливів. Травмування дітей здебільшого є наслідком їхньої неосвіченості щодо проблем безпеки. І поряд з цим не професійний підхід вчителів до організації навчально-виховного процесу та нехтування ними елементарних правил безпечної поведінки, а також невміння швидко й логічно проаналізувати нестандартну ситуацію в якій вони опинилися, і прийняти оптимальне рішення щодо своєї поведінки у цій ситуації. Тому, на нашу думку, важливим є ознайомлення майбутніх учителів з методами та результатами дослідження потенційної небезпек.

Серед методів ергономічного дослідження причин травматизму найбільш вагомими у навчально-виховному процесі є топографічний, груповий і монографічний [6]. Зміст *топографічного методу* полягає у визначенні місць, де систематично відбуваються нещасні випадки та виявлення обставин і причин травм для кожного такого місця.

Згідно з результатами аналізу стану дитячого травматизму за останні роки [12], найбільша небезпека підстерігає дітей під час заходів, що проводяться поза приміщенням навчального закладу. Наші дослідження доводять, що така ситуація зумовлена й тим, що в освітянських закладах відсутні необхідні інструкції з правил безпеки для учнів при проведенні позакласних заходів, а журналі реєстрації інструктажів з безпеки життєдіяльності (якщо вони і проводяться з учнями) ведуться із порушенням встановлених вимог. Бесіди з попередження травматизму учнів проводяться не систематично, а в більшості випадків підміняюся бесідами із здорового способу життя.

Друге місце із підвищеним ризиком одержання травм у навчально-виховному процесі посідають спортивні майданчики, на яких розташоване спортивне знаряддя, що має специфічне призна-

чення й повинно використовуватись з урахуванням фізіологічного розвитку та віку учнів. Досить велика кількість травмувань відбувається під час уроків фізкультури та спортивних змагань, хоча вони проводяться під наглядом учителів освітніх закладів. Спортивні майданчики ніколи не бувають порожніми ні під час перерв, ні в позаурочний час. Це цілком природно, з погляду на потреби у русі учнів, але значно збільшує ризик небажаних подій. Серед причин, є відсутність чіткого чергування вчителів в такі часи, і саме це призводить до виникнення травматичних ситуацій, спричинених виконанням учнями спортивних «трюків» без дотримання, зазвичай, правил і норм техніки безпеки. Тому допуск школярів на спортивні майданчики має бути принаймні ретельно організованим, а спортивні заходи мають відбуватися при обов'язковому контролі відповідальних осіб, з одного боку, а з іншого, учні мають бути підготовленими до усіх потенційно можливих небезпечних ситуацій незалежно від присутності вчителя.

Великий ризик отримання травм існує і під час проведення занять у спеціалізованих кабінетах та лабораторіях школи, наприклад, у кабінеті трудового навчання, фізики, хімії, біології та інших, в яких під час навчально-виховного процесу використовується, досліджується та виготовляється потенційно небезпечно обладнання, прилади, розчини, гази, матеріали тощо. Тому до лабораторних занять проводяться обов'язкові інструктажі, де правила і норми поведінки остаточно визначені і вони розташовані у кожному кабінеті, але з огляду на сучасний стан травматизму цього недостатньо.

Груповий метод ергономічного дослідження причин травматизму використовується для систематизації нещасних випадків за своїми ознаками: статі, віку, досвіду постраждалих, характеру травмувань, фактору впливу з подальшим детальним вивченням виділеної групи [6].

Монографічний метод полягає в детальному дослідженні обставин на будь-якій ділянці навчального закладу [6]. Вчитель, використовуючи цей метод, може завчасно визначити, вивчити, проаналізувати умови та обставини, які можуть призвести до нещасного випадку, а тому і попередити, або хоча б розробити алгоритм дій на випадок виникнення небажаної ситуації. При цьому вчитель перевіряє технології навчально-виховного процесу, засоби навчання, розміри та кольорову гамму приміщень, гігієнічні норми й інше.

Отже, наш аналіз дозволяє стверджувати, що використання учителями навчальних закладів всіх методів ергономічного дослідження навчального середовища дає змогу створити для учнів максимально можливі за даних специфічних обставин безпечні, комфортні та результативні умови життєдіяльності та унеможливити перехід потенційної небезпеки в реальну.

Як зазначає В. Кремень, у майбутньому ми просто не зможемо уявити навчальний процес без комп'ютера, бо по-перше, все важче бути конкурентноспроможним на ринку праці. По-друге, комп'ютер активно застосовується при вивченні будь-якого предмета. По-третє, комп'ютер підключений до глобальних комп'ютерних мереж, відкриває шлях до знань і досвіду всього людства [7, с. 166].

Розв'язуючи проблему комп'ютеризації навчання як одну із основних сучасних тенденцій удосконалення навчально-виховного процесу, великого практичного значення набуває вивчення ергатичної системи «людина – машина – середовище».

Практика переконує, що з моменту широкого запровадження у навчально-виховний процес такого нового технічного засобу, яким є персональний комп'ютер, виникають дві взаємопов'язані проблеми, що стосуються навчання і здоров'я дітей.

По-перше, для успішного досягнення комп'ютерної грамотності дитина повинна мати певний рівень здоров'я та надійне функціонування усіх фізіологічних систем і, перш за все тих, на які припадає найбільше навантаження в умовах навчання з використанням персонального комп'ютера.

По-друге, сам комп'ютер є джерелом виникнення низки специфічних факторів, що змінюють якість навчального середовища та навчальний процес, який відбувається в цьому середовищі.

Внаслідок цього комп'ютер стає потенційно негативним чинником, який поряд з іншими впливає на формування здоров'я школяра, змінює якість навчального середовища (приміщення класу) і сам навчальний процес, на що було наголошено у дослідженні Н. Польки [9, с. 150].

Навіть у сучасних комп'ютерів, якими забезпечуються навчальні заклади, наявні негативні впливи на здоров'я учнів. Комп'ютери є джерелом рентгенівської радіації, енергії електростатичних і електромагнітних полів [5, с. 8], в комп'ютерних класах знижується вологість та іонний склад повітря, збільшується рівень шуму [10, с. 18].

Детальне вивчення й дослідження негативних проявів впровадження комп'ютерної техніки в навчальний процес, вказало на такі небезпечні та шкідливі фактори [8, с. 78-79]:

а) фізичні: підвищення значення напруги електричного кола; підвищення рівня електромагнітного випромінювання; підвищення рівня статичної електрики; підвищення рівня іонізації повітря.

б) психофізіологічні: статичні та динамічні перенапруження; розумове перенапруження; перенапруження зору при роботі за екранами пристроїв.

Дослідження І. Даценка, Р. Габовича, М. Йонди дозволяють з усією достовірністю стверджувати, що праця з комп'ютером, безперечно, негативно впливає на центральну нервову систему й органи зору, на які припадає основне навантаження при роботі [5, с. 23].

Аналіз відповідних навчальних посібників, збірників документів, досліджень [1; 2; 5; 8; 10 та ін.] переконує, що профілактика несприятливої дії процесу навчання з використанням комп'ютера на здоров'я дітей повинна проводитись педагогами в таких напрямках:

1) створення оптимальних ергономічних і гігієнічних умов в навчальних кабінетах, які оснащені комп'ютерною технікою (мікроклімат: температура, вологість, рух повітря, освітленість, шум), спеціальні меблі для роботи з комп'ютером, що враховують антропометричні особливості учнів;

2) оснащення навчальних закладів якісною та технічно безпечною комп'ютерною технікою;

3) чітка регламентація режиму роботи та відпочинку учнів на комп'ютері в залежності від віку учня, стану його здоров'я та виду навчальної діяльності;

4) чітке дотримання норм безпеки та санітарії.

На нашу думку, у запровадженні комп'ютерного навчання головна психолого-педагогічна проблема полягає те тільки і не стільки у використанні власне комп'ютерної техніки, скільки у відповідному програмному забезпеченні. Тому вчителі у своїй професійній діяльності використовують навчальні програми, складені спеціалістами, орієнтованими на сучасні тенденції освіти, які розуміють психолого-педагогічні закономірності навчання і розвитку особистості учнів. Такі програми мають розвиваючий характер і збагачують арсенал педагогічних засобів для ефективного проведення навчального процесу та зростання потенційних можливостей впливу на формування і розвиток особистості.

Однією із важливих дидактичних можливостей комп'ютерної техніки під час вивчення природничих дисциплін є можливість моделювати фізичні, хімічні, біологічні, географічні явища та процеси, створювати реальні й абстрактні образи тощо. Вчителю при плануванні та організації заходів з використанням комп'ютерів, на наше глибоке переконання, необхідно враховувати вікові, психологічні та фізіологічні особливості організму людини для того, щоб максимально зменшити небажані наслідки впливу комп'ютерної техніки на організм дитини. Санітарно-гігієнічні вимоги та норми роботи учнів з комп'ютером визначені Державними санітарними правилами і нормами [2, с. 735-747], проте існують і такі моменти та специфічні особливості конкретної дитячої групи, колективу та кожного учня, які вчитель повинен забезпечувати і контролювати сам. Працездатність і втомлюваність дітей дуже залежить і від методів та засобів навчання, які обирає вчитель, і від вікових фізіологічних особливостей дітей, і від якості та ергономічної відповідності навчального обладнання і від мікроклімату кабінету та інших чинників. Для підвищення ефективності навчально-виховної роботи, всебічного розвитку особистості та збереження здоров'я учня, вчителям природничих дисциплін слід широко використовувати оптимальне поєднання та

комплексне запровадження традиційних і нових технологій навчання, бо ті ж самі результати, а іноді, навіть, з меншими затратами часових, людських і фінансових ресурсів, з меншим ризиком для здоров'я, можуть дати і дають традиційні форми, методи і засоби навчання.

У ході нашого дослідження ми виявили, що саме вчителі біології та географії, маючи ґрунтовну підготовку з фахових предметів, можуть компетентно, педагогічно, обґрунтовано і головне творчо підходити до створення безпечних умов навчання та формування в учнів знань та вмінь з основ безпеки життєдіяльності. Саме ці вчителі, маючи потрібні знання, уміння і навички, найбільше підготовлені до формування в учнів культури безпеки, пов'язують цей процес із своєю спеціалізацією. Вони добре ознайомлені з методами та засобами вимірювання найважливіших параметрів та характеристик навколишнього середовища, дотримання норм яких дозволяє створити комфортні та безпечні умови життєдіяльності. Вчителі природничих дисциплін можуть експериментально проводити вимірювання і дослідження, а також організовувати навчально-пізнавальну та пошукову діяльність із залученням до неї кожного учня.

Висновки. Майбутній учитель повинен бути спроможним забезпечити необхідний рівень комфорту та безпеки як собі, так й іншим особам у звичайних і надзвичайних ситуаціях у сфері майбутньої професійної діяльності.

Зміст навчальної дисципліни «Безпека життєдіяльності» уможливорює підготовку у ВНЗ майбутніх учителів, які могли б здійснювати ергономічне дослідження навчального середовища та його організації відповідно до ергономічних норм та індивідуальних особливостей учнів.

Доведено, що навчання з безпеки життєдіяльності не лише забезпечує теоретичне інформування, а й надає основи практичної підготовки щодо впливу шкідливих і небезпечних факторів середовища існування людини, можливості запобігання ускладнень цих впливів та ліквідації їх наслідків.

Список літератури:

1. Безпека праці: ергономічні та естетичні основи: Навчальний посібник / С. Апостолюк, В. Джигирей, А. Апостолюк та ін. – К.: Знання, 2006. – 215 с.
2. Васильчук М. В., Медвідь Л. С., Сасков М. К. Збірник нормативних документів з безпеки життєдіяльності. – К.: Фенікс, 2000. – 896 с.
3. Гончаренко С. У. Гуманізація освіти як основний критерій розробки засобів реалізації сучасних технологій навчання // Наукові записки КДПУ ім. В. Винниченка. – Кіровоград, 2001. – Вип. 34. – С. 3-9.
4. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. – Київ: Либідь, 1997. – 376 с.
5. Даценко І. І., Габович Р. Д., Йонда М. Є. Умови праці з комп'ютером і їх оптимізація: Науково-практичне видання. – Львів, 1998. – 40 с.
6. Ергономіка: Учебник / Под ред. А. А. Крылова, Г. В. Суходольского – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та. 1988. – 184 с.
7. Кремень В. Г. Освіта і наука в Україні – інноваційні аспекти. Стратегія. Реалізація. Результати. – К.: Грамота, 2005. – 448 с.
8. Лапін В. М. Безпека життєдіяльності людини: Навч. посіб. – 3-тє вид., стер. – Л.: Львів, банк. Коледж. – К.: Знання, 2000. – 186 с.
9. Полька Н. С. Захворюваність молодших школярів, які з першого класу навчалися на персональних комп'ютерах // Педіатрія, акушерство та гінекологія. – 2000. – № 4. – С. 33-36.
10. Полька Н. С. Здоров'є школьників и компьютеры в школе // Медицина Украины. – 1996. – № 4. – С. 18-19.
11. Пуляк О. В. Ергономічна оцінка небезпечних ситуацій у навчально-виховному процесі // Наукові записки КДПУ ім. В. Винниченка. – Кіровоград, 2005. – Вип. 60. – Ч. 2 – С. 100-104.
12. Профілактика дитячого травматизму [Електронний ресурс]. – Режим доступу: URL: http://krupets-nvk.at.ua/index/profilaktika_ditjachogo_travmatizmu/0-83

Еричева Т.Ю.

Преяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ЕСТЕСТВЕННЫХ ДИСЦИПЛИН К РАБОТЕ В УСЛОВИЯХ ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ ОПАСНОСТЕЙ

Аннотация

Статья посвящена проблеме подготовки будущих учителей к созданию безопасных условий учебно-воспитательного процесса и формированию культуры безопасности в учащихся. Выяснено, что учитель должен уметь применять меры и средства, которые позволяют создать учащимся безопасные, комфортные и результативные условия для обучения. С этой целью учителю необходимо проводить педагогические эргономические исследования учебной среды. Содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» имеет большие возможности для подготовки в вузах будущих учителей, которые могли бы исследовать и организовывать учебную среду в соответствии с эргономическими нормами и индивидуальными особенностями учащихся. Доказано, что обучение по безопасности жизнедеятельности не только дает теоретическую информацию, но и обеспечивает основы практической подготовки по влиянию на человека вредных и опасных факторов среды обитания, возможности предотвращения осложнений этих воздействий и ликвидации их последствий.

Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, культура безопасности, подготовка будущих учителей, школьный травматизм, эргономические исследования, компьютеризация обучения.

Ericheva T.U.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Skovoroda

TRAINING OF TEACHERS OF NATURAL SCIENCES TO WORK IN POTENTIAL DANGER

Summary

The article devoted to the training of teachers to create safe conditions for the educational process and a culture of safety in students. It was found that the teacher should be able to apply the measures and tools that allow students to create a safe, comfortable and effective environment for learning. To this end, the teacher should conduct pedagogical and ergonomic research training environment. The content of the discipline «Safety» is a great opportunity to prepare future teachers in high school who could investigate and organize learning environment according to ergonomic standards and individual students. Proved that life safety training not only provides theoretical information, but also provides practical training on the basics of harmful and dangerous environmental factors of human existence, the possibility of preventing the complications of these impacts and response.

Keywords: safety, safety culture, training future teachers, school injuries, ergonomic research, computerization training.

УДК 612.84.3-057.87

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ РОЗУМОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ТА ПЕРЕДУМОВИ ЇЇ ЕФЕКТИВНОСТІ

Каменська І.С., Бокшиц О.М.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті розглянуто актуальні питання гігієни розумової праці учасників навчального процесу. Висвітлено особливості фізіологічних процесів при напруженій розумовій діяльності та умови в яких доцільно працювати майбутньому педагогу, щоб його працездатність мала найбільшу віддачу. З'ясовано, що поєднання розумової праці з активною м'язовою роботою – це запорука збереження високої інтелектуальної працездатності на довгі роки. Встановлено, що діяльність майбутнього педагога професійної освіти, інспектора з охорони праці вимагає постійного професійного зростання у всіх сферах освіти та виробництва, що дозволить підвищити конкурентоспроможність на ринку праці та забезпечити виробництво кваліфікованими фахівцями з охорони праці.

Ключові слова: розумова праця, здібності, фізіологічні процеси, втомля, гігієна праці.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. На сучасному етапі розвитку суспільства все більш актуально постає питання про збереження життя, здоров'я та працездатності людини у процесі трудової та навчальної діяльності. Проблема правильної організації розумової діяльності студентів останнім часом набула статусу пріоритетного напрямку. Закладам освітньої галузі належить вирішальна роль щодо правильної організації розумової діяльності студентів.

Освіта – навчання і виховання – є найбільш благородною і відповідальною сферою людської діяльності саме тому, що тут формується людина як особистість, плекаються її світогляд і культура, закладаються основи майбутньої професії, кар'єри, життєвого успіху [9]. Розумова праця – це діяльність людини, пов'язана з прийомами та переробкою інформації, що потребує переважно напруження сенсорного апарату, уваги й пам'яті, активізації процесів мислення, емоціональної сфери без значних фізичних зусиль [7, с. 199]. Відповідно, одним із вагомих показників ефективності освітнього процесу у сучасних вищих навчальних закладах є створення безпечного життя, як базового чинника сталого людського розвитку. Організація розумової діяльності передбачає підвищення її продуктивності при цілковитому збереженні здоров'я людей. Це означає, що підвищувати продуктивність інтелектуальної праці треба, насамперед за рахунок правильної її організації, максимального використання всіх можливостей організму, оберігаючи при цьому від надмірного напруження чи перевтоми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Стрімкий розвиток сучасного світу, безумовно впливає на характер розумової праці особистості й вимагає постійного вдосконалення розумових здібностей, умінь і навичок, спрямованих на продуктивну роботу мозку людини з метою створення інноваційних ідей, думок, проєктів, нових знань, які втілюються в матеріальні й духовні блага людства [3]. Відповідно, організація розумової праці та її гігієна є однією з актуальних проблем сучасності.

Серед останніх публікацій різних науковців значну увагу приділено культурі безпеки

життєдіяльності молоді. Слід відзначити роботи М. Бугиріна, В. Штерєб, Т. Самусь, С. Гаркуша, Т. Радько та інші. Протягом багатьох десятиліть дану проблему вивчали спеціалісти різних напрямів – фізіологи і гігієністи (М. Введенський, Г. Гельмгольц, В. Зінченко, С. Косилов, І. Сеченов, І. Павлов, В. Розенблат, В. Ястшембовський), нейрофізіологи й психіатри, біохіміки і терапевти, психологи й педагоги (Н. Менчинська, Н. Талізіна, С. Рубінштейн, Ю. Бабанський, М. Данилов, Н. Єрастов, В. Паламарчук, В. Пунський, К. Ушинський, М. Черпінський, І. Раченко).

Мета статті – розкрити особливості фізіологічних процесів при напруженій розумовій діяльності та умови в яких доцільно працювати майбутньому педагогу, щоб його працездатність мала найбільшу віддачу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Розумова праця різноманітна – до неї належать управління, творчість, викладання, наука, навчання. Вона поєднує роботи, пов'язані з прийомом та переробкою інформації, які вимагають переважно напруження уваги, сенсорного апарату, пам'яті, а також активізації процесів мислення, емоціональної сфери [2].

О.В. Аніщенко у короткому термінологічному словнику виділяє такі поняття як гігієна навчальних занять та гігієна розумової праці [1]. До гігієни навчальних занять автор відносить – систему оптимальних, науково обґрунтованих вимог до організації навчального процесу (нормування розумових і фізичних навантажень, раціональна організація занять, чергування видів навчальної роботи впродовж дня, тижня, навчального року). Порушення цих вимог призводить до виснаження нервової системи молоді, перевтоми, ослаблення організму та імунітету.

Щодо гігієни розумової праці то це – розділ гігієни, який вивчає вплив умов розумової праці на організм дорослих і дітей, це комплекс санітарно-гігієнічних заходів, спрямованих на зміцнення та охорону здоров'я, підвищення працездатності. Розумова праця має поєднуватися з фізичною працею, під впливом якої удосконалюється координація рухів, розвивається кістково-м'язова система, поліпшується функціонування дихальної та серцево-судинної систем, активізується обмін речовин. З метою розробки

гігієнічних рекомендацій щодо організації розумової праці молоді здійснюється оцінка обсягів і змісту навчально-виховної роботи, визначається щоденна, тижнева та річна динаміка функціонального стану організму студентів залежно від обсягів навчального навантаження та з урахуванням новітніх методів викладання, активізації пізнавального процесу [1].

Досліджуючи проблему організації розумової праці, Ю.С. Ібрагім зазначає, що організація розумової праці передбачає дотримання режиму дня, тобто забезпечення оптимального стану організму особистості при здійсненні розумової діяльності; планування й облік часу, необхідного для виконання роботи; володіння вміннями розумової праці й оформлення її результатів; організацію й обладнання робочого місця тощо [3].

Розподіл навантаження на різні аналізатори, під час розумової праці неоднаковий. Цим пояснюється складність класифікації розумової діяльності людини. Прикладом такої класифікації може бути класифікація за С.Л. Косиловим:

1. Праця, перехідна за характером – між чисто фізичною й чисто розумовою, коли поєднуються елементи м'язової й розумової роботи (верстатники, оператори за пультами керування, наладчики тощо).

2. Розумова праця, при якій м'язова діяльність не відіграє вирішальної ролі, коли застосовуються готові навички, але необхідні напружена увага й активна діяльність різних аналізаторів (контролери, друкарки, оператори на блокпостах метрополітену).

3. Розумова праця, пов'язана з напруженням уваги, поєднана з виконанням нових завдань (обчислювачі, які працюють на складних обчислювальних машинах, коректори, стенографісти).

4. Розумова праця, що вимагає переважно творчої діяльності (письменники, вчені, режисери та ін.).

5. Розумова праця, спрямована на досягнення «віддалених трудових цілей» (інженери, конструктори).

При всіх цих видах праці потрібно враховувати емоційне забарвлення розумової діяльності, тому що емоційний компонент вносить у розумову працю людини додаткові чинники, які значно впливають і на характер самої праці, і на ті фізіологічні зміни, які при цьому виникають [10, с. 12].

Відомо, що фізіологічною основою процесів, які визначають рівень працездатності людини, є зміни в діяльності нервових центрів. Крім змін, які відбуваються в центральній нервовій системі, ряд зрушень помічено і на периферії – в органах, м'язах і т. д.

І.М. Трахтербергом [10, с. 23] встановлено, що під впливом напруженої розумової діяльності у студентів нерідко порушується зовнішнє дихання, змінюються артеріальний тиск і насичення киснем артеріальної крові. Все це свідчить про необхідність врахування при розробці фізіологічних основ організації розумової діяльності і відповідних зрушень у вегетативних центрах.

На відміну від фізичної, розумова діяльність супроводжується меншими витратами енергетичних запасів, але це не говорить про її легкість. Основним працюючим органом під час такого виду праці виступає мозок. При інтен-

сивній інтелектуальній діяльності потреба мозку в енергії підвищується і складає 15-20% від загального об'єму в організмі. При цьому вживанням кисню 100 г кори головного мозку в 5 разів більше, ніж витрати скелетними м'язами тієї ж ваги при максимальному навантаженні. При читанні в голос витрати енергії підвищуються на 48%; при виступі з публічною лекцією – на 94%; у операторів обчислювальних машин – 60-100% [5]. Для розумової діяльності характерні напруження уваги, сприйняття та пам'яті, велика кількість стресів, малорухливий спосіб життя, вимушена одноманітна поза – все це зумовлює застійні явища у м'язах ніг, органах черевної порожнини і малого тазу, погіршується постачання мозку киснем, зростає потреба в глюкозі [8]. Відповідно, щоб організм нормально функціонував щоденний раціон повинен мати енергетичну цінність, яка б компенсувала всі енергетичні витрати організму, бути збалансованим за вмістом білків, жирів та вуглеводів, містити потрібну кількість води, вітамінів і мінеральних речовин [2, с. 66].

Для людей розумової праці притаманний найбільший ступінь напруження уваги – в середньому у 5-10 разів вище, ніж при фізичній праці [4]. Увагу характеризують концентрація, стійкість, розподіл, переключення й обсяг [2, с. 78]. Характерним для розумової праці є те, що після закінчення робочого дня процес розумової діяльності не припиняється і як наслідок настає втома організму, а з часом перетворюється на перевтому. Втома залишається довше після закінчення розумової праці, ніж після фізичної. Все це призводить до змін у фізіологічному і психологічному стані людини і веде до погіршення кількісних і якісних її показників праці. Як наслідок проявляється ослаблення уваги, сприйняття, уповільнення відповідних реакцій на зовнішні подразники, поступове зниження продуктивності. При цьому погіршується самопочуття, часто знижується м'язова працездатність.

Також при виконанні розумової праці мають місце зсуви у вегетативних функціях людини: підвищення кров'яного тиску, зміни ЕКГ, збільшення легеневої вентиляції і вживання кисню, підвищення температури тіла.

При вивченні впливу розумової роботи студентів на ступінь насичення артеріальної крові киснем С.М. Рашманом (1970), встановлено, що насиченість змінюється залежно від характеру самої діяльності. Причому в перші 45 хвилин за всіх видів розумової праці (лекції, практичні заняття, самостійна робота) в учасників навчального процесу насичення артеріальної крові киснем знижувалось (з 90 до 93-94%). В наступні години при напруженій роботі насичення артеріальної крові киснем зросло до 96-100%, а при малій напруженості такого зростання не спостерігалось. За цими відомостями можна скласти певне уявлення про ступінь напруженості інтелектуальної праці. З іншого боку, спостереження свідчать, що забезпечення розумової діяльності різної інтенсивності здійснюється шляхом перебудови кисневого режиму організму і мобілізації функцій різних систем [10, с. 28].

Г. Мешко [6] зазначає, що під час навчальної праці працездатність студента залежить від наступних чинників:

1) внутрішніх умов (інтелектуальні здібності, особливості волі, ступінь тренуваності, стан здоров'я, сила волі);

2) зовнішніх умов (атмосфера у вищому навчальному закладі, організація робочого місця, режим праці і відпочинку, мікроклімат у групі);

3) рівня організації праці (плановість у роботі, дотримання певного режиму, рівень затрачених зусиль для досягнення результату);

4) обсягу розумового навантаження.

Рівень працездатності студентів різний і залежить від їх індивідуальних особливостей. Однак праця має загальні, науково обґрунтовані закономірності і є величиною змінною, тобто розвивається за певними етапами.

На *першому етапі* студент повинен звикнути до конкретного виду роботи. Особливістю цього етапу є те, що протягом перших хвилин аудиторної чи позааудиторної роботи він налаштовується на розумову працю, на певний ритм роботи. На *другому етапі* розумова працездатність організму людини досягає максимальної точки і зберігається на цьому рівні протягом певного часу. На *третьому етапі* високий рівень працездатності починає поступово знижуватися, настає фаза стомлення. *Четвертий етап* – фаза крайньої перевтоми або пригнічення, коли розумова діяльність не лише спадає, а й викликає у людини негативні емоції.

Початок навчального процесу не завжди характеризується максимальною продуктивністю праці. Потрібен певний час (відповідає першому етапу розвитку працездатності), щоб зосередитись на слуханні лекції або виконанні практичних завдань. Скорочення часу, необхідного для досягнення достатнього рівня працездатності, залежить від оптимальності і сталості умов, за яких виконують навчальну працю (звична навчальна обстановка, тиша, початок роботи в один і той самий час тощо). Працездатність студента залежить від того, як швидко він уміє знаходити зв'язки між попереднім і наступним навчальним матеріалом. Тому дуже важливо перед кожною лекцією повторювати зміст попередньої. І чим швидше сформується навички аналізу попереднього матеріалу перед наступною складною розумовою роботою, тим коротшим буде час, потрібний для цього. Тоді швидше настане найефективніший етап «робоча установка» («стійкий робочий етап»).

Складність навчальної праці зумовлена тим, що обсяг і зміст інформації, якою мають оволодіти студенти, безперервно збільшуються, а термін навчання незмінний. Усе це спонукає шукати нові, досконаліші шляхи організації навчання і чіткішого керівництва навчальною роботою сту-

дентів. Ще чеський педагог Ян-Амос Коменський (1592-1670) мріяв про відкриття таких способів навчання, за яких ті, хто вчить, менше вчили б, а учні більше вчилися би [6].

Люди, що займаються розумовим видом діяльності, навіть у стані перевтоми здатні довгий час виконувати свої обов'язки без особливого зниження рівня працездатності і продуктивності.

В основному, люди розумової діяльності не в змозі вимкнути механізм переробки інформації на ніч; вони працюють не лише 8-12 годин на добу, а майже постійно, з короткими переключеннями. Це і є підтвердженням так званої інформативної теорії, згідно з якою людина під час сну переробляє інформацію, отриману в період активної бадьорості.

Праця майбутнього педагога потребує розвинутої пам'яті, уваги, сприйняття і характеризується наявністю стресових ситуацій. Для кращого запам'ятовування лекційного чи теоретичного матеріалу доречно задіювати одночасно декілька органів чуття, наприклад за допомогою малюнків, схем, презентацій, таблиць, діаграм, фільмів. Також не слід нехтувати повторенням раніше вивченого матеріалу, що сприятиме кращому збереженню вивченого матеріалу в пам'яті. Бажано щоб в режимі дня студентів були присутні фізичні вправи, гімнастика, пішіходні прогулянки на свіжому повітрі та різні види дозвілля.

Висновки. Підготовка студентів до майбутньої професійно-педагогічної діяльності вимагає від них великого розумового й фізичного напруження. Аудиторні заняття й самостійна робота та пов'язане з ними психологічне напруження відображається на стані здоров'я молодого організму, який ще формується.

Відповідно, раціональне використання індивідуальних можливостей студента передбачає обов'язкове врахування загальних, науково обґрунтованих закономірностей, що регулюють працездатність.

Фізична й розумова діяльність вимагають різного напруження від певних функціональних систем організму. Тому поєднання розумової праці з активною м'язовою роботою це запорука збереження високої інтелектуальної працездатності на довгі роки професійної діяльності.

Навчальний процес має бути поставлено так, щоб сформувати у майбутніх фахівців працезохоронний світогляд своєї професійної діяльності, що дозволить реалізувати себе у системі професійної освіти та на виробництві, підвищити конкурентоспроможність на ринку праці та забезпечити виробництво кваліфікованими фахівцями з охорони праці, які є продуктивною силою конкурентоспроможності держави.

Список літератури:

1. Аніщенко О. В. Теоретичне і виробниче навчання у професійно-технічних навчальних закладах: короткий термінологічний словник / О. В. Аніщенко, Н. В. Смоляна. – К.: Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М., 2012. – 103 с.
2. Желібо Є. П. Безпека життєдіяльності: підруч [для студ. вищ. навч. закл.] / Є. П. Желібо, В. В. Зацарний. – К.: Карапвела, 2006. – 288 с.
3. Ібрагім Ю. С. Питання організації розумової праці в педагогічній спадщині В. О. Сухомлинського [Електронний ресурс] / Ібрагім Ю. С. // Режим доступу: <http://nauka.hnpu.edu.ua/sites/default/files/fahovi%20vudannia/2009/statti%20Teoria%20ta%20metoduka%20navchannia%20ta%20vukhovannia%2021/9.html>
4. Калина А. Економіка праці: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / А. Калина – Київ, 2004. – 268 с.

5. Классификация основных форм деятельности человека [Электронный ресурс]: Справочник по безопасности // Режим доступа: <http://www.warning.dp.ua/obj002.htm>
6. Мешко Г. Вступ до педагогічної професії: навч. посіб. / Г. Мешко – К.: ВЦ «Академія», 2010. – 197 с.
7. Охорона праці: навч. посіб. / Кучерявий В. П., Павлюк Ю. Є., Кузик А. Д., Кучерявий С. В.] – Львів: Оряна-Нова, 2007. – 368 с.
8. Пістун І. П. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. / Пістун І. П. – Суми: Видавництво «Університетська книга», 1999. – 301 с.
9. Редько Т. М. Проблема збереження здоров'я студентів на сучасному етапі розвитку системи вищої освіти / Редько Т. М. // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Вип. 124 / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка; гол. ред. Носко М. О. – Чернігів: ЧНПУ, 2015. – С. 45-48.
10. Трахтенберг І. М. Гігієна розумової праці / Трахтенберг І. М. – К.: «Здоров'я», 1997. – 103 с.

Каменская И.С., Бокшиц Е.Н.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ УМСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ И ПРЕДПОСЫЛКИ ЕЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ

Аннотация

В статье рассмотрены актуальные вопросы гигиены умственного труда участников учебного процесса. Освещены особенности физиологических процессов при напряженной умственной деятельности и условия, в которых целесообразно работать будущему педагогу, чтобы его работоспособность имела наибольшую отдачу. Выяснено, что сочетание умственного труда с активной мышечной работой – это залог сохранения высокой интеллектуальной работоспособности на долгие годы. Установлено, что деятельность будущего педагога профессионального обучения, инспектора по охране труда требует постоянного профессионального роста во всех сферах образования и производства, что позволит повысить конкурентоспособность на рынке труда и обеспечить производство квалифицированными специалистами по охране труда.

Ключевые слова: умственный труд, способности, физиологические процессы, усталость, гигиена труда.

Kamenska I.S., Boksic E.N.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Skovoroda

PECULIARITIES OF ORGANIZATION OF MENTAL ACTIVITY OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION STUDENTS OF AND THE PRECONDITIONS OF ITS EFFECTIVENESS

Summary

In the article pressing questions of brainwork safety of educational participants process are considered. Features of physiological processes during intense mental work and conditions in which the future teacher should work so that his working capacity will have the greatest return are presented. It is established that combination of brainwork with active muscular work is pledge of preservation of high intellectual working capacity for long years. Also it is established, that activity of the vocational training teacher, the labour safety inspector demands constant professional growth in all education spheres and manufacture that will allow to raise competitiveness in a labour market and to provide manufacture by the qualified labour safety experts.

Keywords: brainwork, abilities, physiological processes, weariness, hygiene of work.

УДК 37.016:784

ФОРМУВАННЯ ВОКАЛЬНО-ВИКОНАВСЬКОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ШЛЯХОМ ПОДОЛАННЯ НЕДОЛІКІВ ВОКАЛІСТІВ-ПОЧАТКІВЦІВ

Карпенко А.П.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

Автор в статті підкреслює, що головною метою педагога-вокаліста в навчальному закладі – є формування вокально-виконавської майстерності. Але на початковому етапі навчання виникають деякі складності у звукодобуванні, що несе загрозу не тільки художньому виконанню вокального твору. Деякі недоліки вокальної підготовки вокаліста – початківця негативно впливають на весь голосовий апарат. «Білий звук», гіпертрофія грудного звучання, манера наспівування півголосом в середньому регістрі (при використанні мікрофону), невміле використання вібрато, форсований звук – є найбільш поширеними недоліками. В статті зроблений аналіз цих недоліків вокальної підготовки та накреслені шляхи подолання в процесі навчання. Ця інформація є корисною для викладачів вокалу, вчителів музичного мистецтва в ЗОШ, керівників вокальних гуртків та студій.

Ключові слова: вокально-виконавська майстерність, голосовий апарат, недоліки звукоутворення, форсований звук, вібрато, резонування, опора дихання.

Постановка проблеми. Спів – це одна із функцій організму, яка підпорядковується загальним законам його діяльності. В суспільстві існує думка про те, що співацький голос є даром природи, і не потребує ніяких законів та правил. Так в світовій вокальній історії є безліч прикладів, де у людини є від природи поставлений голос, який вже не потребує «огранки» і сяє діамантом, а є приклади хлопчиків які в дитинстві мали прекрасні голосові дані та після мутації повністю його втратили; буває у людина в дитинстві не має вираженого голосу, проте в більш зрілому віці «прорізається».

В процесі співу розвиваються різні музичні здібності – тембровий та динамічний слух, відчуття ладу, музичне та образне мислення, музична пам'ять. У співі відбувається також загальний розвиток дитини, підлітка – формуються його вищі психічні функції, розвивається мова; разом з тим відбувається накопичення знань про навколишній світ; оскільки спів – це психофізіологічний процес, то він відповідно пов'язаний з роботою життєвоважливих систем, таких як дихання, кровообіг, ендокринна система і ін.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Спів є предметом вивчення, не тільки спеціальної вокальної підготовки, акустики, мистецтвознавства, фізіології, музичної психології, музичної педагогіки, методики музичного виховання, медицини та інших наук, причому кожна наука розглядає конкретно якийсь один із аспектів співацької діяльності.

Проблема вокального навчання ґрунтовно досліджувалась у багатьох аспектах фізіології та постановки голосу (А. Єгоров, В. Морозов, М. Микиша, А. Заседателев, Л. Работнов, Д. Аспелунд, А. Зданович та ін.); розвитку та формуванню співацьких здібностей (В. Антонюк, Л. Дмитрієв, В. Смельянов, О. Стахевич, А. Менабені, В. Юшманов, Ю. Юцевич, П. Троніна, Л. Василенко та ін.).

Важливою складовою професійної підготовки майбутніх вчителів музичного мистецтва, керівників вокальних гуртків та студій є орієнтація на набуття знань та практичного досвіду, пов'язаного із співацькою та викладацькою діяльністю, набуття навичок свідомого володіння процесом як влас-

ного голосоутворення так і вокального розвитку своїх майбутніх учнів, уміння визначати недоліки вокальної підготовки на окреслити шляхи подолання їх в процесі навчання.

Підготовці такого спеціаліста, зокрема становленню його співацької культури, присвячені дослідження багатьох українських вчених, серед яких слід назвати імена В. Антонюк, Л. Гавриленко, Н. Гребенюк, Л. Тоцької, Г. Панченко, Ю. Юцевича, О. Маруфенко, Л. Ятло, О. Козій, Азарова Л.Г. та ін. У їхніх роботах розкриваються основні принципи і методи вокальної підготовки майбутніх учителів музичного мистецтва, а також наголошується на важливості розуміння сутності складних фонаційних процесів, які відбуваються у людському організмі, забезпечуючи створення художнього музичного образу й охорони співацького голосу в межах, необхідних для повноцінного навчання дітей та молоді.

Мета статті – висвітлити та проаналізувати основні недоліки співака – початківця та окреслити основні методи формування вокальних навичок майбутніх учителів музики на заняттях з постановки голосу.

Виклад основного матеріалу. Головною метою педагога-вокаліста в навчальному закладі – є формування вокально-виконавської майстерності, творчого підходу до виконання вокальних творів і, як найвища ступінь, формування професіоналізму. Історія вокальної педагогіки та розвитку вокального виконавства свідчить, що низка дослідників, педагогів-практиків прагнули до удосконалення організації вокально-педагогічного процесу, впроваджуючи систему формування професійних навичок. Проблеми з якими стикаються педагоги-вокалісти, ще недостатньо висвітлені в теоретичному, методичному аспектах і потребують більш глибокого їх вивчення, а також визначення їх подолання.

Відомий вчений Л.Б. Дмитрієв вважав, що виховання співака вимагає одночасного вирішення кількох завдань: побудувати виконавський апарат «інструмент» співака і навчити на ньому «грати» [2, с. 71]. Вчений переконливо доводить, що коли початкові стереотипи правильного голосоутворення та голосоведення вироблені – увага

виконавця переноситься на виконання різноманітних виконавських намірів [2, с. 71].

Неправильне використання голосу є основою його функціональних порушень. М'язи, необхідні для правильного звуковидобування не діють, на допомогу їм приходять інші, які для цього не призначені. Прикладом може служити затиснута, гугнява, неприємна на слух і небезпечна для самого виконавця співоча манера багатьох вітчизняних молодих артистів [5].

Зважаючи на те, що студенти-початківці є вихідцями із середовища самодіяльного виконавства, де дуже часто від непрофесіоналізму керівників вони набули неправильних навичок звуковидобування, виникає потреба аналізу недоліків співу та окреслення шляхів їх виправлення. На цьому етапі роботи у вокальному класі доводиться докладати багато зусиль для усунення цих недоліків, вироблення природного звучання голосу.

Наведемо ряд таких недоліків та охарактеризуємо їх шкідливий вплив на голос співака та весь організм співака-початківця.

Найбільш поширеним недоліком серед початкуючих вокалістів педагоги-вокалісти вважають спів «білим звуком», коли у звукоформуванні виключена робота гортані. Основною характеристикою такого звуку є криклива подача голосних, що стає причиною відсутності дзвінкості. З цим недоліком викладачі-практики пропонують боротися використовуючи спів закритим ротом, округленням звуку на голосні «о» та «у» (вони за своєю природою вже є округлими), використанням високої вокальної позиції та зміцненням опори дихання.

Одним із негативних та досить розповсюджених серед дефектів, що виявляється у співаків-початківців це – гіпертрофія грудного звучання, яка спостерігається у початківців при недооцінці головного резонування. Для подолання цих недоліків рекомендовано спів вокальних вправ з використанням низхідних ходів для того щоб учень відчув власний тембр на всіх звуках вправ, викликаючи роботу головного резонатора.

Використання мікрофону при співі породило ще один недолік – це манера наспівування півголосом в середньому регістрі та крик на високих звуках. На практиці такий недолік можна усунути завданням співу без мікрофона на повний голос, використовуючи всі резонатори. При цьому важливо слідкувати за міцною опорою дихання та включенням в роботу гортань.

Наступним недоліком недостатне або невміле використання вібрата в співі, тобто своєрідної пульсації звуку. Відомий педагог Л. Дмитрієв підкреслював, що вібратор людського голосу аналогічне вібрації на смичкових інструментах, яка надає звуку приємного характеру. «Таке вібратор прикрашає тембр та надає голосу живої тремтливості та виразності» – зазначає автор у своїй роботі «Основи вокальної методики» [2, с. 350]. без вібрата голос втрачає свою привабливість, природний співочий характер та стає прямим, мертвим, невиразним.

Наступний недолік теж пов'язаний із вібратором – «розхитаність», коли його занадто багато, голос ніби качається. Фізіологія вібратора напружена пов'язана із коливанням гортані в м'язах шиї та впливає на основні співацькі якості та манеру

звукоутворення. «Напружена робота гортані, коли голосові м'язи і мускулатура, що керує гортанню, сильно напружуються, це миттєво відбивається на характері вібратора» [2, с. 351].

Педагоги-вокалісти пропонують як один із шляхів подолання цього недоліку – показ та розповідь про його значення для співака, для того щоб навчити чути та контролювати власне вібратор. Робота над такими голосами повинна починатися зі зняття зайвих напружень і знаходження природного звучання. Із звільненням голосового апарату від напруження поступово зникає «хитання» голосу. Корисними є вправи, що є схожими на трелі. Швидко чергування звуків знімуть зайве напруження, звільнять голосовий апарат від скутості, гортань набуде свободи і вібрації.

Завдання і складність роботи на виробленні вібратора полягає в руйнуванні невірних навичок і формуванні та закріпленні нових, правильних. Це здійснюється вихованням координованої роботи дихання, голосоведення і артикуляції, що сприяє також загальному зміцненню вокального апарату. Опора звуку пов'язана з відчуттям повітряного стовпа від діафрагми і поперекового пояса до голови. Відчуття підстави стовпа дає м'язовий пояс – природне напруження м'язів при правильному диханні. Поступаючи в голову, звукова хвиля проходить не горизонтально по напрямку до рота, а вертикально, як би омиваючи його по кривій. При такій вокальній позиції відчувається вібрація в грудній клітці і можна змусити резонувати весь кістяк до ступень ніг і кистей рук – це працює нижній, або грудної, резонатор.

М'язові відчуття займають одне з провідних місць в процесі відпрацювання навичок. Зазвичай наша свідомість їх не фіксує. Але щоб простежити порушення і змусити голосові органи діяти координовано, тобто зробити вокальний апарат керованим, необхідно відчути рух окремих м'язових груп. Подальша напружена робота в вокальному класі дозволить перевести набуті правильні навички в область підсвідомості, – автоматизувати його. Однак ця автоматизація буде здійснюватися на більш високому рівні, так як за потреби свідомість може включитися в процес співу і керувати ним.

Варто згадати про ще один поширений недолік співаків-початківців – форсований звук. Форсування (від фр. force – сила) – спів із перебільшеною напругою голосового апарату, що порушує темброві якості голосу, природність звучання. Такий спів заважає утворенню високої співацької форманти, тому форсовані голоси мають погану «польотність», легкість [6]. Саме у співаків з даним дефектом голосоутворення спостерігається качання голосу – вібратор, яскраво виражені регістрові переходи і утруднене звучання верхньої ділянки діапазону. Як правило форсовані голоси швидко деградує та стають непрофесійними.

Також потрібно відмітити, що форсування звуку буде супроводжуватися залишковим перенапруженням в гортані, яке пов'язано з намаганням співати високі або низькі ноти. Л. Дмитрієв підкреслює, що «форсоване звучання приводить до втрати найбільш красивих коливань голосових складок, які народжують найкращі темброві якості голосу» [2, с. 353]. Тобто, по суті, форсу-

вання – це неприродне спотворення тембру в голосовому виконанні, яке може бути пов'язане і з тривалими заняттями співом, відповідно фізичною та нервовою втомою.

Ятло Л. наголошує, що інколи форсування є наслідком співу відкритим звуком. При цьому він також підкреслює, що небезпека виникнення форсованого звуку виникає і при співі прикритим звуком «унаслідок прагнення додати голосу невластиву йому силу» [7] і, як результат, – дихальна атака переходить в м'язеву, що поступово призведе до «гойдання», неточної інтонації, і потім можливі захворювання голосового апарату.

Підтвердження цієї думки ми знаходимо у праці Козія О., який підкреслює, що «через форсовану розмову чи довготривалу втому на голосових складках можуть утворитися вузлики. Це може стати причиною труднощів при голосоутворенні, втрати чистоти звучання, потовщення вузликів викликає хриплість не тільки під час співу, але й під час розмови. Але спокій голосу, правильна манера співу: м'яка, вільна, легка та вокальні вправи допоможуть повернути якість голосу.» автор переконливо доводить, що на звучання форсованого співу голосовий апарат співака реагує миттєво і викликає втому та напруженість. Тому і особистий показ вчителя і концертні виступи та записи, які формують ставлення до правильного, якісного співу, виховують смак мають бути в хорошій вільній манері виконання без зажимів та вад. Гучний спів, крик, розмова на підвищених тонах шкодять та травмують голос, що призводить до різних захворювань голосового апарату [3].

Для того, щоб голос вокаліста не піддавався занадто великим перенапруженням, потрібно включати в роботу верхні резонатори. Також слід розуміти, що якісний звук виходить в результаті роботи м'язів гортані в спокійному стані, а також в стані розслабленості плечового поясу. В той же час, голосний вокал буде повністю залежати від правильного дихання – роботи діафрагми і, звичайно, використання специфічних резонаторів.

Співаки, які тільки почали заняття вокалом, не мають досить зміцненого голосового апарату, тому таким людям дуже важливо не викликати та не допускати надмірні та непосильні наванта-

ження. Так досить біля 30-40 хвилин на спів, в такому діапазоні голосу, який буде комфортним. Не слід брати занадто складні композиції для співу – почати з простих.

Ятло Л. пропонує декілька шляхів для того, щоб позбавитись цього недоліку:

по-перше – якщо форсування є наслідком відкритого звуку, то потрібно працювати над його прикриттям;

по-друге – якщо форсування є результатом твердої, різкої атаки, то потрібно користуватись виключно м'якою чи придиховою атакою, слідкуючи за силою звуку, що не повинна перевищувати *mf*. Як один із прийомів, можна використати спів закритим ротом. Також автор пропонує ще один дівий прийом «лікування» від форсованого звучання – це пояснення антихудожності такого співу, його шкоду і небезпеку для голосового апарату.

Л. Дмитрієв також схиляється до думки, що позбавлення від форсованого звуку досягається поступовим тренуванням голосового апарату основною метою якого є пом'якшення голосу та знаходження більш природного звучання.

Найкращим вирішенням цієї проблеми він бачить – зміну репертуару. Спокійні вокальні твори елегійного характеру допоможуть виховати у співака-початківця м'яку атаку, рівномірний розподіл дихання, керування опорою. А твори швидкого темпу вимагатимуть від нього гнучкості, вишуканості. І однією із важливих вимог повинно бути виключення із репертуару досить емоційних творів, які провокуватимуть дуже голосне звучання. Проте найголовнішим в цьому процесі має стати розуміння самого співака, що його голос звучить напружено та приносить шкоду голосовому апарату [2, с. 354].

Висновки. Працюючи над художніми творами, педагог завжди повинен пам'ятати не тільки про виконавські завдання, а й про вдосконалення вокальних та творчих навичок співаків. Вибираючи репертуар, потрібно враховувати, наскільки він корисний для співака і наскільки повноцінно і невимушено буде функціонувати при цьому його голосовий апарат. Важливо, щоб голосоутворення було правильним, природним, щоб учень відчував комфорт, співав легко, із задоволенням.

Список літератури:

1. Азарова Л. Г. Проблеми виправлення деяких недоліків голосоутворення в класі вокалу [Електронний ресурс] / Л. Г. Азарова // Педагогіка – Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка – Режим доступу до ресурсу: <http://www.stationline.org.ua/pedagog/104/17708-problemi-vipravlennya-deyakix-nedolikiv-golosoutvorenniya-v-klasi-vokalu.html>
2. Дмитриев Л. Б. Основы вокальной методики / Л. Б. Дмитриев. – М: Музыка, 2007. – 368 с.
3. Козій О. М. Вікові особливості та функціональні характеристики співацького голосу студентів педагогічних коледжів [Електронний ресурс] / О. М. Козій – Режим доступу до ресурсу: <http://dspace.udpu.org.ua:8080/jspui/bitstream/6789/3417/3/Stattya%20Vikovi%20osoblyvosti%20Koziy%20O.M.pdf>
4. Луканин В. М. Обучение и воспитание молодого певца / В. М. Луканин. – Л: Музыка, 1977. – 87 с.
5. Морозов В. П. Голос контртенора. Особливості високої співочої форманти і техніки співу / В. П. Морозов. // Голос і мова. – 2011. – С. 12–25.
6. Федоров В. Вокальный словарь [Електронний ресурс] / В. Федоров – Режим доступу до ресурсу: <http://www.fedorov.ws/dic.html>
7. Ятло Л. П. Работа над дефектами звука і слова у дитячому співі [Електронний ресурс] / Л. П. Ятло – Режим доступу до ресурсу: http://library.udpu.org.ua/library_files/zbirnik_nayk_praz/2008/2008_2_29.pdf

Карпенко А.П.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ФОРМИРОВАНИЕ ВОКАЛЬНО-ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА ПУТЕМ ПРЕОДОЛЕНИЯ НЕДОСТАТКОВ НАЧИНАЮЩИХ ВОКАЛИСТОВ

Аннотация

Автор в статье подчеркивает, что главная цель педагога-вокалиста в учебном заведении – формирование вокально-исполнительского мастерства. Но на начальном этапе обучения возникают некоторые сложности в звукообразовании, что несет угрозу не только художественному исполнению вокального произведения. Некоторые недостатки вокальной подготовки вокалиста – новичка негативно влияют на весь голосовой аппарат. «Белый звук», гипертрофия грудного звучания, манера напевания вполголоса в среднем регистре (при использовании микрофона), неумелое использование вибрато, форсированный звук – являются наиболее распространенными недостатками. В статье сделан анализ этих недостатков вокальной подготовки и намечены пути преодоления в процессе обучения. Эта информация является полезной для преподавателей вокала, учителей музыкального искусства в СОШ, руководителей вокальных кружков и студий.

Ключевые слова: вокально-исполнительское мастерство, голосовой аппарат, недостатки звукообразования, форсированный звук, вибрато, резонирование, опора дыхания.

Karpenko A. P.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Scovoroda

THE FORMATION OF THE VOCAL AND PERFORMING SKILLS BY OVERCOMING THE SHORTCOMINGS OF VOCALISTS BEGINNERS

Summary

The author of the article emphasizes that the main purpose of the teacher-vocalist in the school – the formation of vocal and performing skills. But at the initial stage of learning there are some difficulties in svakodnevni that poses a threat not only to the artistic performance of vocal music. Some of the shortcomings of vocal training of the singer – beginner adversely affect his voice box. «White sound», hypertrophy of the chest sound, the way the humming undertone in the middle register (using the microphone), the inept use of vibrato, big sound – are the most common faults. The article made the analysis of these shortcomings of vocal training and ways of overcoming in the learning process. This information is useful for teachers of singing, teachers of music in secondary school, vocal leaders of clubs and studios.

Keywords: vocal and performance skills, vocal apparatus, the shortcomings of sound production, big sound, vibrato, resonance, support breathing.

УДК 159.955.2:179.9

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ТА СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ «ВІРНІСТЬ»

Кашпур Ю.М.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

Досліджено етимологічну та лексичну сутність поняття «вірність». У статті представлено визначення з синонімічних та тлумачних філологічних словників. Проаналізовано змістову наповненість визначень поняття вірності у філософських, етичних та психологічних словниках. Означено психологічну природу поняття вірності через контент-аналіз існуючих визначень. Доведено неоднозначність трактування вірності у наукових джерелах та сформульовано робоче визначення означеного феномену.

Ключові слова: вірність, синоніми вірності, смислове значення вірності, психологія вірності, сталість, постійність, відданість, лояльність, прихильність.

Постановка проблеми. На фоні реформаторських подій, що актуалізувалися в Україні протягом останніх років, відзначаються зміни й у свідомості населення. Особливо відчутними стали трансформації стосовно становлення національної ідентичності українців, що не можливо без усвідомлення природи фундаментальних цінностей суспільства. Серед них чільне місце займає вірність, до якої регулярно звертаються педагоги, художники, літератори, філософи. На їх думку, кожна окрема особистість, переживаючи свій індивідуальний процес становлення, стикається з цим феноменом в багатьох різних іпостасях та трактує його по-своєму. Для одних вона стабільне підґрунтя міжособистісних стосунків чи ресурс для професійного зростання, а для інших може ставати тяжким тягарем, від якого не може самостійно позбавитися. Не дивлячись на акцентованість фахівцями з різних галузей на вірності, психологічний зміст та сутність її залишається не дослідженим пластом наукового пізнання.

Аналіз наукових досліджень. Здійснивши бібліографічне дослідження стану розробленості проблеми вірності, перш за все, у суміжних з психологічною наукою галузях, ми виявили значний дефіцит достовірних даних чи єдине розуміння трактування цього феномену. Поміж основних предметів досліджень вірність згадується у працях І. Бежа, К. Девіс, І. Кона, В. Сухомлинського, та ін. Найбільш об'ємним і систематизованим є дослідження в галузі педагогіки Свириденко І.М., яка вивчала умови виховання вірності в особистісних взаєминах студентів. Так, дослідниця сконцентрувала свої наукові пошуки на вірності як моральній категорії. Емпіричних досліджень, спрямованих на вивчення вірності, в галузі психології виявлено не було.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. На нашу думку поняття «вірність» є не лише морально-етичним утворенням, як традиційно вважалось у суспільно-гуманітарних дисциплінах, а й одночасно психологічним феноменом, що має глибокі зв'язки зі структурними компонентами особистості. Обумовленість такого припущення викликана, в першу чергу, неоднозначністю ставлення особистості до нього і надзвичайно широким спектром психологічних ситуацій, де у поєднанні з іншими утвореннями (альтруїзмом, патріотизмом, вірою, закоханістю, корисливістю та ін.), вірність знаходить своє відображення у найрізноманітніших комбінаціях, що впливають на когнітивну, емоційно-вольову

та поведінкову сфери особистості. Так, вірність у поєднанні з відданістю може проявитися у вигляді фанатизму чи самопожертви. А з іншого боку, поєднуючись з коханням, даватиме ресурси для моногамії та сімейної орієнтованості особистості.

Мета статті. Головною метою цієї статті є презентація та аналіз існуючих визначень поняття вірності, виявленні в них психологічного смислового навантаження та формулювання власного робочого визначення цього утворення.

Виклад основного матеріалу. З огляду на відсутність методологічної основи для вивчення вірності вважаємо за потрібне розпочати пошук її психологічної сутності через призму синонімічного ряду. В практичному словнику синонімів української мови під редакцією С. Караванського подається такий синонімічний ряд до поняття «ВІРНИЙ»: певний, надійний, незрадливий, не підкупний, випробуваний; (- друг) щирий, відданий, незмінний, постійний; (- висновок) правильний, точний; (- смерть) неминучий; (- заувагу) слухний [6, с. 46]. Як видно з презентованого набору слів, вірність співвідноситься з термінами чи явищами, що мають позитивне забарвлення і в свідомості переважної більшості населення сприймається як невід'ємна частина людських стосунків. В смислово сенсі, означений синонімічний ряд вказує на довготривалість дії вірності. Адаже для того, щоб будь-які взаємини можна було назвати *надійними*, учасники комунікативного процесу повинні мати достатньо спільно накопиченого досвіду взаємодії. Синоніми «*незрадливий*» та «*випробуваний*» вказують, що вірність, по-перше, не є статичним утворенням та розвивається протягом якогось часу, по-друге, воно наповнюється не лише позитивними переживаннями, бо на шляху свого становлення проходить через призму дискомфортичних і травмуючих подій, та лише таким чином ідентифікується особистістю у якості «*перевіреної*». Синоніми «*незмінний*», «*відданий*» та «*не підкупний*», вказують на високу ціннісну вартість вірності для особистості. Остання, протягом свого становлення, піддаючись різного роду спокусам, може сумніватися у необхідності дотримуватися обов'язку вірності. Проте, віддаючи перевагу своєму об'єкту вірності, вона шляхом тривалих роздумів відмовляється від певних благ і цим самим наповнює її ціннісним значенням. Додамо, що синонім «*неминучий*» вказує на глибоке прийняття об'єкта вірності, «*певний*» доводить конкретну суб'єктивну спрямованість індивіда, а

«цирий» ставить акцент на справжності емоційних переживань, пов'язаних з вірністю.

Інший синонімічний ряд до поняття вірність презентується у словнику російських синонімів і схожих за змістом висловів Н. Абрамова. Вірність, за його визначенням, може викликати такі асоціації: любов, чесність, акуратність, бездоганність, прихильність, благовоління, благородство, витримку, доброзичливість, сумлінність, дружбу, турботливість, дбайливість, справність, кохання, манію, незмінність, невіддільність, непохитність, сталість, правдивість, відданість, симпатію, слабкість, старання, пристрасть, такт, твердість, тяжіння, захоплення, впертість, ретельність [10, с. 53]. Порівнюючи представлений синонімічний ряд з попереднім, можна зробити висновок, що укладачі цього словника, в першу чергу, ставлять акцент на глибоких інтимних переживаннях особистості. В їх розумінні вірність співставляється з феноменом, що має глибоке інтегруюче коріння у структури особистості і пов'язується з романтичними уявленнями, що визначають, переважно, романтично-інтимну природу взаємин, аніж дружні чи партнерські стосунки, перевірені часом. Так, синоніми «любов», «симпатія», «кохання», «захоплення» «пристрасть», вказують на потужне емоційне навантаження досліджуваного поняття, яке може мати домінуюче значення підчас здійснення особистісного вибору. Слова «прихильність», «тяжіння» та «турботливість» свідчать про спрямованість вірності на певний об'єкт. Причому така спрямованість не є ситуативною, бо носить стійкий і довготривалий характер через те, що її становлення може відбуватися протягом тривалого часу. Разом з тим, подібні переживання можуть вказувати на певну належність особистості до спільного семантично-психологічного простору з суб'єктом вірності. Наведені синоніми «чесність», «бездоганність», «благородство» та «такт» відображають у своєму змісті певні людські чесноти, які у суспільстві сприймаються лише у контексті позитивного значення. Можливо, саме через це вірність у більшості випадках застосування інтерпретується як необхідна складова соціального становлення особистості. Стереотипно вважається, що кожна психологічно здорова особистість має володіти означеними якостями, оскільки вони гармонізують процес її соціалізації та створюють умови для побудови глибоких взаємин з оточуючими. Особливої значущості ці чесноти набувають у сімейних взаєминах.

Зауважимо, що синонімічний ряд зі словника під ред. Н. Абрамова містить поняття, що вказують на наявність у вірності негативної модальності. Так, «манія», «слабкість» та «впертість» свідчать про наявність у неї руйнівних переживань, що провокують ряд психологічних труднощів особистості, яка намагається за будь-яких умов дотримуватись принципів вірності. Як наслідок, відчувається порушення її психологічного гомеостазу.

Продовжуючи лексичне дослідження психологічної сутності поняття вірності та його, звернімося до словника синонімів російської мови З. Александрова, в якому цей термін визначається за допомогою іншого набору понять і вказує на відмінне з двома попередніми розуміннями. На думку вченого, вона асоціюється з відданіс-

тю, постійністю (в добрих почуттях/взаєминах з ким-небудь), надійністю, справедливістю [1, с. 48]. В цьому контексті вірність можна інтерпретувати як складову патріотичної Я-концепції або професіоналізму особистості. Серед названих синонімів наводяться ті, що у повсякденному житті використовуються для характеристики особистості, яка впевнена у процвітанні своєї країни чи актуальності свого роду зайнятості. Не викликає сумніву, що загострене почуття справедливості характерне для більшості членів волонтерських, благодійних та громадських об'єднань. Вони мають актуалізовану потребу у рівноправному розподілі прав, благ та обов'язків. «Надійність» та «постійність», як синоніми поняття вірності, у означеному словесному ряді можуть вказувати, з одного боку, на значущість для особистості збереження почуття вірності стосовно своєї Батьківщини, родини, кола друзів, трудового колективу чи професійної галузі. З іншого боку, така людина викликає у оточуючих повагу і характеризується ними як вірна. Синонім «відданий» до поняття вірності може вказувати на наявність у особистості сподівання, надії чи гордості за свої переконання.

Цікавим є й те, що антонімами до поняття вірності прийнято вважати «віроломство» та «зраду». У великому тлумачному словнику сучасної української мови вказується, що зрада – це порушення вірності в коханні, дружбі; відмова від своїх переконань, поглядів. Зраджувати – це означає порушувати вірність у дружбі, коханні, відмовлятися від попередніх звичок, переконань, поглядів, не виправдовувати чиїх-небудь надій, сподівань [2, с. 384]. Проаналізувавши визначення поняття «зрада» у вітчизняних та зарубіжних словниках можна зробити висновок, що вони застосовуються лише в контексті негативної модальності моральних понять. І не дивлячись на те, що вірність для особистості є емоційно насиченим та, часто, психологічно тяжким утворенням, недотримання її призводить до різного роду інконгруентностей у взаєминах з оточуючими. Відтак, людина як соціально-орієнтована істота вимушена постійно шукати компроміс між вірністю та особистою свободою.

Всі представлені синоніми до поняття «вірність» свідчать про багатогранність природи цього феномену і здатність її проявлятися у різних обставинах: у дружніх та партнерських взаєминах, в інтимно-романтичних та професійних стосунках, у контексті патріотичних уявлень та материнсько-дитячих контактів і т.д.

Наступним кроком у визначенні психологічної сутності поняття «вірність» стало пошук його етимологічного значення у різних мовах. Нижче представлені витримки перекладів слова «вірність» з деяких філологічних онлайн словників (табл. 1).

Як видно з представленого набору зразків перекладів морфеми «вірність», це поняття зустрічається практично в усіх європейських мовах та має спільні корені. Нами виявлені дві морфологічні основи (*верност-* та *fidelit-*), що вказує на два основні шляхи походження цього поняття. Припускаємо, що смислове навантаження досліджуваного феномену чи механізми генези цього психологічного утворення можуть також збігатися у представників різних народностей. Цікавим виявився факт, що у деяких мовах словники про-

понують по кілька слів-замінників для морфеми «вірність», що може свідчити про їх широку вживаність у щоденних комунікаціях, також про психологічну значущість цього утворення для особистості у різних умовах соціалізації. У польській мові представлена найбільша кількість додаткових варіантів перекладу, тоді як у німецькій не пропонується жодної морфеми, яка б прямо відображала зміст вірності. В контексті цього аналізу можна припустити про доцільність проведення мультикультурного дослідження феномену вірності в подальшому. Загалом виявлено, що найбільш розповсюдженими поняття, що позначають вірність у різних мовах є такі: постійність/сталість, відданість та лояльність. Саме ці утворення мають стати основою для психодіагностичного дослідження вірності особистості в майбутньому.

Наступним завданням нашого дослідження психологічної сутності вірності стало аналіз існуючих визначень цього поняття у тлумачних словниках з філології, філософії, етики та психології.

За визначенням М. Уманця (1898) вірність трактується як щирість [13], а Б. Грінченко (1907) визначає її як відданість [4]. Пізніше трактування цього поняття розширилося іншими філологами-дослідниками через властивість за значенням вірний. Вірний – який відзначається відданістю, який незмінно дотримується чого-небудь, не зраджує; бути вірним собі – лишатися таким, як і завжди; бути незмінним [12], вірний, який викликає повне довір'я, постійний у своїх відносинах, почуттях і поглядах [5, с. 49; 7, с. 40]; який надійно служить комусь [2, с. 62].

У тлумачному словнику російської мови Д. Ушакова зазначено, що вірний – це ...незмінний у своїх почуттях, відносинах, у виконанні взятих на себе зобов'язань, гідний цілковитої довіри; незмінно відповідальний... У словнику під редакцією С. Ожегова поняття вірність пояснюється як стійкість та незмінність у почуттях, взаєминах, у виконанні взятих на себе зобов'язань, обов'язках [8, с. 64].

Аналіз тлумачень «вірності» показав, що за своїм смисловим навантаженням вона може бути співставлена із психологічним поняттям «прихильність» (від англ. слова attachment) – почуттям емоційної близькості, що базується на глибокій симпатії та відданості до кого-небудь чи чого-небудь [8]. Так, у змісті вірності і прихильності простежується почуттєва складова, і цим самим констатується належність досліджуваного феномену до емоційно-вольової сфери особистості.

Серед словників з філософії визначення вірності нами виявлено не було. Натомість, широко це поняття представлене в словниках з етики за якими вірність – це моральна якість, яка характеризує сталість у ставленні до людей і справи, у виконанні обов'язку, у відданості відповідним принципам і моральному ідеалу. І. Кон, у відношенні вірності зазначає, що вона тісно пов'язана з іншими якостями, а саме: принциповість, упевненість та стійкість до труднощів. Вчений стверджує, що змістовно вірність наповнюється лише в результаті поєднання з іншими якостями, наприклад, некритичністю чи несамостійністю [11]. В цьому відношенні М.Г. Тофтул додає, що вірність може бути і джерелом зла. На думку вченого фанатики-терористи, які часто вбивають ні в чому не винних людей (своїх співвітчизників, одновітців) теж комусь (і чомусь) вірні [15]. Це може вказувати на наявність зв'язку між вірністю особистості, її ідеологію та системою цінностей. Згідно цього припущення, вірність має здатність до поєднання з іншими якостями та рисами особистості та, в результаті, може модифікуватися в утворення з позитивною та негативною модальністю.

Серед психологічних визначень поняття вірності зустрічається лише у тлумачному словнику В.Б. Шапара, згідно якого вона є психосоціальною позитивною якістю особистості, що впливає з его-ідентичності, завдяки якій люди мають можливість мислити й діяти відповідно до ідеології, незважаючи на властиві їй протиріччя та обмеження [9, с. 62]. На думку вченого, вірність

Таблиця 1

Мова перекладу	Прямий переклад з іноземної мови	Додатковий (непрямий) переклад з іноземної мови
латинь	fidelitas	
англійська	fidelity	allegiance (вірність), constancy (постійність)
німецька		loyalität (лояльність), richtigkeit (правильність, справжність), treue (відданість)
французька	la fidélité	la justesse (правильність), dévouement (відданість), la loyauté (лояльність)
італійська	fedeltà	
польська	wierność	lojalność (лояльність), niezmiennosc (незмінність), poddaństwo, poświęcenie (відданість), posłuszeństwo (слухняність), przysięgę (присяга), poświęcenie (присвяченість), posłuszeństwo (покірність), zaufanie (довіра)
датська	loyalitet	
чеська	věrnost	neměnnost (незмінність), oddanost (відданість), poddanství (підлегливість)
болгарська	верност	постоянство (потсійність)
білоруська	вернасць, пэўнасць, верность	адданаць (відданість)
естонська	truudus, ustavus	konstantsus (постійність), tõlevastavus (правдивість)
хорватська	vjernost	konstantnost (сталість), postojanost (постійність), odanost (відданість),
російська	верность	
словенська	zvestobe	lojalnost (лояльність), zvestobo (відданість),
словацька	vernosť	stálosť (стабільність)

створює для особистості відчуття належності і дає можливість їй ідентифікувати себе у якості члена соціальної групи, яка керується певною системою цінностей і визначає певні орієнтири у мисленні та взаєминах. На нашу думку, це визначення окреслює вірність в контексті соціальної психології і не відображає всієї різноманітності застосування цього утворення. Тому вважаємо за потрібне дати своє робоче визначення досліджуваному поняттю. **Вірність** – це почуттєво-мотиваційне утворення, яке у комбінації з іншими психологічними характеристиками обумовлює дотримання особистістю принципів сталості, відданості, лояльності та прихильності до об'єкта вірності, навіть, всупереч власній системі цінностей.

Висновки і пропозиції. Психологічний зміст поняття «вірність», на нашу думку, вбачається у наявності в суб'єкта вірності (особистості) певному акцентуванню на об'єктові вірності. Така особистість з одного боку зберігає сталість у своїх поглядах та чесно розділяє ідеологію чи переконання певної групи осіб, і таким чином переживає відчуття належності до неї. Це дозволяє

їй бути активним учасником міжособистісної комунікації, утримувати вектори своєї діяльності, сформувані орієнтири власного становлення, утримувати відчуття захищеності, кристалізувати Я-концепцію. А з іншого – через призму своїх внутрішніх пошуків вона може переживати залежність та стримування особистісної свободи, що не дає можливості розширити коло інтересів для саморозвитку. У цьому випадку особистість фіксується на власній обмеженості і занурюється у відчуття своєї нереалізованості, що підвищує її невротизованість та призводить до викривлення прихильності між суб'єктами вірності.

Проаналізувавши синонімічний ряд до поняття «вірність», варіації перекладів його з інших мов, визначення з тлумачних філологічних словників, а також інтерпретації цього феномену в галузі суспільно-гуманітарних наук, ми виявили ключові психологічні особливості, кожна з яких потребує більш детального теоретичного та емпіричного дослідження. Серед них актуальними є вивчення змісту поняття вірності у мистецькому, релігійному та історичному аспектах.

Список літератури:

1. Александрова З. Е. Словарь синонимов русского языка: практический справочник: Ок. 11 000 синонимов. Рядов. / З. Е. Александрова – 11-е изд., перераб. и доп. – М.: Рус. яз., 2001. – 568 с.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови / [уклад. і головний редактор В. Т. Бусел]. – К.; Ірпінь: Перун, 2004. – 1440 с.
3. Головин С. Ю. Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – Минск.: Харвест, 1998. – 800 с.
4. Гринченко Б. Словарь української мови в 4 т., / Б. Гринченко. – Київ, 1907 [передрукований фотографічним способом у Берліні 1924].
5. Івченко А. О. Тлумачний словник української мови / А. О. Івченко; худож.-оформлювач С. А. Пяткова. – Х.: Фоліо, 2002. – 540 с.
6. Караванський С. Практичний словник синонімів української мови / Караванський С. – 3-є вид., опрацьоване та доповн. – Львів: БаК, 2008. – 512 с.
7. Короткий тлумачний словник української мови / [уклад. Д. Г. Гринчишин, Л. Л. Гумецька, В. Л. Карпова та ін.]. – К.: Рад. шк., 1978. – 296 с.
8. Ожегов С. И. Словарь русского языка: ок. 57000 слов / С. И. Ожегов; ред. Н. Ю. Шведова. – [18-е изд., стереотип]. – М.: Рус. яз., 1987. – 797 с.
9. Психологічний тлумачний словник / [авт.-уклад. В. Б. Шапар]. – Х.: Прапор, 2004. – 640 с.
10. Словарь русских синонимов и сходных по смыслу выражений: ок. 5000 синоним. рядов: Более 20000 синонимов / Н. Абрамов; [Авт. предисл. Ю. Д. Апресян]. – 6-е изд., стер. – М.: Рус. словари, 1996. – XI, 499.
11. Словарь по этике [Текст] / под ред. А. А. Гусейнова, И. С. Кона. – 6-е изд. – М.: Политиздат, 1989. – 447 с.
12. Словник української мови: в 11 т. / [ред. коллег. І. К. Білодід (голова) та ін.]. – К.: Наукова думка, 1970-1980. – Т. 1: А-В [ред. П. Й. Горещкий, А. А. Бурячок, Г. М. Гнатюк, Н. І. Швидка]. – К.: Наукова думка, 1970. – 799 с.
13. Спілька А., Уманець М. Словарь: Російсько-український / М. Уманець, А. Спілька. – Львів, 1893 [передрукований фотографічним способом у Берліні, 1924].
14. Тлумачний словник-мінімум української мови: Близько 7500 слів / [укл. Л. О. Ващенко, О. М. Єфімов]. – К.: Довіра, 2001. – 535 с.
15. Тофтул М. Г. Сучасний словник з етики: Словник / М. Г. Тофтул – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – 416 с.

Кашпур Ю.М.

Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ И СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЯ «ВЕРНОСТЬ»

Аннотация

Исследована этимологическая и лексическая сущность понятия «верность». В статье автор презентует определение из синонимических и толковых филологических словарей. Проанализированы смысловое наполнение определений понятия верности в философских, этических и психологических словарях. Очерчено психологическую природу понятия верности через контент-анализ определений. Доказана неоднозначность трактовки верности в научных источниках, а так же сформулировано рабочее определение определения указанного феномена.

Ключевые слова: верность, синонимы верности, смысловое значение верности, психология верности, постоянство, преданность, лояльность, привязанность.

Kashpur Y.M.

National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov

PSYCHOLOGICAL CONTENTS AND NATURE CONCEPT «FIDELITY»

Summary

Etymological and lexical essence of the concept of «loyalty» is investigated. The author presents definitions from synonymous philological and explanatory dictionaries. Analyzed a semantic content of definitions of loyalty in the philosophical, ethical and psychological dictionaries. Author determined the psychological nature of the concept of loyalty by content analysis of the definitions made by different authors. Discovered the lack of a comprehensive definition of the phenomenon and proved the ambiguity in the interpretation of loyalty in academic sources.

Keywords: fidelity, fidelity synonyms, semantic meaning of fidelity, psychology of loyalty, steadiness, persistency, devotion, loyalty, favour.

УДК 614.8:502.11

БЕЗПЕКА СИСТЕМИ «ЛЮДИНА – СЕРЕДОВИЩЕ ПРОЖИВАННЯ»

Кебкало Т.Г.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Узагальнено уявлення про взаємозалежність і взаємний вплив людини та оточуючого її середовища. Наведені аргументи щодо тривалої споживацької поведінки людини в середовищі проживання. Здійснено аналіз наслідків недалекогоглядного природокористування в умовах задоволення мікро- і макроекономічних її потреб. Узагальнено шляхи задоволення інтересів людини, суспільства і природи без шкоди системі «людина-середовище проживання». Пропонуються складові впливу на систему «людина-середовище проживання» в сучасних умовах розвитку суспільства.

Ключові слова: людина, природне середовище, ризики, небезпеки, наслідки.

Постановка проблеми. З часів появи на Землі людина вступила у взаємодію із середовищем проживання. Їй було необхідно задовольнити свої життєві потреби в диханні, харчуванні, виконанні природних функцій. Яких-небудь пристосувань для цього не було, тому взаємодія з середовищем, що включає біосферу, надра, космічний простір, носила безпосередній характер. Враховуючи свою слабку захищеність перед грізними силами природи і відсутність можливостей протистояти їм, людина виступала, в основному, в ролі «жертви».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як свідчать публікації останніх десятиліть, з плином часу у людства формувалися нові потреби і нові форми взаємодії, стали застосовуватися різні знаряддя праці, механізми, людина прагнула до більш комфортного життя [1, 3-6]. На цій стадії виникає опосередкований характер взаємодії людини і середовища. Для рабовласницького і феодального ладу характерним стало збільшення споживання ресурсів, особливо енергії, виникнення і розвиток міст, технічний прогрес військової техніки і знарядь для землеробства. На етапі доіндустріального розвитку людина своєю діяльністю ще не могла завдати серйозної шкоди природі. Промислова революція в Англії (XVIII ст.) призвела до виникнення мануфактур, винаходу машин (прядильних і ткацьких верстатів), теплоенергетики (парові машини). Людина, експлуатуючи сили природи,

збільшуючи потужності своїх машин, відчула владу над природою. На окремих територіях стало відбуватися забруднення водного і повітряного середовища відходами виробництва. Споживаючи забруднені природні ресурси для власних потреб, люди почали страждати від погіршення самопочуття, поширення хвороб і епідемій. Людина та її діяльність стають джерелами негативних факторів, що завдають шкоди навколишньому світу. Продовжуючи залишатися «жертвою», людина виступає і в іншій іпостасі – лиходія, шкідника, руйнівника. У цей період відзначається негативний вплив техносфери як частини біосфери, створеної людьми за допомогою технічних засобів для задоволення своїх потреб. Антропогенні небезпеки переростають у техногенні, які виходять від технічних засобів і технологічних процесів. На початку 50-х рр. XX ст. логічним продовженням промислової з'явилася науково-технічна революція, яка характеризується відкриттями в галузі атомної енергетики, біології, хімії, обчислювальної техніки. Бурхливий розвиток науково-технічного прогресу призвів до створення нових видів зброї – атомної, хімічної, біологічної. Негативними сторонами цих процесів стало хижацьке споживання природного потенціалу, масове забруднення середовища проживання, виникнення воєн, посилення економічних і соціальних конфліктів. Проявився дефіцит ресурсів біосфери, постало питання про необхідність пошуку методів раціо-

нального природокористування, економії ресурсів, стримування гонки озброєнь. Кінець ХХ ст. – період постіндустріального розвитку, який характеризується зростанням науково-технічного прогресу, появою і розвитком інформаційних технологій, засобів зв'язку і комунікацій, нанотехнологій, автоматизації виробництва, біотехнологій. На сучасному етапі відбуваються процеси глобалізації національних економічних систем. Одночасно стали виникати і нові глобальні загрози – різні види інформаційної залежності, що призводять до стресів, напруженості в соціальних групах і суспільствах в цілому, терористичні прояви та ін. Наступ техносфери на біосферу та її негативний вплив на природне середовище і середовище проживання людини проявляються практично повсюдно, навіть над Антарктидою нещодавно виявилися сліди радіоактивних хмар [3; 4].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. З короткого історичного екскурсу можна зробити висновок про те, що людина і її середовище складають єдиний цілісний простір, систему, в якій постійно циркулюють потоки речовин, енергії та інформації. Вони знаходяться у взаємозалежності, взаємодії і взаємовпливі. В практиках суспільства не було застосовано так званого екологічного прогнозування – дослідження впливу розвитку науково-технічного прогресу на середовище існування самої людини.

Перед нами постала **задача** узагальнити знання у вирішенні проблем безпеки системи «людина – середовище проживання» у зв'язку і в залежності від розвитку науково-технічного прогресу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Людина для власних потреб використовує природні речовини (воду, повітря, різні види сировини, матеріали) і сили природи (енергію Сонця, вітру, води), а в результаті своєї діяльності виділяє штучно створені нею потоки речовин (відходи виробництва і споживання), енергії (електричного, механічного та ін.) та інформації у вигляді продуктів інтелектуальної діяльності (твори літератури, мистецтва, науки і т.д.). Останнім часом істотно зріс вплив інформаційних потоків завдяки розвитку засобів передачі даних на відстань, супутникового зв'язку, мережі Інтернет. Соціальне середовище формує як позитивні (знання, уміння, співробітництво), так і негативні (поширення алкогольної, наркотичної та інших залежностей) інформаційні потоки і має великий вплив на індивідуальну і суспільну свідомість [4, с. 15-17].

Залежно від ступеня інтенсивності потоків змінюється як стан окремих компонентів системи (тільки людини або тільки середовища існування), так і стан системи в цілому. Особливу небезпеку становлять виникаючі при експлуатації небезпечних промислових об'єктів каскадні катастрофи, збитки від яких зростають у декілька разів. Наприклад, при стихійних природних явищах, таких як землетруси, цунамі або виверження вулканів, величезні потоки речовини та енергії можуть викликати каскадні техногенні аварії та катастрофи, що тягнуть за собою величезні втрати і руйнування. Яскравим прикладом цього є аварія на атомній станції в японському місті Фукусіма в березні 2011 р.: землетрус → цунамі → руйнування ядерного реактора → викиди в атмосферу → забруднення світового океану.

У процесі розвитку цивілізації виник парадокс – намагаючись захистити себе від небезпечних природних явищ і процесів, люди вдосконалювали техніку і технології, розробляли потужні енергетичні установки. Людина, спочатку будучи «жертвою» природних явищ, в процесі еволюції відстояла, певною мірою, можливість парити природні небезпеки, тобто з «жертви повністю покірної» вона перетворилася в «жертву частково захищену». Однак, забезпечивши вищу ступінь захищеності від природних небезпек, людина отримала безліч техногенних небезпек і загроз, породжених створеними нею технічними засобами – електромагнітні випромінювання від електроприладів, ультра- і інфразвукові коливання, шуми і вібрації, запиленість і загазованість повітря, отруйні речовини, радіаційні та лазерні випромінювання, слабо досліджені наноматеріали і безліч іншого. Людина стала заручником створених нею ж технічних засобів і технологій, які наносять колосальні шкоди і середовищу, і їй самій. Будучи «лиходієм» по відношенню до природи, людина перетворилася на «лиходія» і по відношенню до самої себе [1, с. 12-16].

Небезпеки, пов'язані з діяльністю людини, як правило, прийнято називати людським фактором. Розглядаючи діяльність людини, необхідно брати до уваги той факт, що кожна людська активність викликає відповідну реакцію кожної компоненти середовища проживання: природної, техногенної та соціально-суспільної. Оскільки світ, в якому людина сьогодні живе, змінюється постійно і з великою швидкістю, на макроекономічному рівні держава повинна забезпечити оптимальний по швидкості і якості еволюційний процес пристосування до мінливих умов зовнішнього середовища. Одним з найбільш важливих аспектів даного процесу є встановлення відповідності між можливостями і потребами людини (і країни) та динамікою стану зовнішнього і внутрішнього середовища. На зміну помилковій і очевидній парадигмі цивілізації невпинно зростаючого споживання (так званому «американському способу життя») прийшла парадигма цивілізації ризику і знань.

При стандартному підході розгляд небезпек і загроз проводиться з позиції оцінки ризику. Такий підхід справедливий, але не є всеосяжним. Концентрація уваги тільки на погрозах ставить суб'єкт і об'єкт захисту в положення жорсткої залежності від факторів середовища, оскільки орієнтує його виключно на захисну реакцію. При стандартному підході використовується парадигма «ризик – збиток – компенсація». Відомо, що існують активності творчого характеру, які не можуть бути описані цілком адекватно в рамках класичної теорії ризику. Під творчою активністю розуміють цілеспрямовані дії в рамках якісного розвитку суб'єкта в інтересах досягнення певної цільової домінанти в існуючих або очікуваних умовах середовища. У цьому випадку мова йде про зміну парадигми на нову: «протидія (ворожість) середовища – стратегія – результат». Тут використовується інший, пов'язаний з великими труднощами при реалізації, підхід з позиції оцінки ворожості середовища. Оцінка ворожості можлива шляхом розрахунку коефіцієнта ворожості, який змінюється в діапазоні від 0 до 1, де 0 – відсутність ворожості (повна дезінтеграція

системи), а 1 – максимальна ворожість (повна нездатність провести зміни в системі) [2, с. 34].

Основною перевагою підходу з позиції ворожості середовища є той факт, що виробляється не оцінка ризику (який, як правило, пов'язаний зі шкодою), а оцінка можливості отримання бажаного результату від управління даним явищем. Вводиться якийсь елемент творчості та більш діяльного відношення до всіх елементів соціоеколого-економічного середовища. Наприклад, розглядаючи будівництво небезпечного виробничого об'єкта з позиції оцінки ризику для навколишнього середовища і населення, необхідно розрахувати ймовірність його руйнування і величину можливого збитку. Якщо ж розглянути це з позиції оцінки ворожості, необхідно оцінити ймовірність досягнення цілей в галузі поліпшення якості життя населення та збереження природного середовища та визначити на якому етапі можливий прояв найбільшою ворожості, підключаючи при цьому і механізм розрахунку ризиків. Таким чином формується комплексне уявлення про об'єкт поряд з розумінням доцільності його існування. Це надзвичайно важливий момент, особливо в світлі формування у суспільства уявлення про реальний стан речей на сьогодні і на перспективу.

Незважаючи на широке використання терміну «людський або антропогенний фактор», його нормативне визначення відсутнє. Як правило, цей термін вживається в негативному сенсі, як слабка ланка системи «людина – машина – середовище». Негативна роль людського фактора може проявлятися у відсутності своєчасного втручання; помилковому втручанні; правильному, але несвоечасному втручанні; надлишковому або шкідливому втручанні [6, с. 12].

Очевидно, що позитивна роль людського фактора проявляється в діях, які призводять до позитивних результатів. Можна навести багато прикладів правильних, прийнятих вчасно рішень з порятунку життя людей, запобігання аваріям на техногенних об'єктах, надання першої медичної допомоги постраждалим. Однак для побудови систем безпеки необхідно проводити всебічний аналіз допущених і можливих помилок, виявлення їх причин, включаючи професійні та особистісні якості персоналу. Тому в нашій публікації буде розглянута, в основному, негативна роль антропогенного фактора. Основні підходи до забезпечення безпеки в різних сферах діяльності на сучасному етапі розвитку техніки і технологій свідчать про серйозні досягнення, які стали можливі завдяки дослідженням вчених і новітнім розробкам. Прикладами можуть бути мало-відходні та ресурсозберігаючі технології, екобіоохисна техніка, замкнуті цикли, відновлювані джерела енергії, системи прогнозування природних катастроф тощо. В той же час розвиток техніки і технологій, спрямований на підвищення добробуту людей і задоволення її зростаючих потреб, приводить як до зростання рівня існуючих небезпек, так і до виникнення нових, невідомих раніше. Ці небезпеки можуть становити загрозу життю та здоров'ю людей, матеріальним об'єктам та навколишньому середовищу. На боротьбу з ними витрачаються значні кошти, які доводиться відволікати зі сфери виробництва то-

варів і послуг, забезпечення гідної якості життя, поліпшення стану навколишнього середовища.

Яким чином можна врахувати інтереси людини, суспільства і природи, не піти в простір нарощування виробництва предметів споживання, зброї на шкоду турботам про здоров'я, загальне благо, природі, а також духовним, культурним цінностям? З давніх часів найбільші розуми людства – Сократ, Платон, Гіпократ, Дарвін і багато інших – міркували про природу буття і свідомості, сутність життя, про вплив способу життя на здоров'я людини, про безпеку. Відомий вчений-натураліст В. І. Вернадський у вченні про ноосферу закликав до прагнення гармонійного співіснування людини і навколишнього світу на основі розуму: «...перед людством... стає питання про перебудову біосфери в інтересах вільно мислячого людства як єдиного цілого» [5].

Нажаль, розвиток сучасної цивілізації на планеті Земля та господарська діяльність призвели до згубних наслідків як для самої людини, так і для природи. На великих територіях відзначені ознаки екологічної кризи – повної деградації природних ресурсів, непридатності територій для життя людей і тварин. Наведемо лише кілька фактів з безлічі у світі і у нас, в Україні: опустелювання, забруднення вод Світового океану нафтопродуктами, забруднення атмосфери промисловими викидами (кремній, миш'як, кобальт, вуглеводні і т.д.), теплове забруднення, електромагнітні і радіоактивні випромінювання, шуми, захоронення відходів виробництва і споживання, звалища і багато іншого [6]. У багатьох регіонах планети і в Україні існує реальна загроза переростання екологічної кризи в катастрофу. Трагічні події на сміттєзвалищі поблизу Львова в травні 2016 року тому печальний приклад. Трипільська ТЕС, що на Київщині, викинула в повітря 76 тис. тонн (близько 1300 залізничних вагонів!) забруднюючих речовин тільки за 2014 рік. Однак це ще далеко не межа – Зміївська ТЕС в Харківській області в 2013 р викинула в атмосферу 164 тис. тонн забруднюючих речовин, а в 2014 рр. – більше 113 тис. тонн.

Для того щоб суспільство не втратило орієнтири в настільки непростій ситуації, ще в 70-і рр. ХХ ст. стали розроблятися концепції розвитку цивілізації з урахуванням інтересів і людини, і природного середовища, тобто в єдиній системі «людина – середовище». Вперше необхідність поєднання інтересів економічного розвитку та вирішення екологічних проблем була сформульована на міжнародному рівні в доповіді Комісії з навколишнього середовища і розвитку в 1987 р. за завданням ООН комісією під головуванням Г.Х. Брундтланд. Там же прозвучав термін «сталий розвиток» – це такий розвиток, який задовольняє потреби теперішнього часу, але не ставить під загрозу здатність майбутніх поколінь задовольняти свої власні потреби. Голова комісії вказував на комплексний характер концепції «сталого розвитку», визначаючи її основні цілі як боротьбу з бідністю, економічний, соціальний і культурний розвиток, охорону і дбайливе використання природних ресурсів. У 1992 р на Конференції ООН з навколишнього середовища і розвитку, що відбулася в Ріо-де-Жанейро, констатувалося, що деградація оточуючого середовища вийшла за рамки окре-

мих територій і набула глобального характеру, внаслідок чого назріла необхідність розробки глобальної програми економічного і соціального розвитку людства в наступних століттях. Зокрема, на цій конференції представниками 179 держав була прийнята програма «Порядок денний на XXI століття», в основі якої лежать принципи рівноправності поколінь (рівні можливості майбутніх і нинішнього поколінь у задоволенні потреб) та рівноправності у здійсненні прав всередині покоління (за рахунок ліквідації бідності і вирівнювання доходів сучасного покоління). Глобальна концепція сталого розвитку, прийнята в 1992 р., заклала основи для розробки національних стратегій в довгостроковій перспективі. Серед цілей сталого розвитку пріоритетними є підвищення якості життя та забезпечення безпеки людини і навколишнього середовища. ООН розробила систему індикаторів, яка включає більше 130 показників, за якими проводиться планування і контроль діяльності національних програм і стратегій в цій галузі. На даному етапі економічного розвитку проблеми забезпечення безпеки вкраїні, і особливо здоров'я нації, стоять як ніколи гостро. Концепції сталого розвитку і ризиків для людини є актуальною проблемою державної політики в галузі безпеки. Забезпечення безпеки може відбуватися за двома напрямками: виключення джерела виникнення небезпеки і(або) зниження інтенсивності дії небезпек. У другому варіанті, коли джерело усунути повністю неможливо, вживаються заходи підвищення стійкості, здатності протистояти небезпекам [1-4].

Таким чином, у вирішенні проблем безпеки системи «людина – середовище проживання» людський фактор необхідно розглядати в єдності наведених нижче підходів до розуміння ситуації, що до XXI ст. дуже непростий, майже катастрофічної ситуації:

1) людина і її діяльність є джерелами небезпек життєдіяльності;

2) людина є жертвою природних і техногенних небезпек, перетворюючись на об'єкт захисту;

3) людина здатна проявляти свою активність у розробці та застосуванні безпечних і ресурсозберігаючих технологій та об'єктів економіки, а також бар'єрів для захисту від об'єктивно існуючих небезпек, тобто є суб'єктом управління ризиками та забезпечення безпеки;

4) людина починає розуміти ущербність і небезпек продовження реалізації парадигми цивілізації споживання.

Висновок. Середовище проживання людини – це сукупність соціальних, техногенних і природних факторів, існуючих навколо людини в суспільстві, техносфері і екологічній системі. Небезпека – наявність явної чи прихованої загрози життю, здоров'ю, репутації, положенню, фінансовому або майновому стану, життєвим інтересам людини (групи людей, суспільства). Мета безпеки життєдіяльності полягає в прагненні до виключення небезпечних контактів людини і середовища її перебування. Необхідною умовою забезпечення безпеки життєдіяльності людини є відповідність його діяльності реально існуючому середовищу проживання людини.

Характерними станами системи «людина – середовище проживання» є наступні умови: комфортні (оптимальні), допустимі (дискомфортні), екстремальні (небезпечні) і зверхекстремальні (надзвичайно небезпечні) умови життєдіяльності. Дотримання чи усунення таких станів є актуальною глобальною сучасною проблемою. Для її вирішення пропонуються дієві складові: якість життя (права людини, економіка, освіта), екологічне прогнозування (соціально-економічне середовище) та безпека життєдіяльності (здоров'я, природа, середовище проживання).

Список літератури:

1. Аллен Р. Д. Наука про життя. Підручник. – К.: Книга. 1996. – 348 с.
2. Джигирей В. С., Жидецкий В. Ц. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. – Вид. 3-тє, доповнення. – Львів: Афіша. 2000. – 256 с.
3. Екологія: раціональне природокористування, безпека життєдіяльності. Навчальний посібник під редакцією О. М. Павлова. – М.: Вища школа, 2005. – 343 с.
4. Котик М. А. Психологи и безопасность. – Таллин.: Валгус, 1991. – 408 с.
5. Протасов В. Ф. Екологія, здоров'я і охорона навколишнього середовища в РФ. – М.: Фінанси і статистика. 2000. – 120 с.
6. Ревель П., Ревель Ч. Среда нашего проживания: загрязнение воды и воздуха. – М.: «Мир». – 2005. – 146 с.

Кебкало Т.Г.

Переяслав-Хмельницький державний університет
імені Григорія Сковороди

БЕЗОПАСНОСТЬ СИСТЕМЫ «ЧЕЛОВЕК – СРЕДА ОБИТАНИЯ»

Аннотация

Обобщены представления о взаимозависимости и взаимном влиянии человека и окружающей его среды обитания. Приведены аргументы длительного потребительского поведения человека в среде обитания. Осуществлен анализ последствий недальновидного природопользования в условиях удовлетворения микро- и макроэкономических его потребностей. Обобщены пути удовлетворения интересов человека, общества и природы без вреда системе «человек-среда обитания». Предлагаются составляющие влияния на систему «человек – среда обитания» в современных условиях развития общества

Ключевые слова: человек, природная среда, риски, опасности, последствия.

Kebkalo T.H.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

THE SECURITY OF THE SYSTEM «HUMAN – ENVIRONMENT»

Summary

Generalized notions of interdependence and mutual influence of man and okruzhayushy its habitat. The arguments are a long consumer of human behavior in the environment. Carried out analysis of the consequences of short-sighted management in the conditions of satisfaction of micro- and macroeconomic his potrebnostey. Generalized ways of meeting interesov of man, society and nature without harm to the system «man – environment». Proposed components impact on the system «man – environment» in modern conditions of development of society

Keywords: people, environment, risks, hazards, consequences.

УДК 502.3:504.5(477+100)

СУЧАСНІ РЕАЛІЇ ЗАБРУДНЕННЯ АТМОСФЕРИ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ

Козубенко Ю.Л.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті досліджено забруднення повітря в Україні та світі. Проаналізовано сучасний стан атмосфери. Описано причини виникнення забруднюючих факторів. Наведено низку законів різних країн щодо боротьби з забрудненням атмосфери. Встановлено способи очищення повітря та боротьби із забрудненнями.

Ключові слова: атмосфера, забруднення, закони, смог, фільтри, автомобільний транспорт.

Постановка проблеми. Найнеобхіднішим компонентом довкілля та життєдіяльності людини є повітря. У наш час процеси самовідтворення та регуляції складу атмосфери порушуються завдяки всебічній діяльності людини. На стан повітряного басейну України впливають внутрішні стаціонари та пересувні джерела й повітряні потоки з території Західної Європи. Забрудненість повітря почала відчуватися наприкінці 60-х років, однак до середини 70-х узагальненої інформації про це в країні майже не використовували. Нині рівень забрудненості повітря в більшості міст України перевищує санітарні норми, а у чверті населених пунктів перевищено гранично допустимі рівні в 5–20 разів. Близько третини всіх промислових підприємств України працюють без санітарно-захисних зон. Тому дуже важливим є більш детальне дослідження забруднення повітря в Україні та світі, а також способів боротьби з ним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження забруднення атмосфери та способів боротьби з ним мають надзвичайно важливе значення для світової екології та охорони здоров'я населення. Питаннями щодо екологічного стану повітря займалися В.В. Грищайчук, О.М. Микитюк, О.З. Злотін, Т.Ю. Маркіна, С.І. Дорогунцов, К.Ф. Коценко, М.А. Хвесик, І.Д. Примак, О.І. Примак та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. У наш час існує досить багато інформації щодо забруднення атмосфери, але немає чіткої систематизації забруднюючих факторів, а також способів боротьби із забруд-

неннями. Тому варто більш детально розглянути дані питання.

Мета статті полягає в детальному аналізі стану атмосфери в Україні та світі і визначенні способів боротьби із забрудненням повітря.

Виклад основного матеріалу. Головними забруднювачами повітря в Україні є підприємства металургії – 35%, енергетики – 29,3%, вугільної – 8% та нафтохімічної промисловості – 6% від загального обсягу викидів стаціонарних джерел. Щорічно промислові та автотранспортні підприємства України викидають в атмосферу 17 мільйонів тонн шкідливих речовин (по 300 кг на кожного мешканця України). Від загального обсягу промислових викидів вловлюють 16%, а утилізують 48%. Починаючи з 1991 р. в Україні введено плату за забруднення повітря. У випадку порушення нормативів, встановлених для 8500 промислових підприємств, плата зростає у 3–5 разів. Викиди шкідливих речовин від стаціонарних джерел забруднення в 1993 р. становили 7,3 мільйонів тонн. Слід зазначити, що вловлюється та знешкоджується лише 3/4 шкідливих речовин, котрі викидаються стаціонарними джерелами забруднення.

У зв'язку з активним розвитком транспорту в світі, останнім часом значно зросла загроза забруднення атмосфери шкідливими викидами автомобілів, які щорічно тільки в Україні становлять 6,5 мільйонів тонн, або 37% усіх шкідливих викидів у повітря. У низці міст вони переважають усі інші, зокрема в Чернівцях на них припадає 75%, у Вінниці та Києві – 77%, Львові – 79%,

Сімферополі, Луцьку, Івано-Франківську – 83%, Ялті, Полтаві, Хмельницькому – 89%, Євпаторії та Ужгороді – 91% викидів. Однак у країні залишається нерозв'язаним питання із встановленням на автомобілях нейтралізаторів вихлопу, виробництвом дизельного палива з антидимовими присадками та пониженим вмістом сірки, бракує сучасних контрольних приладів, неетильованих марок пального. У більш ніж половині областей автотранспорт – основне джерело забруднення повітряного середовища.

Також повільно впроваджується реконструкція й модернізація шкідливих виробництв. Так, з 50 доменних печей в Україні 46 експлуатуються понад 30 років. З 80 мартенівських печей 68 працюють такий же термін. Встановлено, що довготривале забруднення атмосферного повітря сірчаним газом, окислами вуглецю, азоту та іншими речовинами шкідливо впливає на здоров'я людини. Через це може збільшуватися загальна захворюваність населення, яка зумовлена ураженням окремих органів і систем організму – легеневої (пневмонія, бронхіальна астма та інші неспецифічні хвороби легень) та серцево-судинної (гіпертонічна хвороба) систем [1, с. 124].

Проблема забруднення повітря широко поширена у світі. Зокрема, у США щорічно викидаються в атмосферу десятки мільйонів тонн газів і пилу. Хоча за останні роки випуск забруднювачів в атмосферу США став знижуватися в результаті застосування очисних установок, забруднення повітря залишається дуже великим. Незважаючи на вжиті заходи, забруднення повітря в низці міст часто перевершує рівень, шкідливий для здоров'я. У Нью-Йорку без малого третину року люди дихають шкідливим для здоров'я повітрям. Дуже забрудненим продовжує залишатися повітря в Лос-Анджелесі.

У великих містах і промислових центрах інших країн, особливо там, де циркуляція повітря мала, наслідки для людей також несприятливі. Особливо важко позначається на здоров'ї поєднання диму і туману – смогу. За розрахунками американських економістів, зниження забруднення повітря дає значну економію у витратах населення на лікування хвороб дихальних шляхів. Великий збиток від забруднення повітря наноситься будівлям і спорудам внаслідок корозії, появи тріщин, ослаблення матеріалів. За даними американського Агентства з охорони навколишнього середовища, збиток, нанесений усім видам будівель і споруд у 45 містах США до початку 90-х років, становив близько 600 мільйонів доларів.

Забруднення повітря завдає шкоди сільському господарству. Наявність двоокису вуглецю в атмосфері ускладнює розвиток рослин. Фтористі з'єднання погано впливають на фотосинтез. Також значно зменшується кількість і вага плодів. Щорічні втрати в сільському господарстві США від шкідливих речовин, що потрапляють в атмосферу, складають багато мільйонів доларів. Тільки в східних штатах країни щорічні збитки від втрат врожаю в 90-х роках досягли 20-ти мільйонів доларів.

До шкідливих газів, що містять двоокис сірки, окис вуглецю, оксиди азоту і потрапляють в атмосферу з промислових підприємств США, додаються ще викиди, які переходять з інших

країн через державні кордони. Шкідливі викиди з труб промислових підприємств північного сходу США отруюють атмосферу не тільки самих США, але і Канади. Шкідливі гази з Японії також досягають США. Із Англії сірчистий ангідрид та інші забруднювачі досягають Норвегії та Швеції, з Франції – потрапляють у Німеччину, а Німеччина «направляє» гази в Скандинавські країни. Усе це завдає шкоди навколишньому середовищу [7, с. 115].

В умовах наростаючої екологічної кризи низка високорозвинених країн світу розробила відповідні заходи щодо боротьби із забрудненням повітря. Їх можна поділити на окремі категорії.

Архітектурно-планувальні заходи пов'язані з правильним взаємним розміщенням джерел викидів і житлової забудови з урахуванням напрямку вітру, облаштуванням навколо промислових підприємств зелених зон тощо.

Інженерно-організаційні заходи спрямовані на зниження інтенсивності руху автотранспорту, будівництва об'їзних та окружних доріг навколо міст і населених пунктів, спорудження різнорівневих розв'язок на перехрестях доріг, збільшення висоти димових труб для кращого розсіювання пилогазових викидів в атмосфері.

Екологізація виробництв, а саме впровадження безвідходних та маловідходних технологій, дає змогу значно знизити рівень забруднення атмосфери. Найперспективнішими напрямками є перехід підприємств теплоенергетики з твердо-го палива на природний газ; використання вторинних енергоресурсів у вигляді гарячої води і гарячих газів.

Техніко-технологічні заходи очистки викидів. Існують різні методи очистки викидів від твердих, рідких і газоподібних домішок. На основі цих методів розроблено багато пристроїв та приладів, комплексне їхнє використання забезпечує високоефективне очищення пилогазових викидів.

Для очищення газів від твердих і рідких часток використовують технології сухої інерційної очистки газів, мокрої очистки газів, фільтрації, електростатичного осадження.

Фільтри (тканинні, паперові, керамічні, із волокнистих матеріалів тощо) належать до високоефективних типів апаратів сухої очистки газів. Вони здатні затримувати тонкодисперсні частинки пилу до 0,05 мкм. В основі роботи фільтрів усіх видів є пропускання запиленого повітря через пористі середовища. При цьому частинки пилу, завислі у газі, під дією броунівської дифузії, ефекту дотику, інерційних, електростатичних та гравітаційних сил осідають у пористому середовищі.

Електрофільтри є досконалими приладами для очистки газів від пилу. Принцип роботи всіх типів електрофільтрів базується на ударній іонізації пилогазового потоку і осіданні пилу на осаджувальних і коронуючих електродах. Забруднені гази, які надходять в електрофільтр, завжди є частково іонізованими за рахунок різних зовнішніх факторів, тому вони можуть проводити струм, потрапляючи у простір між двома електродами. У просторі між заземленими коронуючим і осаджувальним електродами утворюється електричне поле змінної напруги за силовими лініями, які спрямовані від коронуючого до осаджувального електрода або навпаки. Осадже-

ні частинки пилу під дією сили тяжіння потрапляють у пилозбірник.

Для очистки газів від токсичних газо- та пароподібних компонентів використовують методи абсорбції, адсорбції, термічні і каталітичні [3].

Існуючі технічні способи очищення повітря поки що не можуть повністю захистити повітряне середовище від забруднень. Тому вживають ще й інших заходів щодо зменшення вмісту в повітрі небажаних домішок. Серед них головне місце належить лісонасадженням і лісопаркам. Рослини виконують роль біологічних фільтрів. Дослідження показують, що найкращу газопоглинальну здатність мають липа, клен гостролистий, ялина. Відомо, що 1 га деревних насаджень за рік очищає від вуглекислого газу і шкідливих домішок 18 мільйонів м³ повітря і відфільтровує до 70 тонн пилу. Одне дерево з площею крони 25 м² за добу виділяє стільки кисню, скільки необхідно для дихання однієї дорослої людини, а 1 га насаджень за 1 годину – скільки за цей час споживають 200 чоловік.

Велике значення для охорони середовища, що оточує людину, мають спеціально прийняті закони Верховною Радою України, в яких підкреслюється, що охорона атмосферного повітря – одне з найголовніших державних завдань. Відповідальність за цю справу несуть Кабінет Міністрів України та місцеві органи виконавчої влади.

В Україні заборонено вводити у дію нові промислові підприємства до завершення будівництва очисних споруд. У нашій країні розробляється автоматизована система контролю за чистотою повітря міст. Автоматизовані станції, які планують збудувати поблизу великих підприємств, на транспортних магістралях, у зонах відпочинку, передаватимуть у спеціальній інформаційній центр дані про кількість шкідливих газів і пилу в повітрі. Одна з таких експериментальних станцій діє в Києві. Автоматизована система дасть змогу в будь-який час доби виявити джерела забруднення атмосфери та своєчасно вжити заходів щодо їх усунення чи зменшення їх негативного впливу.

Важливим завданням наукових досліджень Всесвітньої метеорологічної організації (ВМО) є вивчення і прогнозування інтенсивності і спрямованості можливих змін у природному середовищі з метою розробки заходів щодо раціонального використання природних ресурсів, попередження і обмеження негативних наслідків, якщо вони виникають. Джерелом інформації для цієї мети слугує глобальна система моніторингу (контролю) навколишнього середовища, завдання якої – постійне спостереження за елементами природного середовища за єдиною програмою на локальному, регіональному і глобальному рівнях.

Усі економічно розвинуті держави світу беруть участь у боротьбі із забрудненням атмосферного повітря. Радикальним шляхом ефективного боротьби із забрудненням навколишнього середовища і його негативними наслідками є різке зниження, а потім і повна ліквідація викидів токсичних відходів.

В Україні прийнятий Закон «Про охорону атмосферного повітря», розроблені нормативи гранично допустимих викидів забруднювальних речовин, ведуться роботи щодо запобігання і зменшення забруднення. Зниженню рівня забруднення сприяють будівництво пилогазоочисних устано-

вок, переведення ТЕЦ на газове паливо, централізація дрібних котелень, виведення промислових підприємств за межі міста і т.д. [5, с. 180].

З початку 70-х років у багатьох країнах було прийнято «Основний закон із боротьби проти забруднення навколишнього середовища» – так називався цей закон в Японії. У США він має назву «Закон про національну політику в царині охорони навколишнього середовища».

У цих законах вперше закріплено загальні принципи й цілі діяльності державних органів із питань охорони довкілля, які мали забезпечити концептуальну однорідність законодавства у цій сфері, визначено основні напрями діяльності та органи, які її здійснюють.

Для розвитку положень вищезгаданих законів було прийнято спеціальні законодавчі акти, спрямовані на спеціальне запобігання та усунення порушень якості окремих компонентів середовища. В основу законодавчої піраміди було покладено численні нормативні акти (постанови, накази, правила тощо) органів місцевої влади, які найбільшою мірою враховували природно-географічну та соціально-економічну специфіку того чи іншого регіону.

У цих законах центральне місце відведено розділам, які регламентують головні напрями діяльності держави у сфері охорони навколишнього середовища, а саме: впровадження стандартів якості довкілля, організацію моніторингу, керівництво розробленням і реалізацією програм контролю за забрудненням середовища, організацію наукових досліджень з проблем довкілля, бюджетно-фінансову діяльність тощо. Гострота екологічних проблем у Японії змусила керівні кола країни включити в текст закону положення про несення приватними підприємствами всіх або часткових витрат на охорону довкілля.

У США вже у 1970 р. сформульовано положення про обов'язковість державної екологічної експертизи всіх напрямів господарської діяльності. У спеціальних законах було визначено конкретні природозахисні заходи з охорони повітря, води, поводження з твердими відходами, контролю за отрутохімікатами й токсичними речовинами, рекультивациі земель, боротьби з шумом, несприятливими вібраціями та запахами.

Як і в інших країнах, у США значно забруднюють повітря в містах вихлопні гази автомобілів. Сенат конгресу схвалив законопроект щодо застосування інших видів палива для роботи автотранспорту. Міністерством транспорту США було виділено 35 млн дол. для проведення в містах випробувань автобусів, що працюють на зрідженому газі, скрапленому природному газі, етанолі і метанолі.

У США, як і в Німеччині, змінилися пріоритети у боротьбі з забрудненням атмосфери. Головні програми спрямовано не на введення в дію очисного обладнання, а на створення екологічно чистих технологій.

У Японії діє законодавство про контроль за виробництвом фреонів, розроблено спеціальну програму реконструкції підприємств з виробництва фреонів, обсяг фінансування якої щороку становить 48 мільйонів ієн, передбачено пільги щодо кредитування і податків на екологічні заходи [2, с. 92].

Висновки і пропозиції. Таким чином, можна стверджувати, що ситуація із забрудненням повітря в Україні та світі є доволі небезпечною. Адаже різноманітні шкідливі викиди в атмосферу становлять загрозу як для здоров'я та життя людей, так і для природи. Але у світі існують дієві засоби боротьби із забрудненнями атмосфери, а також постійно розробляються нові способи зниження вмісту шкідливих речовин у повітрі.

Список літератури:

1. Грицайчук В. В. Основи екології: навчальний посібник / В. В. Грицайчук, О. М. Микитюк, О. З. Злотін, Т. Ю. Маркіна. – Харків: «ОВС», 2004. – С. 124–125.
2. Дорогунцов С. І. Екологія: Підручник / С. І. Дорогунцов, К. Ф. Коценко, М. А. Хвесик. – К.: КНЕУ, 2005. – 371 с.
3. Заходи боротьби із забрудненням атмосфери [Електронний ресурс]. – Режим доступу: URL: http://childflora.org.ua/?page_id=143 – Назва з екрану.
4. Примак І. Д. Введення до спеціальності: навч. посіб. / І. Д. Примак, О. І. Примак. – К.: Центр учбової літератури, 2009. – С. 179–181.
5. Спиридонов І. А. Світова економіка / І. А. Спиридонов. – М.: ИНФРА-М, 2005. – 272 с.

Козубенко Ю.Л.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

СОВРЕМЕННЫЕ РЕАЛИИ ЗАГРЯЗНЕНИЯ АТМОСФЕРЫ В УКРАИНЕ И МИРЕ

Аннотация

В статье исследовано загрязнение воздуха в Украине и мире. Проанализировано современное состояние атмосферы. Описаны причины возникновения загрязняющих факторов. Приведен ряд законов разных стран по борьбе с загрязнением атмосферы. Установлены способы очистки воздуха и борьбы с загрязнениями.

Ключевые слова: атмосфера, загрязнение, законы, смог, фильтры.

Kozubenko Y.L.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Skovoroda

MODERN REALITIES OF AIR POLLUTION IN UKRAINE AND IN THE WORLD

Summary

The article studied air pollution in Ukraine and in the world. To analyzed the current state of the atmosphere. We describe the causes of polluting factors. An number of laws of different countries in the fight against air pollution. Established methods of air purification and pollution control.

Keywords: atmosphere, pollution, laws, smog, filters.

УДК 502/504:613.7

ЕКОЛОГІЧНІ РИЗИКИ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ: СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ РОЗВ'ЯЗАННЯ

Коцур Н.І.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті розглядаються ризики негативного впливу довкілля на здоров'я людини. Показано залежність здоров'я і стану навколишнього середовища за певними показниками. Розкривається взаємозв'язок між екологічними факторами і розвитком сучасних хвороб. Проаналізовано групи захворювань, що пов'язані з дією навколишнього середовища. З'ясована провідна роль в етіології і патогенезі захворювань спадковості і стану навколишнього середовища. Запропоновано засоби біопрфілактики щодо попередження екологічно зумовленої патології.

Ключові слова: екологія, здоров'я, екологічні ризики, хвороби, патологія, спадковість, біопрфілактика.

Постановка проблеми. XXI століття характеризується зростанням дії антропогенних чинників на людину. Поява нових технологій, джерел енергії і матеріалів, упровадження у виробництво найновіших досягнень науки і техніки призвели до глобальних змін у житті суспільства. З одного боку, вдосконалення технологій і зростання виробництва сприяють більш повному задоволенню потреб людей, збільшенню комфорту, виробництва продуктів харчування тощо. З іншого боку, забруднюється повітря, земля і вода, знищуються ліси, зменшується озоновий шар Землі, з'являються тисячі нових хімічних сполук, що, без сумніву, негативно впливає на здоров'я людей, зменшує тривалість життя, ставить під загрозу існування людини як біологічного виду.

Аналіз статистичних даних, динаміки абсолютних та інтегрованих показників антропогенного і техногенного навантаження на навколишнє природне середовище свідчить про те, що екологічну ситуацію в Україні можна охарактеризувати як кризову. В Україні екологічна криза розгортається при обмеженні природних ресурсів, економічній нестабільності, загостренні соціальних та політичних проблем, відсутності моральних основ у багатьох членів суспільства, інтенсивного забруднення середовища існування людини негативними чинниками, в тому числі мутагенами і тератогенами. З огляду на наведене, актуальність проблеми взаємозв'язку екологічного стану зовнішнього середовища та стану здоров'я населення зростає.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вітчизняній науковій літературі питання, присвячені впливу екологічних факторів на здоров'я людини розглядалося в низці публікацій таких науковців в галузі гігієни, токсикології, екології, епідеміології як О.І. Тимченко, Е.М. Омельченко, О.В. Линчак, О.П. Вітовська, В.Г. Бардов, В.І. Федоренко, С.І. Гаркавий, С.В. Вітрищак, Е.М. Беліцька, А.І. Горова, І.В. Сергета, Ю.В. Бардик, О.О. Бобильова та ін.

Упродовж останніх років в Інституті гігієни та медичної екології ім. О.М. Марзєєва проведена низка досліджень, присвячених аналізу здоров'я населення України та його залежності від навколишнього середовища. Зокрема, в наукових розвідках А.М. Сердюка, О.І. Тимченка, О.В. Линчака, В.В. Єлагіна та ін. розкриваються генетичні наслідки впливу зміненого середовища існування людини на процес відтворення населення України.

Дослідники в галузі медичної екології Київського національного медичного університету імені О.О. Богомольця – В.Г. Бардов, В.І. Федоренко, С.В. Вітрищак, Л.П. Козак та О.Л. Савіна розглянули питання екології і здоров'я людини, виділили екологічні проблеми та проаналізували екологічно залежні та екологічно зумовлені захворювання. Медико-екологічні проблеми в сучасних умовах та їх вплив на рівень захворюваності дитячого населення висвітлені в дослідженні С.Н. Вадзюка та О.Є. Федорців.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Незважаючи на значну кількість публікацій, присвячених питанням екології і здоров'я людини, до теперішнього часу залишаються недостатньо дослідженими окремі аспекти даної наукової проблеми. Зокрема:

- малодослідженими є соціальні наслідки екологічних загроз і викликів;

- недостатньо враховано реальний стан суспільної свідомості в сфері екологічної парадигми здоров'я.

Мета статті полягає в аналізі впливу негативних екологічних (антропогенних) факторів на основні показники здоров'я населення та засобів їх усунення і мінімізації шляхом біопрфілактики і формування екологічної свідомості.

Виклад основного матеріалу. Аналіз джерел і літератури із зазначеної проблеми свідчить, що серед факторів, що визначають рівень захворюваності, стан довкілля займає приблизно 20%. Водночас, урахувавши сучасну екологічну напруженість, пов'язану із впливом комплексу екологічних та професійно-виробничих факторів у поєднанні зі стресовими, нервово-психічними перевантаженнями, то, за даними ВООЗ, похідною від усього цього є більша частина хвороб – до 70–80%. Соціальні фактори та фактори середовища діють не ізольовано, а в поєднанні з біологічними (в тому числі й спадковими), що зумовлює залежність захворюваності людини як від впливу середовища, в якому вона знаходиться, так і від генотипу та біологічних законів його розвитку. З'ясування точного внеску того чи іншого фактора в етіологію захворювання нерідко є досить складним завданням, оскільки понад 200 генів, що контролюють сприйнятливості людини до захворювань, пов'язані із впливом факторів довкілля [4, с. 119; 5, с. 319].

Упродовж останніх років антропогенне навантаження на довкілля в багатьох регіонах країни є

небезпечним для здоров'я. Залежно від інтенсивності факторів дії довкілля на здоров'я розмежовують зони надзвичайної екологічної ситуації і зони екологічного лиха. Екологічний стан таких зон оцінюється за комплексом показників, зокрема, за структурою захворюваності дорослого і дитячого населення, смертністю, частотою вроджених вад, генетичних порушень, порушень імунної системи, концентрацією токсичних речовин у різних біологічних середовищах людини тощо.

Встановити залежність здоров'я і стану навколишнього середовища можна за певними показниками. Як зазначають такі дослідники в галузі гігієни, як В.Г. Бардов, В.І. Федоренко, Е.М. Білецька, С.С. Гаркавий, А.М. Гринзовський, кількісним показником стану здоров'я населення в зоні екологічного спостереження є індекс здоров'я. За умови повного благополуччя навколишнього середовища узагальнений індекс здоров'я становить близько 65-70%. Інтегральним показником здоров'я є адаптивні можливості організму людини. Для людини, не адаптованої до коливань параметрів абіотичних чинників, типовими проявами є зміни у її фізичному та психічному здоров'ї. Таким чином, рівень адаптації до умов довкілля, донозологічні та передпатологічні зміни, екологічна патологія, екологічна нозологія можуть бути показником стану довкілля [5, с. 306].

Європейський центр ВООЗ з навколишнього середовища і здоров'я для оцінки зв'язку між довкіллям і здоров'ям населення та створення відповідних інформаційних систем рекомендує основні групи індикаторів: стан здоров'я (смертність, захворюваність, поширеність хвороб); фізичне середовище (індикатори стану і впливу) – забезпечення житлом, якість питної води і атмосферного повітря, радіація, шум; умови праці (вплив чинників на організм); захист здоров'я (нормативне забезпечення якості продуктів харчування); служби охорони здоров'я [6, с. 38].

Досліджуючи вплив факторів навколишнього середовища на показники здоров'я, слід дотримуватися таких схем: 1) чинник середовища – показник здоров'я; 2) чинник середовища – комплекс показників здоров'я; 3) комплекс чинників – показник здоров'я; 4) комплекс чинників – комплекс показників здоров'я.

Аналізуючи вплив негативних екологічних (антропогенних) факторів на основні показники здоров'я населення, можна виділити наступні напрями:

– на соматичному рівні – погіршення стану здоров'я в результаті несприятливої антропогенної екологічної ситуації, несприятливих умов трудової діяльності;

– на психічному рівні – погіршення стану здоров'я внаслідок тривалої соціально-екологічної напруженості, стресових ситуацій, зумовлених техногенними аваріями і катастрофами;

– на соціальному рівні – невідповідність між обсягом і якістю доступних медичних послуг і реальним станом здоров'я населення, обумовленими впливом антропогенної екологічної ситуації; погіршення демографічних показників – зниження тривалості і якості життя, зменшення народжуваності, зростання захворюваності і смертності.

Власне екологічні (найбільш важливі антропогенні) фактори можна представити, з одного

боку, у вигляді комплексних феноменів (екологічних ризиків), а, з іншого – в основному як об'єктивні показники якості навколишнього середовища. Зокрема, до екологічних ризиків слід віднести: антропогенні екологічні катастрофи; підвищення соціо-техногенного навантаження на природу (накопичення відходів, забруднення повітря, води, ґрунту та ін.); неконтрольовані негативні наслідки біотехнологічних і генно-інженерних розробок; наявність радіаційних заражень; глобальні зміни клімату; руйнування біосистем під впливом антропогенних забруднень; скорочення території біоприродних заповідників і рекреаційних зон тощо. У будь-якому випадку для виявлення взаємозв'язків екологічних факторів і стану здоров'я населення необхідно включати в сферу аналізу такі соціальні наслідки екологічних викликів, як: зростання захворювань і смертності населення на екологічно неблагополучних територіях; скорочення робочих місць і зниження доходів в таких галузях як сільське господарство, рибальство, мисливство, лісове господарство, туризм; втрата рекреаційних територій, збиток звичним видам відпочинку та дозвілля; знецінення або відчуження земельних ділянок і нерухомості в результаті погіршення екологічної ситуації або природно-техногенних аварій і екологічних катастроф тощо.

Розглядаючи проблему впливу екологічних факторів на стан здоров'я населення в рамках загального соціально-екологічного підходу, не можна не враховувати реальний стан суспільної свідомості в сфері екологічних проблем. За узагальненими результатами авторських експертних опитувань останніх років, експерти величали найбільш зловоденними для населення великих міст такі екологічні ризики: якість питної води (60-70% експертів); кліматичні особливості року (30-40%); безпека продуктів харчування (50-55%); санітарний стан району проживання (40-45%); стан водних ресурсів (ріки, озера) – 60-65%: забруднення повітря (65-70%); забруднення ґрунту (55-60%); підвищений рівень шуму (30-45%); естетичний стан навколишнього середовища місця проживання (40-50%) і т.д. [4].

Науковці в галузі медичної екології поділяють захворювання, що пов'язані з дією навколишнього середовища на дві групи:

1) екологічнозалежні – захворювання неспецифічного характеру, що виникають та тлі зміненого середовища. При цьому екологічні фактори проокуюють патогенетичні механізми хвороби та ускладнюють її перебіг. Як наслідок відбувається зростання загальної захворюваності, серцево-судинної, онкологічної, ендокринної, дитячої, патології вагітності, порушень внутрішньоутробного розвитку плода тощо);

2) екологічнозумовлені – захворювання специфічного характеру, коли екологічний фактор є етіологічним чинником захворювання (ендемичні захворювання, природно-вогнищеві захворювання, інфекції, захворювання, зумовлені дією шкідливих хімічних речовин, радіації, біологічних алергенів) [3, с. 320].

Слід підкреслити, що за ступенем небезпеки для здоров'я людини на першому місці знаходяться хімічні речовини – важкі метали (ртуть, свинець, кадмій, цинк, мідь, миш'як), хлоровані вуг-

леводні, діоксини, нітрати, нітрити і нітросполуки, азбест, пестициди, радіонукліди, лікарські засоби (антибіотики, синтетичні хімічні сполуки), біологічні чинники, що використовуються у промисловому виробництві. Потрапляння зазначених речовин в організм людини є фактором ризику розвитку різноманітної патології, зростання й ускладнення перебігу різних захворювань [1, с. 34; 5].

Провідна роль в етіології і патогенезі захворювань належить спадковості і стану навколишнього середовища. Шкідливі хімічні фактори сприяють появі нових мутацій, що є причиною онкологічних та інших захворювань. Зокрема, загальна кількість захворювань, пов'язаних із генетичними змінами, патологією вагітності і дефектами розвитку збільшилася впродовж останніх років у декілька разів [2; 3; 6].

Наукові дослідження виявили тісний зв'язок між забрудненням довкілля і частотою недоношеності, вад розвитку в дітей і хромосомних захворювань, алергічною патологією, анеміями, розумовим відставанням і аномаліями поведінки і дітей, їхнім фізичним розвитком. У дітей, які проживають в зонах екологічного лиха, виявляються вроджені вади розвитку, рецидивуючий бронхіт, алергічні захворювання, нефропатії, зниження коефіцієнту розумового розвитку (IQ), бронхіальна астма, імунодіфіцитні стани, ендокринна патологія, нервово-психічні захворювання, онкопатологія тощо [5, с. 322].

На сьогодні існує безліч шляхів усунення і попередження екологічних загроз і викликів. Вагоме місце серед них посідають морально-етичні та екологічні парадигми здоров'я, згідно з якими здоров'я – це справа особистого та суспільного вибору моральних цінностей, взаємовідношення між людиною і довкіллям, ставлення до свого здоров'я. Свідомість людини має бути скерована на збереження довкілля і свого здоров'я, на контроль і відповідальність за власне здоров'я. Людина може бути здоровою лише в здоровому довкіллі.

Запобігти професійній і екологічній патології антропогенного походження можливо шляхом виключення або обмеження надходження шкідливих речовин у навколишнє середовище. На сьогодні розроблені профілактичні заходи, спрямовані на попередження екологічно зумовленої

патології шляхом підвищення резистентності та мобілізації адаптивних резервів організму індивідуума чи популяції до різних шкідливих факторів довкілля. Такі профілактичні заходи в науковій літературі зазначаються терміном – біологічна профілактика. Вона спрямована на корекцію донозологічних станів. Засоби біопротекторів повинні бути нешкідливими для організму. Вони впливають на загальні (неспецифічні) або специфічні біологічні механізми для конкретної хімічної речовини з урахуванням механізму дії. При неспецифічній біопротекторній ефект реалізується за допомогою підвищення адаптивних резервів організму. Корекція донозологічних форм екологічно зумовлених станів може бути немедикаментозною та із застосуванням фармакологічних препаратів, біологічних протекторів тощо. До немедикаментозних методів, зокрема, належать магнітотерапія (посиллює трансмембранний транспорт іонів), нормобарична інтервальна гіпокситерапія (активізує окисно-відновні процеси), дозовані фізичні навантаження тощо. З біологічних протекторів застосовують біологічні регулятори рослинного або тваринного походження, природні або синтетичні антиоксиданти (фітоадаптогени – аскорбінова кислота, токоферол, селен, мелатонін тощо, адаптогени тваринного походження – женьшень, елеутерокок, ехінацея пурпурова, пантокрин, апілак, ентросорбенти, пектини тощо).

Висновки і пропозиції. Сучасна екологічна криза в Україні пов'язана із впливом комплексу екологічних та професійно-виробничих факторів у поєднанні зі стресовими, нервово-психічними перевантаженнями. На сьогодні існує багато екологічних викликів і загроз, що спричиняють погіршення показників фізичного й психічного здоров'я, загрожують генофонду нації. Погіршення стану навколишнього середовища призводить до зростання екологічно залежної хімічної патології і виникнення нових екологічно зумовлених захворювань.

Вагоме місце в попередженні екологічних викликів і загроз повинна посісти екологічна освіта, спрямована на формування екологічної свідомості, починаючи з дошкільного віку та застосування засобів біопротекторів.

Список літератури:

1. Бардик Ю. В. Еколого-гігієнічні та токсикологічні проблеми життєдіяльності / Ю. В. Бардик, О. О. Бобильова // Сучасні проблеми токсикології. – 2005. – № 4. – С. 33-36.
2. Вадзюк С. Н. Медико-екологічні проблеми в сучасних умовах / С. Н. Вадзюк, О. Є. Федорців // Збалансований розвиток країни – шлях до здоров'я і добробуту нації: матеріали Українського екологічного конгресу, 21 вер. 2007 р. – К.: Центр екологічної освіти та інформації, 2007. – С. 41-44.
3. Здоров'я населення України: вплив генетичних процесів / А. М. Сердюк, О. І. Тимченко, О. В. Линчак, В. В. Слагін / Журнал АМН України. – 2007. – Т. 13, № 1. – С. 78-92.
4. Коцур Н. І. Валеологія: підручник / Н. І. Коцур, Л. С. Гармаш, І. О. Калиниченко, Л. П. Товкун. – Корсунь-Шевченківський, 2011. – 398 с.
5. Основи екології: підручник для студ. вищих навч. закладів / [В. Г. Бардов, В. І. Федоренко, Е. М. Білецька та ін.]; за ред. В. Г. Бардова, В. І. Федоренко. – Вінниця: Нова книга, 2013. – 424 с.
6. Тимченко О. І. Генофонд і здоров'я: розвиток методології оцінки / О. І. Тимченко, А. М. Сердюк, С. С. Карташова. – К.: «Медінформ», 2008. – 184 с.
7. Тимченко О. І. Відтворення населення України в контексті збалансованого розвитку / О. І. Тимченко, Е. М. Омельченко, О. В. Линчак, О. П. Вітовська // Збалансований розвиток країни – шлях до здоров'я і добробуту нації: матеріали Українського екологічного конгресу, 21 вер. 2007 р. – К.: Центр екологічної освіти та інформації, 2007. – С. 256-261.

Коцур Н.И.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ РИСКИ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА: СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ

Аннотация

В статье рассматриваются риски негативного влияния окружающей среды на здоровье человека. Показана зависимость здоровья и состояния окружающей среды по определенным показателям. Раскрывается взаимосвязь между экологическими факторами и развитием современных болезней. Проанализированы группы заболеваний, связанных с воздействием окружающей среды. Выявлена ведущая роль в этиологии и патогенезе заболеваний наследственности и состояния окружающей среды. Предложены средства биопрофилактика по предупреждению экологически обусловленной патологии.

Ключевые слова: экология, здоровье, экологические риски, болезни, патология, наследственность, биопрофилактика.

Kotsur N.I.

Pereyaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Scovoroda

ECOLOGICAL RISKS AND PEOPLE'S HEALTH CARE: MODERN ISSUES AND WAYS OF SOLVING THESE PROBLEMS

Summary

This article deals with the risks of the negative influence of the environment on people's health. Due to some factors, we have shown the dependence of the health on the environment and have revealed interconnection between the ecological factors and increasing number of the modern diseases. We have analyzed the groups of illnesses, which are connected to the environment. We have defined the main role of the chronic diseases and the environment in the etiology and pathogenesis. We have suggested the bio-prophylaxis means to prevent pathologies because of the environment.

Keywords: ecology, health, ecological risks, diseases, pathology, bioprophyllaxis, heredity.

УДК 340.13:614:304.4(477)»1991/2016»

ПРАВОВІ ОСНОВИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ В КОНТЕКСТІ СУСПІЛЬНО-ПОЛІТИЧНОГО ЖИТТЯ УКРАЇНИ (1991-2016 РОКИ)

Красножон Н.Г.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті досліджується проблема розвитку нормативно-правового регулювання безпеки життєдіяльності в роки становлення незалежності України. Проаналізовано правові основи безпеки життєдіяльності та проблеми їх реалізації в контексті суспільно-політичного життя держави. Обґрунтовується доцільність та важливість на сучасному етапі розвитку прийняття Закону України «Про зовнішню трудову міграцію», затвердження постановою Уряду Стратегії подолання бідності, ратифікацію Конвенції МОП про мінімальні норми соціального забезпечення № 102, які разом із Європейський кодексом соціального забезпечення є основними орієнтирами європейської моделі соціального забезпечення, яка заснована на соціальній справедливості.

Ключові слова: безпека життєдіяльності, право, закон, соціальний захист, суспільно-політичне життя.

Постановка проблеми та її актуальність.
З огляду на плани України вже у цьому році підписати Європейський кодекс соціального забезпечення, не зважаючи на те, що впродовж останніх років спостерігається погіршення соціальних показників держави, зниження доходів населення, погіршення структури споживання і зменшення видатків на розвиток соціальної

структури, основним державним завданням постає досягнення стабільного економічного зростання, що повинно супроводжуватися створенням безпечного стану довкілля, виробництва, побутових умов для життєдіяльності людини.

Основне місце в цьому процесі посідає законодавство у галузі регулювання відносин з охорони здоров'я людини та навколишнього середовища і

забезпечення безпеки в надзвичайних ситуаціях й ситуаціях повсякденного життя, тобто безпеки життєдіяльності. Ці відносини регулюються нормативними актами різної юридичної сили – конституцією, законами, урядовими підзаконними актами, відомчими нормативними актами та нормативними актами місцевих органів влади.

У вітчизняній науці проблемі правових основ безпеки життєдіяльності України в роки незалежності присвячено не надто багато наукових праць.

Аналіз досліджень та публікацій свідчить, що питання правового регулювання було у полі зору дослідників Бакка М.Т. [1], Воробієнко П.П., Захарченко М.В., Орел Л.В. [3], Жидецького В.Ц., Джигірея В.С., Мельнікова О.В. [5], Захарченка М.В., Орлова М.В., Голубєва А.К. [8], Лапіна В.М. [11], розглядаючи їх в структурі фізичного, трудового, екологічного виховання, охорони здоров'я, природного довкілля тощо. Правовим основам безпеки життєдіяльності присвячена праця Березюк О.В., Лемешева М.С. [2], а питанням розвитку законодавства України про охорону здоров'я приділив Гладун З.С. в науковій розвідці «Медичне право України» [4].

Недостатня увага приділяється в наукових дослідженнях питанням реалізації нормативно-правової бази безпеки життєдіяльності, її залежності від суспільно-політичного життя України, їх взаємовпливу і взаємозв'язку. На сьогодні малодослідженими залишаються питання правового удосконалення основ безпеки життєдіяльності.

Мета статті полягає в аналізі законодавчої бази регулювання безпеки життєдіяльності, накопиченої в роки незалежності України та у визначенні основних проблем її втілення в життя, з'ясування головних напрямів її удосконалення і реалізації.

Виклад основного матеріалу. Стабільний соціально-економічний розвиток України, якого так прагне як сучасний український соціум, так і молодь, – це, перш за все, гарантування безпеки навколишнього середовища, виробництва, побутових умов для життєдіяльності людини, реалізація чого багато в чому залежить від державної політики у сфері захисту населення від різного роду небезпек, гарантований рівень безпеки особистості, суспільства і держави у межах науково обґрунтованих критеріїв принципів міжнародного права.

Основне місце в цьому процесі посідає законодавство у галузі регулювання відносин з охорони здоров'я людини та навколишнього середовища і забезпечення безпеки як у надзвичайних, так і у буденних ситуаціях. Ці відносини регулюються законодавчими і нормативно-правовими актами різної юридичної сили – Конституцією, законами, урядовими підзаконними актами, відомчими нормативними актами та нормативними актами місцевих органів влади щодо безпеки життєдіяльності.

Головною правовою основою, юридичною базою щодо безпеки життєдіяльності людини в Україні є Основний Закон – Конституція України, яка проголошує: «Кожна людина має невід'ємне право на життя... Кожен має право захищати своє життя і здоров'я, життя і здоров'я інших людей від протиправних посягань» (стаття 27); «Кожен має право на охорону здоров'я, медичну допомогу та медичне страхування... Держава дбає про розвиток фізичної культури і спорту, забезпечує санітарно-епідемічне благополуччя» (стаття 49).» Ко-

жен має право на безпечне для життя і здоров'я довкілля та на відшкодування завданої порушенням цього права шкоди» (стаття 50) [10].

Однією з основних передумов стабільного розвитку держави є здорова життєдіяльність, як самореалізація та саморозвиток кожної людини. Саме тому здоров'я має стати пріоритетним об'єктом державної політики. Формування сучасного законодавства України про охорону здоров'я припало на перші роки незалежного розвитку держави. Першим законом, прийнятим в умовах незалежності, став Закон України від 12 грудня 1991 р. «Про запобігання захворюванню на синдром набутого імунodefіциту (СНІД) та соціальний захист населення» [4]. 19 листопада 1992 р. Верховна Рада України прийняла Основи законодавства України про охорону здоров'я, які стали законодавчим фундаментом для подальшого розвитку законодавства про охорону здоров'я і визначили правові, організаційні, економічні, соціальні основи охорони здоров'я населення України. Право на охорону здоров'я передбачає: життєвий рівень, необхідний для підтримки здоров'я людини; безпечне для життя і здоров'я навколишнє природне середовище; безпечні та здорові умови праці, навчання, побуту і відпочинку; створення мережі закладів охорони здоров'я; кваліфіковану медико-санітарну допомогу, до якої входить також вільний вибір лікаря та медичної установи; компенсування шкоди, завданої здоров'ю; надання всім громадянам гарантованого рівня медико-санітарної допомоги; здійснення державного нагляду в сфері охорони здоров'я; встановлення відповідальності за порушення прав громадян у сфері охорони здоров'я.

Надзвичайно важливе значення у сфері охорони здоров'я має Закон України «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення» від 24 лютого 1994 р. [12], який регулює суспільні відносини, що виникають у сфері забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя, визначає відповідні права та обов'язки державних органів, підприємств, установ, організацій та громадян, установлює порядок організації державної санітарно-епідеміологічної служби і здійснення державного санітарно-епідеміологічного нагляду в Україні, спрямованих на створення оптимальних умов життєдіяльності, що забезпечують низький рівень захворюваності, унеможливають шкідливий вплив на здоров'я населення факторів навколишнього середовища, а також умов для виникнення і поширення інфекційних захворювань.

Закон «Про запобігання захворюванню на синдром набутого імунodefіциту (СНІД) та соціальний захист населення» (викладено в новій редакції Законом України від 3 березня 1998 р., № 155/98-ВР) [12] визначає боротьбу з особливо небезпечною інфекційною хворобою СНІД як одне із пріоритетних завдань держави у сфері охорони здоров'я населення. Масове поширення цієї хвороби в Україні створює загрозу особистій, громадській та державній безпеці, спричиняє важкі соціально-економічні та демографічні наслідки, що зумовлює потребу вживати заходів щодо захисту прав і законних інтересів громадян та суспільства.

Важливим щодо охорони здоров'я є постанови Кабінету Міністрів України, зокрема «Про

комплексні заходи боротьби з туберкульозом» від 23.04.1999 р., № 667; «Про затвердження Правил санітарної охорони території України» від 24.04.1999 р., № 666; «Про комплексні заходи для запобігання розповсюдженню хвороб, що передаються статевим шляхом» від 23.03.1998 р. та ін. [12].

Таким чином, основи законодавства України про охорону здоров'я регулюють суспільні відносини у цій галузі з метою забезпечення гармонійного розвитку фізичних і духовних сил, високої працездатності та довголітнього активного життя громадян, усунення факторів, що шкідливо впливають на їх здоров'я, попередження і зниження захворюваності, інвалідності та смертності, поліпшення спадковості.

В Україні, в основному, сформована нормативно-правова база з питань охорони здоров'я, що складається із 170 законів України і значної кількості підзаконних нормативно-правових актів – 135 указів Президента, 505 постанов Уряду, 2931 наказ Міністерства охорони здоров'я України, які регулюють відносини у сфері надання медичної допомоги, медичних послуг і охорони здоров'я населення [4].

Законодавство про охорону праці включає: Закон України «Про охорону праці», Кодекс законів про працю, Закон України «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування від нещасного випадку на виробництві та професійного захворювання, які спричинили втрату працездатності» та прийнятих до них нормативно-правових актів [2]. Вони реалізують основні принципи державної політики у сфері охорони праці: пріоритет життя і здоров'я працівників; повна відповідальність роботодавця за створення належних безпечних і здорових умов праці та соціальний захист працівників; повне відшкодування шкоди особам, які потерпіли від нещасних випадків на виробництві та професійних захворювань. Правові основи охорони праці покликані підвищувати рівень промислової безпеки і забезпечувати суцільний технічний контроль за станом виробництва, технології та продукції; сприяти підприємствам у створенні безпечних та нешкідливих умов праці.

Законодавча база охорони навколишнього середовища складається із: Закону України «Про охорону навколишнього природного середовища» від 25.06.1991 р. та розроблених відповідно до Закону кодексів із охорони і використання окремих природних ресурсів: Земельного кодексу України, Водного кодексу України, Лісового кодексу України; Законів України з охорони довкілля: «Про охорону атмосферного повітря», «Про природоохоронний фонд України», «Про тваринний світ», «Про екологічну експертизу», «Про захист рослин», «Про рослинний світ», а також підзаконних нормативно-правових актів, що видаються державними органами України на підставі зазначених законів [2]. Завданням законодавства про охорону навколишнього природного середовища є регулювання відносин у галузі охорони, використання і відтворення природних ресурсів, забезпечення екологічної безпеки, запобігання і ліквідації негативного впливу господарської та іншої діяльності на навколишнє природне середовище, збереження природних ресурсів та при-

родних об'єктів, пов'язаних з історико-культурною спадщиною.

Закон України «Про дорожній рух» [12] визначає правові та соціальні основи дорожнього руху, регулює суспільні відносини у сфері дорожнього руху та його безпеки, визначає права, обов'язки і відповідальність учасників дорожнього руху, органів державної виконавчої влади, підприємств, організацій та установ незалежно від форм власності та господарювання з метою захисту життя і здоров'я громадян, створення безпечних і комфортних умов для учасників дорожнього руху (водіїв та пасажирів транспортних засобів, пішоходів, велосипедистів, погоничів тварин) та охорони навколишнього середовища.

Законодавство про цивільну оборону і цивільний захист визначає правові та організаційні засади щодо реалізації державою гарантованого Конституцією України права громадян на захист свого життя і здоров'я від наслідків аварій, катастроф, пожеж, стихійного лиха при надзвичайних ситуаціях техногенного, природного, екологічного та воєнного характеру. Законодавча база з БЖД для надзвичайних ситуацій включає: Закони України «Про цивільну оборону України», «Про правові засади цивільного захисту», «Про захист населення і територій від надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру», «Про правовий режим надзвичайного стану», «Про правовий режим воєнного стану», «Про аварійно-рятувальні служби», «Про пожежну безпеку», «Про об'єкти підвищеної небезпеки», «Про використання ядерної енергії та радіаційну безпеку» та інші акти законодавства. Реалізація державної політики у сфері захисту населення і територій від надзвичайних ситуацій техногенного і природного характеру законодавством визначено як одне з пріоритетних завдань Кабінету міністрів України, усіх центральних органів виконавчої влади, органів місцевого самоврядування, адміністрацій підприємств, організацій, установ незалежно від форм власності та підпорядкування [2].

10 червня 2016 року у Клубі Кабінету Міністрів України відбулося перше спільне засідання Підкомітету з питань економіки та іншого галузевого співробітництва Комітету асоціації між Україною та ЄС за участю представників інституцій Європейського Союзу, Міністерства соціальної політики та Міністерства охорони здоров'я. Українську делегацію, до складу якої увійшли керівники відповідних структурних підрозділів, очолив заступник Міністра з питань європейської інтеграції Сергій Устименко, який є співголовою Підкомітету. Сторони обговорили реалізацію положень глави 21 Угоди про асоціацію «Співробітництво у галузі зайнятості, соціальної політики та рівних можливостей». Сергій Устименко зазначив, що це засідання «є доброю нагодою обговорити наші спільні здобутки, а також визначити наступні кроки для досягнення цілей, визначених Угодою про асоціацію між Україною та ЄС». Під час свого виступу він поінформував європейських колег стосовно складної соціально-економічної ситуації в країні у цілому та стосовно впровадження реформ у соціально-трудої сфері зокрема. С. Устименко також наголосив, що «Україна високо цінує допомогу ЄС у набли-

женні національного законодавства та практики його застосування до вимог європейського законодавства. Міністерство соціальної політики, зі свого боку, висловлює вдячність Групі підтримки Європейської Комісії для України за надані консультації» [9].

Було відзначено чимало позитивних кроків у напрямі євроінтеграції, зокрема прийняття Закону України «Про зовнішню трудову міграцію», затвердження постановою Уряду Стратегії подолання бідності, ратифікацію Конвенції МОП про мінімальні норми соціального забезпечення № 102. Саме ця Конвенція та Європейський кодекс соціального забезпечення є основними орієнтирами європейської моделі соціального забезпечення, яка заснована на соціальній справедливості. Наразі Україна планує вже у цьому році підписати Європейський кодекс соціального забезпечення [9].

У ході нашого дослідження ми дійшли наступних висновків:

Правову основу безпеки життєдіяльності встановлює Конституція України, як по своїм юридичним особливостям, так і своїми принципами, тобто юридично вираженими об'єктивними закономірностями організації і функції соціально-економічної, політичної, духовної сфер суспільства, правового положення особи. Конституційні норми, з одного боку, закладають суть безпеки (норми-принципи), а з іншого, указують на цілі подальшого розвитку і реалізацію правового забезпечення безпеки життєдіяльності (норми-програми, норми-завдання, норми-зобов'язання).

Реалізація і розвиток основних конституційних положень, які регламентують суспільні правовідносини, безпосередніми суб'єктами яких є особа і держава, здійснюється за допомогою як чинних фундаментальних нормативно-правових актів (Кодексів України про адміністративні правопорушення, Кримінального Кодексу), так і спеціальних (Кодексів Законів про працю, Земельного, Законів «Про охорону навколишнього природного середовища», «Про охорону атмосферного повітря» та ін.).

Поряд з нормативними актами, прийнятими найвищим законодавчим органом держави, для встановлення взаємозв'язків, усунення програм, а у ряді випадків і реалізації окремих правових норм або їх елементів, до правової бази безпеки життєдіяльності належать спеціальні акти, розроблені за дорученням виконавських державних органів всіх рівнів (Кабінет Міністрів, Міністерства, Державні Комітети і ін.). Основними систематизуючими навиками нормативних актів безпеки життєдіяльності (які за ієрархією знаходяться нижчими за закони) є встановлення взаємовідносин у області виробництва, в зонах дії небезпечного чинника (у тому числі і чинників навколишнього середовища), а також щодо управління основних технологій безпеки жит-

тєдіяльності (розслідування нещасних випадків, навчання, організація робіт і ін.), узагальнюючими навиками систем в суспільстві, соціально-економічне положення держави, можливість сприйняття і використання законодавчих актів у користь споживачів та ін.

Створення певної нормативно-правової бази, що визначає здійснення профілактичних заходів щодо зниження окремих небезпек для життя і здоров'я людини, функціонування Національної та регіональних рад з питань безпечної життєдіяльності населення, комісій з питань техногенно-екологічної безпеки, відповідних громадських і наукових організацій не забезпечують позитивних результатів щодо безпеки життєдіяльності.

Сьогодні, у визначенні загальної стратегії розвитку держави був допущений прорахунок, пов'язаний із недооцінкою безпеки життєдіяльності як соціальної складової реформ, що призвело до зростання соціального невдоволення, обурення соціальних груп, посилення напруженості в суспільстві. Ситуація в Україні сьогодні така, що негативні наслідки соціально-економічних перетворень торкнулися більшої частини населення нашої країни: це 15 млн. пенсіонерів, 3,5 млн. інвалідів, люди похилого віку, учасники АТО, робітники, що потребують вирішення питань, пов'язаних з безробіттям, охороною праці, заборгованістю із заробітної плати тощо.

І ми погоджуємось із думкою аналітиків, що у нинішній ситуації очевидних передумов подолання наростаючих кризових явищ як в економіці, так і, відповідно, в соціальній сфері немає. Під тиском соціально складних умов, накопичених заборгованостей, зокрема з виплат зарплат і соціальних виплат, відбувається збільшення числа внутрішньо-переміщених осіб, звуження внутрішнього ринку праці, зростання цін і тарифів тощо [15, с. 22].

Таким чином, правове регулювання безпеки життєдіяльності в Україні на сучасному етапі розвитку потребує значного удосконалення і повинно виходити з потреб людини в реалізації соціальних, економічних, науково-технічних, екологічних, національних захистів, які впливають на стан забезпечення життєдіяльності і міжнародної безпеки населення держави. Вирішення проблем, пов'язаних із безробіттям, реформуванням системи заробітної плати, пенсійного забезпечення, попередженням і подоланням бідності, введенням соціального страхування, адресної допомоги – повинно становити сутність пріоритетів безпеки життєдіяльності в майбутньому України, соціально переорієнтувавши економічну політику у здійснюваних реформах. Цей факт має стати визначальним в контексті заходів щодо реформування трудового законодавства, забезпечення зайнятості, реформи пенсійного забезпечення та соціальної допомоги, соціальної адаптації та реінтеграції внутрішньо-переміщених осіб.

Список літератури:

1. Бакка М. Т. Охорона і безпека життєдіяльності людини: Конспект лекцій / М. Т. Бакка, А. С. Мельничук, В. І. Сівко. – Житомир: Льонік, 1995. – 165 с.
2. Березюк О. В. Правові основи безпеки життєдіяльності / О. В. Березюк, М. С. Лемешев [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://posibnyku.vntu.edu.ua/bjd/11.htm>
3. Воробієнко П. П. Безпека життєдіяльності: навчальний посібник / П. П. Воробієнко, М. В. Захарченко, Л. В. Орел – Одеса: ОНАЗ ім. О. С. Попова – 2013. – 76 с.

4. Гладун З. С. Медичне право України // Законодавство України про охорону здоров'я / З. С. Гладун [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://hladun.pp.ua/наукові-праці/законодавство-україни-про-охорону-зд>
5. Жидецький В. Ц. Основи охорони праці / В. Ц. Жидецький, В. С. Джигірей, О. В. Мельніков – Вид. 2-е, стереотипне. – Львів: Афіша, 2000. – 347 с.
6. Закон України «Про вищу освіту» [Електронний ресурс]. – 2002. – Режим доступу до ресурсу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2984-14>
7. Закон України «Про вищу освіту» [Електронний ресурс]. – 2014. – Режим доступу до ресурсу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>
8. Захарченко М. В. Безпека життєдіяльності у повсякденних умовах виробництва, побуту та у надзвичайних ситуаціях: навчальний посібник / М. В. Захарченко, М. В. Орлов, А. К. Голубев. – К.: ІЗМИ, 1996. – 196 с.
9. ЄС та Україна посилюють своє співробітництво у соціально-трудої сфері та сфері охорони здоров'я [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.mlsp.gov.ua/labour/control/uk/publish/article?art_id=190212&cat_id=107177
10. Конституція Україн // Відомості Верховної Ради України. – 1996. – № 30, ст. 141 (Із змінами, внесеними згідно із Законами № 2222-IV від 08.12.2004, ВВР, 2005, № 2, ст. 44; № 2952-VI від 01.02.2011, ВВР, 2011, № 10, ст. 68; № 586-VII від 19.09.2013, ВВР, 2014, № 11, ст. 142; № 742-VII від 21.02.2014, ВВР, 2014, № 11, ст. 143) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр>
11. Ляпін В. М. Безпека життєдіяльності людини: навчальний посібник / В. М. Ляпін. – 6-те видання, перероблене і доповнене – К.: Знання, 2007. – 332 с.
12. Правове забезпечення безпеки життєдіяльності [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://moodle.ipr.kpi.ua/moodle/mod/resource/view.php?r=3769>
13. Про вищу освіту: Закон України від 26 грудня 2002 р. № 380-IV (38015) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: // <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/298414>
14. Про вищу освіту: Закон України від 1 липня 2014 р. № 1556-VII [Електронний ресурс]. – Режим доступу: // http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1556_18/print1392304548710695
15. Україна 2014-2015: долаючи виклики (аналітичні оцінки) / Соціальна сфера. – С. 22 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.razumkov.org.ua/upload/Pidsumky_2014_2015_A4_fnl.pdf

Красножон Н.Г.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ПРАВОВЫЕ ОСНОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКОЙ ЖИЗНИ УКРАИНЫ (1991-2016 ГОДА)

Аннотация

В статье исследуется проблема развития нормативно-правового регулирования безопасности жизнедеятельности в годы становления независимости Украины. Проанализированы правовые основы безопасности жизнедеятельности и проблемы реализации в контексте общественно-политической жизни государства. Обосновывается целесообразность и важность на современном этапе развития принятия Закона Украины «О внешней трудовой миграции», утверждения постановлением Правительства Стратегии преодоления бедности, ратификации Конвенции МОТ о минимальных нормах социального обеспечения № 102, которые вместе с Европейским кодексом социального обеспечения являются основными ориентирами европейской модели социального обеспечения, которая основана на социальной справедливости.

Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, право, закон, социальная защита, общественно-политическая жизнь.

Krasnozhon N.H.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Skovoroda

LEGAL LIFE SAFETY BACKGROUND IN SOCIAL AND POLITICAL CONTEXT OF UKRAINIAN LIFESTYLE (1991-2016)

Summary

In the article is researched the safety of life legal regulation development in the years of Ukrainian independence establishment. The legal basis of life safety issues and their implementation in the context of social and political life of the state are analyzed. Necessity and importance of the adoption of the law on external labour migration in Ukraine, approval by resolution of the Government Strategy of poverty reduction, the ratification of the ILO Convention concerning minimum standards of social security No. 102, which all together with the European Code of Social Security are in the main focus of the European model of social security based on social justice, are substantiated.

Keywords: lifestyle security, right, law, social protection, social and political life

УДК 613.86:159.923]-057.87

ОЦІНКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ ЗА ПСИХОЛОГІЧНИМИ ТА МЕДИЧНИМИ КРИТЕРІЯМИ

Коцур Н.І., Куріленко С.В.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті розглядається проблема сучасного стану психічного здоров'я школярів. Проаналізовано комплексний підхід науковців щодо визначення критеріїв психічного здоров'я. Проведено дослідження і оцінку таких показників психічного здоров'я школярів, як рівень тривожності, схильність до стресу, динаміка розумової працездатності, взаємозв'язок тривожності з успішністю та типом вищої нервової діяльності.

Ключові слова: психічне здоров'я, школяр, критерії, тривожність, стрес, успішність, темперамент, пам'ять.

Постановка проблеми. Зростаючий обсяг інформації, постійна модернізація навчальних програм, застосування інноваційних педагогічних технологій та різноманітних технічних засобів навчання висовують високі вимоги до нервової системи дитячого організму, який знаходиться ще в процесі розвитку та вдосконалення. Все це створює помітний вплив на нервово-психічні функції учнів. Порушення психічного здоров'я є однією з причин шкільної неуспішності, труднощів у навчанні, оволодінні програмою. У зв'язку з цим перед загальноосвітнім навчальним закладом постає проблема збереження психічного здоров'я дітей і підлітків в умовах впливу інформаційного потоку з одного боку, а з іншого, – реформування освіти, які потребують впровадження інноваційних технологій навчання. Проблема є досить актуальною і потребує негайного розв'язання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемі психічного здоров'я в останні роки присвячено ряд досліджень учених у галузі психології, психогієни, медицини, педагогіки.

Психічне здоров'я дітей і підлітків та фактори його формування і ризику висвітлено в дослідженнях С.М. Громбаха [5], Г.Т. Гончаренко [2] та Н.В. Дубровінської [6].

Питання ролі школи в збереженні психічного здоров'я школярів розглядалося на сторінках освітнянських журналів «Початкова школа» дослідниками О. Кочергою, Л. Роговик [8, с. 53-56], Н. Коцур [7, с. 60-62], «Рідна школа» дослідниками І.К. Медведчук [10, с. 28-29] і В. Горащук [3, с. 55-56], «Психолог» дослідниками О. Кочергою і О. Васильєвим [9, с. 17-22] та науково-методичного збірника «Проблеми освіти» дослідниками О. Гречишкіною і Л. Животковською [4, с. 101-109] та ін.

Відомий учений в галузі психології С.І. Болтвіць присвятив низку публікацій проблемі педагогічної психогієни, в яких розглядає питання педагогічної критеріальності якості психічного здоров'я [1].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Висвітлення комплексного підходу щодо медичних і психоло-педагогічних критеріїв оцінки психічного здоров'я та факторів його формування і ризику не знайшло відображення у дослідженнях науковців.

Мета статті полягає у вивченні комплексного підходу до виділення основних критеріїв психічного здоров'я та визначенні таких показників нервово-психічного стану школярів, як рівень тривожності, розумової працездатності та стресогенності.

Виклад основного матеріалу. У проблемі психічного здоров'я питання критерії його оцінки є ключовими. Ряд авторів для характеристики психічного здоров'я пропонують окремі ознаки. Особливої уваги серед цих ознак заслуговують критерії психічної рівноваги. За їх допомогою можна судити про характер функціонування психічної сфери людини з різних сторін (пізнавальної, емоційної, вольової) (психогієна).

Цей критерій органічно пов'язаний з двома іншими: органічністю організації психіки та її адаптивними можливостями.

Зрозуміло, що якимось одним критерієм не вичерпати всієї суті питання; ідея комплексного підходу до оцінки психічного здоров'я людини є більш перспективною. Сукупність критеріїв основних проявів здорової психіки, що найчастіше наводиться в літературі, можна розподілити відповідно до видів прояву психічного (психічні стани, процеси, властивості, ступінь саморегуляції та ін.).

Найбільш повний перерахунок критеріїв психічного здоров'я представлений в роботі Н. Д. Лакосиної і Г. К. Ушакова. В першу чергу автори відносять до них: причинну обумовленість психічних проявів, їх необхідність; зрілість почуттів відповідно до віку, постійність місця проживання; гармонію між відображенням обставин дійсності і відношенням людини до неї; співвідношення реакцій (як фізичних, так і психічних) сил і частоті внутрішніх подразників; критичний підхід до обставин життя; здатність самоуправляти поведінкою у співвідношенні з нормами, які встановилися в різних колективах; адекватність реакції на суспільні обставини (соціальне середовище); почуття відповідальності за потомство і близьких членів сім'ї; почуття постійності і ідентичності переживань в однотипних обставинах; здатність змінювати спосіб поведінки в залежності від зміни життєвих ситуацій; самоутвердження в колективі без ушкодження для його членів; здатність планувати свій життєвий шлях.

Деякі автори зробили перерахунок критеріїв здоров'я, які найбільш часто вживаються в літературі, розділивши їх у співвідношенні з видами прояву психічного (процеси, стани, якості).

Особливе значення серед критеріїв психічного здоров'я особистості надається ступені її інтегрованості, гармонійності, консолідованості, врівноваженості, а також духовності; орієнтованості на саморозвиток, збагачення своєї особистості.

Визначення психологічних критеріїв психічного здоров'я підлітків за чотирма якісними групами було проведено Н.С. Кантоністою:

Підлітки I групи психічного здоров'я характеризуються чітко вираженою екстраверсією та емоційною стійкістю. Їм властиві високі значення факторів комунікабельності, фрустраційної стійкості, схильності до домінування, активності, стресової стійкості, колективізму, впевненості в собі. Вони наполегливі в досягненні поставлених цілей, непохитні, владні, рішучі, розкуті у взаєминах з дорослими, врівноважені.

Підлітки, що належать до II групи психічного здоров'я, відрізняються від своїх здорових ровесників меншими значеннями факторів комунікабельності, стресостійкості, колективізму й більшими значеннями факторів відповідальності, незалежності в рішеннях і вчинках, самоконтролю.

Підлітки, що належать до III групи психічного здоров'я, менш комунікабельні й емоційно стійкі, менш активні й стресостійкі і разом з тим вони більш емоційно збудливі, чутливі, тривожні й незалежні порівняно з I групою.

Підлітки IV групи психічного здоров'я мають менші порівняно із здоровими ровесниками значення факторів комунікабельності, емоційної стійкості, активності, стресостійкості й великі значення факторів емоційної збудливості, тривожності, незалежності.

Відзначимо, що принципи комплексної оцінки стану здоров'я, розроблені даним автором, крім психологічної, мають медичну критеріальність. Так, I група психічного здоров'я об'єднує здорових дітей, II група – дітей і підлітків з легкими астеничними реакціями, III – дітей і підлітків з субклінічними відхиленнями у вигляді астено-невротичних і патохарактерологічних реакцій, IV – підлітків із суміжними нервово-психічними порушеннями – невротами і психопатіями.

Як видно, з наведених прикладів психологічної та медичної класифікації критеріїв якості психічного здоров'я дітей та підлітків, найвищим якісним показником виступає поняття «здоров'я», якому притаманні найбільш високі значення функціонування психічної сфери.

Критерії груп II-IV, які не належать до вираженої симптоматики психоневрологічних захворювань позначають поступове зменшення якості психічного здоров'я до нозологічної межі [6, с. 260].

Продуктивне значення наведеної психологічно-медичної критеріальності груп психічного здоров'я полягає у визначенні межової сфери перехідних станів, які визначають межу між здоров'ям і хворобою. Однак неповне, знижене функціонування психоневрологічної сфери, окремі реакції та перехідні стани дітей і підлітків розглядаються не як захворювання, а як передпатологія. Поряд з цим такий підхід не повною мірою дає відповідь на питання про те, які механізми забезпечують збільшення якості психічного здоров'я дітей і підлітків у періоди стрімкої змінюваності вікових фаз розвитку. Адже в ці періоди життя знижене функціонування певних психофізіологічних систем становить собою явище перерозподілу або накопичення енергетичних можливостей для випереджаючого розвитку інших. Педагогічний вплив за цих умов покликаний забезпечувати охоронно-щадну місію, що сприяє врегулюванню цілісності й гармонійності індивідуального розвитку особистості. Тому в

основу розробленої педагогічної критеріальності якості психічного здоров'я були покладені такі три основні групи показників: *індивідуальність* як стан особистісного розвитку, його вираженість, неповторність, гармонійність; *активність* як діяльний стан пізнавальних домагань, його тенденції до розширення когнітивної сфери, сформованість механізмів випробовування, перерозподілу та утримання інтересу, соціалізованість, енергопотенціал; *саморегуляція* як стан цілісності емоційно-вольової сфери, її координатності, ритмічного функціонування і пластичності [1, с. 54-55].

Як видно з наведеного переліку, групи показників виражають не відсутність або розлад певних психічних функцій, а наявність максимально узагальнених характеристик якості функціонування психічної сфери.

Отже, знаходження зазначених властивостей дозволяє встановити наявність компенсаторних можливостей психічної сфери, їх вираженість. Сформованість і тенденції до збільшення або зменшення певної групи показників дають змогу визначити зміст та інтенсивність психогігієнічних заходів, які необхідно здійснити у навчально-виховному процесі.

В ході проведеного дослідження нами був виявлений вплив організації навчально-виховного процесу на нервово-психічний стан учнів, а також встановлений зв'язок між індивідуально-типологічними особливостями дітей і рівнем навчальної успішності в залежності від стану їх психічного здоров'я. Дослідження проводилося на базі ЗОШ № 4 I-III ступенів м. Переяслав-Хмельницького серед школярів дев'ятих класів.

У процесі дослідження застосовувалася методика тестування (тест «Дослідження тривожності» за методикою Ч. Д. Спілберг, Ю. Л. Ханін; тест «Схильність до стресу», тестова методика самооцінки індивідуально-психологічного напруження учнів). Результати дослідження рівня тривожності наступні: низька реактивна тривожність відмічалася в 60% школярів, помірна – 27% і висока тривожність у 13%. З одного боку, такі показники дають позитивну оцінку психічному здоров'ю досліджуваних учнів, а з іншого – вимагають уваги до мотивів діяльності та підвищення почуття відповідальності. Особистісна тривожність вказує на протилежний результат. Лише 24% школярів мають низький рівень особистісної тривожності, 46% – помірний рівень і 30% – високу тривожність. Відхилення від помірної тривожності дуже часто пов'язані з наявністю невропатичного конфлікту, з емоційними та нервовими зривами із психосоматичними захворюваннями, які і викликають розлади психіки.

У процесі дослідження нами також з'ясовано вплив індивідуально-типологічних особливостей особистості на стан тривожності, який в свою чергу може стати основою для формування різних видів неврозів. З обстежених піддослідних 39% – холерики, 27% – сангвініки, 23% – флегматики і 11% – меланхоліки. З отриманих даних випливає, що найбільший рівень тривожності у дітей меланхолічного та холеричного типів темпераменту. З часом така тривожність може переростати у нервові захворювання, такі як істерія (притаманна переважно холерикам), невро-

зи нав'язливих станів (властива меланхолікам) та ін. Якщо вчасно не попередити появу нервових захворювань, то вони можуть спричинити значні розлади нервової системи і порушення психіки. Саме тому при організації навчально-виховного процесу необхідно враховувати індивідуальний підхід до кожного учня.

Неправильна побудова навчально-виховного процесу, невідповідність гігієнічних вимог щодо організації навчальних занять та відпочинку загальноприйнятими нормам, надмірна інформаційна перенасиченість шкільних предметів стають причиною розвитку швидкої втоми та зменшують розумову працездатність учнів. Як показали наші дослідження, обсяг зорової пам'яті на початку навчального дня складав 90-95%, слухової – 90%, загальний обсяг пам'яті – 89%; наприкінці навчального дня ці цифри були такими: обсяг зорової пам'яті – 70%, слухової – 60-65%, загальний обсяг пам'яті – 58%. З наведених даних ми можемо зробити висновок про те, що наприкінці навчального дня внаслідок надмірного перенапруження значно знижується робота зорового та слухового аналізаторів, також зменшується загальний обсяг пам'яті. Учні не можуть сприймати навчальний матеріал на 100%. У зв'язку з цим потрібно дотримуватися гігієнічних принципів побудови розкладу уроків. В іншому випадку – навчання не буде приносити не лише користі, а й завдавати шкоди здоров'ю.

Вплив навчально-виховного процесу на нерво-психічний стан учнів можна простежити в період підготовки та здачі іспитів. Для цього ми використали тест передекзаменаційного самопочуття (ТПС). Застосування ТПС дало змогу встановити, що сам процес вимірювання та інтерпретації індивідуально-значущих результатів сприяє психічній самоорганізації учнів, підвищенню самооцінки власної готовності до майбутніх навчальних ви-

пробувань. Це відзначили 29% опитаних учнів 9-х класів. Водночас одержані внаслідок проведеного тестування результати дали змогу виявити групи учнів підвищеної чутливості до екзаменаційного напруження. Зокрема такий результат дали 71% школярів. Страх, тривога, невпевненість у своїх силах були виявлені в більшості половини опитаних учнів. Для того, щоб зменшити нерво-психічні напруження дітей в період здачі екзаменів необхідно створити відповідні умови: треба надати право вибору черговості у складанні іспитів, додатково необхідний час на обдумування та підготовку відповідей тощо.

Результати дослідження показують великий відсоток схильності школярів до стресів – 60%, і лише 40% здатні протистояти стресовим ситуаціям. Тому педагоги повинні приділяти максимум уваги дітям, які часто переживають стреси і намагатися їм допомогти у їх подоланні.

Висновки і пропозиції. Проведене дослідження впливу навчально-виховного процесу на психічне здоров'я учнів показало негативну тенденцію щодо його порушення. До факторів порушення психічного здоров'я школярів слід віднести: високий рівень особистісної тривожності, невідповідність побудови розкладів уроків гігієнічним вимогам, нерво-психічні напруження під час складання іспитів, неврахування типологічних особливостей вищої нервової діяльності школярів педагогами, надмірна інформаційна перенасиченість предметів, ускладненість навчальних програм, стресогенність.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці комплексу психопрофілактичних заходів, спрямованих на попередження порушень психічного здоров'я, а також корекційних при наявності факторів ризику порушення психічного здоров'я і нерво-психічних відхилень у школярів.

Список літератури:

1. Болтівець С. І. Сучасний стан розробленості педагогічної психогієни / С. І. Болтівець // Практична психологія і соціальна робота. – № 2. – 2004. – С. 54-56.
2. Гончаренко Г. Т. Психічне здоров'я дитини: посібник / Г. Т. Гончаренко. – К., 2003. – 112 с.
3. Горащук В. Здоров'я учнів від чого воно залежить? / В. Горащук // Рідна школа. – 1997. – № 3-4. – С. 55-56.
4. Гречишкіна О. Корекція та профілактика межових станів нерво-психічного здоров'я учнів / О. Гречишкіна, Л. Животковська // Проблеми освіти. – К., 2002. – Вип. 28. – С. 101-109.
5. Громбах С. М. Школа і психическое здоровье учащихся: пособие / С. М. Громбах. – М., 1988. – 271 с.
6. Дубровинская Н. В. Психофизиологические основы детской валеологии: учебное пособие / Н. В. Дубровинская. – К., 2000. – 267 с.
7. Коцур Н. І. Роль школи в охороні психічного здоров'я учнів / Н. І. Коцур // Початкова школа. – 1997. – № 3. – С. 60-62.
8. Кочерга О. Психічне здоров'я дитини / О. Кочерга, О. Васильєв // Психолог. – 2003. – № 42 (листопад). – С. 17-22.
9. Кочерга О. Психічне здоров'я і творчість / О. Кочерга, Л. Роговик, О. Васильєв // Початкова школа. – 1997. – № 10. – С. 53-56.
10. Медчук І. К. Охорона психічного здоров'я учнів / І. К. Медчук // Рідна школа. – 1995. – № 5. – С. 28-29.

Коцур Н.И., Куриленко С.В.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ОЦЕНКА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ И МЕДИЦИНСКИМИ КРИТЕРИЯМИ

Аннотация

В статье рассматривается проблема состояния психического здоровья школьников. Проанализировано комплексный подход ученых к определению критериев психического здоровья. Проведено исследование и оценка таких показателей психического здоровья школьников, как уровень тревожности, склонность к стрессу, динамика умственной работоспособности, взаимосвязь тревожности с успеваемостью и типом высшей нервной деятельности.

Ключевые слова: психическое здоровье, школьник, критерии, тревожность, стресс, успешность, темперамент, память.

Kotsur N.I., Kurilenko S.V.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

EVALUATION OF MENTAL HEALTH OF SCHOOLCHILDREN BY PSYCHOLOGICAL AND MEDICAL CRITERIA

Summary

The article reveals the integrated approach by the scientists to determine the criteria of the mental health. The influence of the educational process on the schoolchildren's mental health was investigated. The following factors of mental health of schoolchildren were established: the high level of anxiety, discrepancy between school timetables and the hygiene requirements for them, mental stress during the exams, ignoring typological characteristics of the higher nervous activity of pupils by teachers, informational oversaturation of subjects, complexity of the curriculum, stressfulness.

Keywords: mental health, schoolchildren, criteria, anxiety, stress, progress, temperament, memory.

УДК 373.2.091:613.95

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАГАРТУВАННЯ В ДНЗ ЯК ОСНОВИ ЗАЛУЧЕННЯ ДІТЕЙ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Левінець Н.В.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

У статті охарактеризовано проблему підвищення ефективності загартування як актуального напрямку діяльності сучасного дошкільного навчального закладу. Розкрито поняття, види та особливості впливу загартування на організм дитини. Визначено місце загартування в системі роботи із залучення дітей дошкільного віку до основ здорового способу життя. Здоровий спосіб життя розглядається як цілісна, логічно взаємопов'язана система поведінки особистості у процесі життєдіяльності, яка сприяє забезпеченню її власної безпеки та благополуччя. Визначено та характеризувано педагогічні умови, які забезпечують ефективність використання загартовувальних процедур з дітьми дошкільного віку.

Ключові слова: загартування, принципи загартування, здоровий спосіб життя, фактори ризику для здоров'я, загартовувальні процедури.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Сьогодні актуалізує питання підготовки до безпеки життєдіяльності у реальних умовах, оскільки наявні у людини знання та навички втрачають свій сенс, якщо вона не здатна оцінити рівень небезпеки для свого життя та здоров'я, знайти оптимальний шлях розв'язання наявної ситуації з мінімальним ри-

зиком для життя та здоров'я. Таку роботу слід розпочинати з раннього віку, залучаючи дітей до основ здорового способу, надаючи їм елементарні знання та навички, формуючи валеологічні явлення. Дане завдання знайшло своє відображення в нормативно-правових документах у галузі охорони здоров'я та освіти. Його вирішення забезпечило спрямування національної системи освіти на ефективне розв'язання проблеми

збереження та зміцнення здоров'я особистості. Зважаючи на провідні завдання дошкільного виховання, особливості розвитку дітей, важливо забезпечити безпечні та комфортні умови для охорони їх життя та зміцнення здоров'я; збільшення адаптаційних механізмів зростаючого організму. Це стане запорукою не лише міцного здоров'я дитини, а й створить сприятливі умови для її фізичного та психічного розвитку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми. В сучасних умовах розвитку держави проблема охорони здоров'я та безпеки життєдіяльності розглядається як одна з найважливіших, оскільки її розв'язання спрямовує особистість на оволодіння знаннями та навичками безпеки життєдіяльності, стає життєвою потребою і складає основу національної безпеки держави. Вона має комплексний характер і охоплює питання забезпечення умов для кожного громадянина, формування культури здоров'я, програмно-методичного забезпечення навчально-виховного процесу на всіх вікових етапах становлення особистості. Питання безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку знайшли своє відображення в працях Богінч О. Л., Кононко О. Л., Лози О. Б., Лохвицької Л. В., Назарян Р. Т., Яковенко Л. В. та ін. Дослідники розглядають його в тісному зв'язку із питаннями залучення дітей до здорового способу життя, яке розкрито в роботах Денисенко Н. Ф., Дубогай О. Д., Цюся А. В. та ін. В контексті розв'язання проблеми здоров'язбереження особливе місце займає загартування. Теоретичне обґрунтування питання загартування представлено в роботах Сперанського Г. Н., Спіріної В. П., Павлова І. П. та ін. Вони розглядають загартування як важливий немедикаментозний засіб підвищення опірності організму, здатний об'єднати зусилля медицини та освіти в питання виховання здорового покоління. Аналіз наявних досліджень засвідчує достатність розкриття теоретичних та методичних засад загартування, проте обмеженість джерел, які розкривають особливості використання загартовувальних процедур з дітьми, не дозволяє ефективно використовувати загартування в умовах ДНЗ.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується стаття. Ефективність використання загартування доведено в працях відомих філософів, педагогів, фізіологів, лікарів. Вони обґрунтували принципи, види, процедури загартування й окреслили напрями їх використання. Проте зміна факторів впливу на сучасну людину, розширення уявлення про загартування як системи заходів, що мають пронизувати усі сфери життєдіяльності дітей, систематично, цілісно, доцільно забезпечувати не лише підвищення опірності організму (його резистентності) й комфортні умови для росту та розвитку дитини, а й сприяти формуванню потреби піклуватися про своє власне здоров'я, використовуючи природні чинники, як однієї з важливих складових культури безпеки життєдіяльності, зосереджує увагу на визначенні сучасних підходів до організації загартування, як дієвого засобу реалізації основних завдань виховання та розвитку зростаючої особистості.

Формулювання цілей статті. Зважаючи на соціальну значущість проблеми охорони життя та зміцнення здоров'я дітей, необхідно забезпечити

оптимізацію використання загартовувальних процедур, яка базується на переосмисленні процесу загартування, що має достатнього потужні можливості для підвищення адаптаційних можливостей організму, і значною мірою сприяє цілеспрямованим змінам у характеру розвитку. **Метою статті** є розкриття педагогічних умов підвищення ефективності загартування в дошкільному закладі, яке має стати основою здорового способу життя.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Аналіз практики організації фізкультурно-оздоровчої діяльності ДНЗ засвідчує низький рівень використання загартовувальних процедур в роботі з дітьми. Це зумовлено низкою причин суб'єктивного та об'єктивного характеру. Серед них – відсутність лікарського супроводу (не всі ДНЗ мають штатного медичного працівника, до функціональних обов'язків якого входить планування, організація, супровід та контроль здійснення загартовувальних процедур); декларативний характер загартування в ДНЗ (обмеження лише заходами опосередкованого впливу оздоровчих факторів довкілля); недостатній рівень культури здоров'я учасників педагогічного процесу, мотивації та обізнаності вихователів у питаннях забезпечення умов для загартування; неузгодженість поглядів батьків та вихователів на необхідність загартування й доцільність його використання.

Фізіологами переконаливо доведено, що низький рівень стійкості організму дитини до різноманітних впливів середовища зумовлений незрілістю багатьох функцій та незначними потенційними можливостями організму дотримуватися внутрішньої стабільності. Також значними факторами зниження опірності організму дитини можуть слугувати стресові ситуації, пов'язані із змінами в її житті, наприклад переходом від домашнього до суспільного виховання (Студенікін М. Я., Тонкова-Ямпольська Р. В.) [6]. Тому загартування дитини має значний потенціал у збільшенні адаптаційних можливостей дитини і мінімізації дії стресових факторів на зростаючу особистість.

Аналіз наукових досліджень дозволяє розглядати загартування як складне явище, під час якого відбувається вплив на організм і відповідь на нього. Завдяки такому зворотному механізму задіюється уся система регулювання життєвих процесів: нервової системи, залоз внутрішньої секреції тощо.

О. П. Парфенов зазначав, що загартовування людини можна розглядати як окремий випадок тренування, спрямований на удосконалення можливості організму виконувати роботу, пов'язану з підвищенням стійкості своїх тканин по відношенню до дії шкідливих впливів довкілля [2].

Отже, загартування в широкому розумінні можна визначити як ефективний немедикаментозний засіб, що дозволяє тренувати дитячий організм, удосконалювати його захисні механізми і підвищувати здатність протистояти патологічним змінам у ньому, а у більш вузькому сенсі – це різні заходи, пов'язані з раціональним використанням природних сил для підвищення опору організму шкідливим впливам довкілля.

Розглядаючи загартування як важливу складову організації фізкультурно-оздоровчої роботи в освітньому закладі, Б. М. Шиян виокрем-

лює опосередкований та безпосередній вплив сил природи на організм. По-перше, це організація занять фізичними вправами безпосередньо в умовах природного довкілля, завдяки чому вплив його факторів тісно поєднується з впливом фізичних вправ, змінюючи його ефект; по-друге, це організація спеціальних процедур загартовувального та оздоровчо-відновного характеру [7].

Також загартовувальні процедури поділяють на загальні та спеціальні, традиційні та нетрадиційні. До загальних відносять усіх заходи повсякденного життя дитини: раціональний розпорядок дня, прогулянки та сон на свіжому повітрі, раціональний одяг відповідно до сезону, доцільний температурний та повітряний режим в приміщенні; до спеціальних – процедури, що включають спеціальну тренувальну короткотривалу дію сил природи на організм дитини.

Аналіз результатів наукових досліджень та наявного практичного досвіду щодо загартування, накопиченого навчальними закладами, дозволяє зазначити, що поділ загартовувальних процедур на традиційні та нетрадиційні носить умовний характер. На нашу думку до традиційних слід відносити ті процедури, що не вимагають використання специфічних умов. Нетрадиційні вимагають суттєвої зміни в організації життєдіяльності дітей в навчальному закладі (наприклад, ризикний метод загартування, контрастний душ, ходіння босоніж по снігу тощо), знаходяться на етапі апробацій та поступового входження в практику в зміст фізкультурно-оздоровчої роботи. Загартовувальні процедури доповнюють і підвищують ефективність усіх форм роботи з фізичного виховання. Тому слід добрати як традиційні, так і нетрадиційні види, гармонійно поєднуючи їх в розпорядку дня.

Результативність загартування в дошкільному навчальному закладі може бути забезпечена дотриманням низки умов:

- змістовна та злагоджена взаємодія педагогічного персоналу, медичних працівників та батьків;
- систематичне і комплексне застосування загартовувальних процедур у поєднанні з різними видами рухової діяльності;
- врахування індивідуальних особливостей дітей;
- забезпечення позитивних емоційних реакцій у дітей під час проведення загартовувальних процедур;
- врахування сезонних ритмів загартування;
- забезпечення систематичного моніторингу результативності процесу загартування.

Наявність єдиних підходів у вихователів, медичного працівника та батьків до розуміння суті загартування, методики проведення загартовувальних процедур та створення відповідного середовища є основою налагодження змістовної взаємодії. В даному контексті навчальному закладу відводиться важлива роль у наданні батькам чіткої, зрозумілої та науково достовірної інформації, усуненні упереджень та забобон. Важливо не тільки зацікавити батьків ідеєю загартування дітей, а також формувати стійку мотивацію до такого виду діяльності й у домашніх умовах. Для цього слід створювати в дошкільному закладі атмосферу культивування здоров'я та дотримання безпеки життєдіяльності, використовувати

активні форми взаємодії з батьками, поважати родинні традиції у питаннях оздоровлення дітей.

Комплекс загартовувальних процедур у дошкільному закладі має здійснюватися систематично з дотриманням основних правил поєднання зрізними видами рухової активності. Саме такий підхід дозволить забезпечувати адаптаційні зміни в організмі дитини, які характеризуються розширенням фізіологічних можливостей, підвищенням рівня працездатності й фізіологічної опірності організму несприятливим впливам довкілля.

Загартування дітей дошкільного віку має специфічний та неспецифічний ефекти. Специфічний ефект виявляється в удосконаленні реакції шкірного покриву та судин, а неспецифічний – у прискоренні розвитку моторики, удосконаленні механізмів дихальної та серцевої функцій, а також підвищенні опірності простудним захворюванням.

Ми поділяємо думки, висловлені Громбахом С. М. та Запорожцем О. В. щодо недоцільності використання надзвичайно інтенсивних, понаднормових, завищених адаптивних можливостей дитини фізичних навантажень, що ведуть до «штучної акселерації» [1]. Загартування не повинно перетворюватися на систему прискореного розвитку.

Запобігти цьому допоможе врахування розроблених Г. Н. Сперанським правил проведення загартовувальних процедур: починати загартування й проводити в подальшому можна лише в стані повного здоров'я; слід забезпечувати поступове збільшення інтенсивності загартовувальних процедур; дотримуватися систематичності у проведенні процедур; необхідно враховувати індивідуальні особливості організму дитини та її вік; розпочинати загартування можна у будь-яку пору року, проте найсприятливішим періодом вважається тепла погода (це пояснюється тим, що у холодну пору року знижується рівень впливу факторів середовища, і тому необхідно забезпечувати більш повільне їхнє зростання ніж в теплу пору року); загартування проводити лише за наявності позитивних емоційних реакцій дітей; поновлення занять після перерви з дозволу лікаря слід розпочинати з початкового рівня проведення загартовувальних процедур [4].

В процесі створення плану фізкультурно-оздоровчої діяльності в ДНЗ слід органічно поєднати різні види загартування з різними організаційними формами. Особливу увагу слід звернути на створення безпечних та комфортних умов для життєдіяльності дітей, усунути або мінімізувати фактори ризику для здоров'я дітей, пов'язані із дією комплексу факторів закритих приміщень та обмеженості простору, збідненістю природними сенсорними стимулами довкілля, посиленням впливів жорстких форм випромінювання, зростанням тілесно-м'язової атонії, гіпокінезії, гіподинамії та інших.

Добираючи загартовувальні процедури, слід зважати на закономірності росту та розвитку дітей, особливості становлення та дозрівання внутрішніх органів та систем, вікові можливості. Найхарактернішою ознакою в ранньому віці є більша величина відносно поверхні тіла дитини, відношення його поверхні до маси. Це зумовлює фізіологічні відмінності у використанні загартовувальних процедур порівняно з дорослими. Дитині необхідно використовувати вищі енер-

гетичні затрати для забезпечення стабільності температури тіла, підтримувати високу частоту серцевих скорочень та дихання.

Ефективність проведення загартовувальних процедур залежить від наявності позитивних емоційних реакцій у дітей. Тому важливо розпочинати процедури за наявності хорошого настрою, широко використовувати емоційно-насиченні засоби: ігрові прийоми, імітації, коротенькі віршики, забавлянки, примовлянки, лагідний тон мовлення, посмішку тощо.

Слід враховувати сезонну ритмічність загартовування. Так, у зимовий період відбувається зниження адаптаційних можливостей організму. Це пов'язано із зменшенням світлового дня, зниженням температури середовища, тому надзвичайно важливо не переривати загартовування в зимовий період. Влітку посилюється значущість загартовування у зв'язку із осінньо-зимово-весняним періодом сезонного збільшення захворювань, зниженням показників імунобіологічної реактивності організму дітей. Заблудовскою Е. Д.; Калюжною Р. А., Сперанским Г. Н. доведено, що проведення загартовувальних процедур у 2-3 рази знижує рівень захворюваності [4].

Важливо забезпечити безперервність загартовування, оскільки у дітей дошкільного віку за-

гартовувальних ефект зберігається протягом 3-10 днів.

Ефективність використання загартовувальних процедур забезпечується систематичним моніторингом. Важливо відстежувати не тільки динаміку показників індексу здоров'я в дошкільному закладі, а й показників комплексної оцінки стану здоров'я та фізичного розвитку дітей.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальшого розвитку в цьому напрямку. Загартовувальні процедури мають значний потенціал не лише у підвищенні резистентності організму дитини, а й у забезпеченні міцного фундаменту для формування навичок безпеки життєдіяльності. Підвищити ефективність використання загартовування в ДНЗ допоможе дотримання комплексу умов. Вони спрямовані на реалізацію змістовної, безперервної та систематичної роботи з означеного напрямку; забезпеченні взаємодії педагогічних, медичних працівників та батьків; здійсненні моніторингу.

Подальшими перспективами розв'язання означеної проблеми може стати розробка змістовно-організаційних аспектів співпраці ДНЗ та батьків у питаннях проведення загартовувальних процедур.

Список літератури:

1. Гигиена детей и подростков / М. Д. Большакова; под ред. С. М. Громбаха. – Ташкент: Медицина, 1980. – 311 с.
2. Парфенов О. П. Закаливание человека. – М.: Медиз, 1960. – 270 с.
3. Праздников В. П. Закаливание детей дошкольного возраста – М., 1988. – 84 с.
4. Сперанский Г. Н., Заблудовская Е. Д. Закаливание ребѣнка раннего и дошкольного возраста. – М.: Медицина, 1964. – 203 с.
5. Спирина В. П. Закаливание детей дошкольного возраста – М.: Просвещение, 1978. – 287 с.
6. Студеникин М. Я. Книга о здоровье детей. – М., 1986. – 287 с.
7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина I. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 272 с.

Левинец Н.В.

Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАКАЛИВАНИЯ В ДОУ КАК ОСНОВЫ ПРИОБЩЕНИЯ ДЕТЕЙ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Аннотация

В статье дана характеристика проблемы повышения эффективности закаливания как актуального направления деятельности современного дошкольного образовательного учреждения. Раскрыты понятие, виды особенности влияния закаливания на организм ребенка. Определено место закаливания в системе работы по приобщению детей дошкольного возраста к основам здорового образа жизни. Здоровый образ жизни рассматривается как целостная, логически взаимосвязанная система поведения личности в процессе ее жизнедеятельности, обеспечивающая личную безопасность и благополучие. Определены и охарактеризованы педагогические условия, обеспечивающие эффективность использования закаливающих мероприятий с детьми дошкольного возраста.

Ключевые слова: закаливание, принципы закаливания, здоровый образ жизни, факторы риска для здоровья, закаливающие мероприятия.

Levinets N.V.

National Pedagogical Dragomanov University

ENSURING EFFICIENCY HARDENING UNDER PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTION AS A BASIS OF INTRODUCING CHILDREN TO A HEALTHY LIFESTYLE

Summary

The article provides a description of the problem of increasing the efficiency of hardening as the current activities of the modern preschool educational institution. Opened concept, types and characteristics of the effect of hardening the body of the child. The place of work hardening in the system by familiarizing pre-school children to the basics of a healthy lifestyle. Healthy lifestyle is seen as a holistic, logically interconnected system of individual behavior in the course of its activity, ensures personal security and well-being. Identify and characterize the pedagogical conditions that ensure the efficiency of tempering activities with preschool children.

Keywords: hardening, hardening guidelines, healthy lifestyle, health risks, tempering measures.

УДК 159.9(477)(092)

Є.О. МІЛЕРЯН – РОДОНАЧАЛЬНИК ПРОФЕСІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ

Лиля М.М.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Розглядаючи основні тенденції становлення та розвитку психологічної науки, намагаємося висвітлити найбільш значимі погляди знаменитого вітчизняного ученого Є.О. Мілеряна. У статті розкрито важливість наукових ідей і досягнень професора у царині професійної освіти. Результати його багаторічних теоретичних і експериментальних досліджень, завдяки яким збагатилася сучасна психологія, ґрунтуються на здійсненому глибокому психологічному аналізі факторів людського розвитку та діяльності. Розроблена Є.О. Мілеряном психологічна теорія формування політехнічних умінь стала важливим кроком у вирішенні теоретичних і практичних аспектів проблеми професійно-технічної освіти.

Ключові слова: психофізіологічна проблематика, професійна освіта, формування загально-трудоу мій, увага, навички, здібності.

Постановка проблеми. Звернення до історичного минулого в становленні вітчизняної психологічної науки та осмислення емпіричних матеріалів попередників дають змогу глибше зрозуміти закономірності її розвитку й стану на сучасному етапі, а також основних напрямів подальшого вдосконалення. Не випадково свого часу Г.С. Костюк у статті «Принцип розвитку в психології» зазначав, що природа і сутність будь-якого явища об'єктивної дійсності найкраще пізнаються, якщо ці явища розглядаються у їх виникненні, становленні, в їх розвитку. Це стосується й узагальнення наукової спадщини української психологічної думки 40–80-х рр. XX століття, здійснюваної в історико-теоретичному аспекті. Тому надзвичайно важливо вивчати й узагальнювати досвід функціонування та становлення наукових підходів у вітчизняній психології в різні історичні періоди.

Відомо, що теперішній українській психології передувала радянська, в руслі якої вона певним чином розвивалася. З отриманням Україною незалежності постала потреба глибше вивчати той внесок, який зроблено саме українськими вчени-

ми на терені наукових здобутків психологів колишнього Радянського Союзу.

Досягнення вітчизняних учених у психології засвідчують можливості та перспективи її розвитку при дослідженні різних психологічних проблем, а також розробку подальших науково-теоретичних засад сучасними й майбутніми психологами з урахуванням інноваційних здобутків. Подібні дослідження є основою для широкого порівняльно-історичного вивчення загальних і специфічних явищ в українській психології, складовою частиною розвитку історико-психологічних знань в Україні.

Актуальність задекларованої теми визначається тим, що в українській історико-психологічній літературі немає фундаментальних праць, присвячених внеску психологів України періоду 40–80 рр. XX століття в розбудову національної психологічної науки, – теоретичних досліджень, у яких ця проблема розглядалася б в історико-теоретичному аспекті. Наявні наукові розробки стосуються лише окремих сторін діяльності психологів зазначеного періоду й не дають цілісного уявлення про здійснені ними досягнення в пси-

хології. В останні роки в Україні умови вивчення проблеми становлення й розвитку національної психологічної науки, стали дещо кращими, однак це не зняло чимало білих плям. Тим часом соціальне замовлення на розробку такої проблематики з сучасних наукових позицій дедалі зростає.

Євгеній Олександрович Мілерян видатний український психолог, доктор психологічних наук, професор широко відомий у вітчизняній та світовій психології своїми дослідженнями теоретико-методологічних основ психології, психологічних проблем уваги, способів її збудження та відвертання, виховання у дітей, психології професійно-технічної освіти, формування загально-трудова політехнічних умінь, виявлення вікових та індивідуальних особливостей. Наукова спадщина ученого, його ідеї сьогодні стають методологічним підґрунтям для молодих дослідників, які обрали для своїх наукових студій таку нелегку галузь як психологія праці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Важливими для розвитку системи освіти України є результати досягнень вітчизняних вчених, зокрема в аспекті проблеми професійної освіти, готовності до професійної діяльності. Основою вивчення даної проблеми постають праці відомих психологів, зокрема: І.Д. Беха, С.І. Болтвіця, Г.О. Балла, О.Т. Губка, Г.С. Костюка, М.М. Лили, С.Д. Максименка, В.Є. Мілерян, В.О. Моляко, Е.О. Помиткіна, Л.М. Проколієнко, В.А. Роменця, В.В. Рибалки, О.В. Скрипченка, М.М. Слюсаревського та інших, в яких враховуються наукові здобутки Є.О. Мілеряна.

Мета статті полягає в аналізі досвіду та узагальненні ідей видатного психолога ХХ століття Є.О. Мілеряна у царині професійної освіти.

Виклад основного матеріалу. Професор Є.О. Мілерян здійснював упродовж близько чверті століття організацію та керівництво системними дослідженнями у галузі професійної освіти, зокрема: психологічного відбору військових пілотів, водіїв автотранспорту, операторів складних технічних систем, а також дослідження психолого-технологічних проблем організації високоточного виробництва в Інституті психології України.

Початок і середина 50-х років минулого століття являються важливим етапом становлення Є.О. Мілеряна як вченого. В цей час спільно з Є.Б. Глузман він здійснює дослідження проблеми біоелектричної активності людського мозку, попередньо сконструювавши експериментальний прилад – електроенцефалотопометр («Електронно-променевий прилад для спостереження динамічної картини просторового розподілу електричних потенціалів») на основі якого було досліджено зміни активності кори головного мозку під впливом різних звукових подразників при наявності чи відсутності спрямованої на них уваги, встановлено біоелектричну активність мозку при електросудомному нападі, типові картини паталогічної електричної активності головного мозку в післянападних станах та вплив електросудомного нападу на головний мозок. Дані дослідження дозволили уточнити механізм, можливості застосування і наслідки електроконвульсивної терапії в сфері клінічної психіатрії.

В аспекті психофізіологічної проблематики Є.О. Мілерян разом з В.Г. Ткаченко здійснили до-

слідження щодо впливу тренування на величину просторового порогу тактильного розмежування. Експериментальним шляхом доведено, що величина просторового порогу шкірної чутливості насамперед визначається закономірностями роботи центральної частини аналізатора, а не будовою його периферії. Отримані дані засвідчили, що при удосконаленні техніки і методики електроенцефалографії, і зокрема, шляхом застосування запропонованого електроенцефалографа, можливо використовувати електричні явища кори головного мозку в якості об'єктивного показника, що характеризує як локалізацію, так і взаємодію основних нервових процесів в осередках оптимальної збуджуваності головного мозку людини. Автори зазначають, що шляхом спеціально спрямованих тренувань можна значно удосконалити діяльність наших аналізаторів, підвищити їхню здатність до диференціювання подразників і, тим самим, забезпечити більш чітке сприйняття об'єктивної реальності та більш успішне здійснення перетворюючої її діяльності. Цим відкритися нові шляхи об'єктивного вивчення уваги.

Досліджуючи увагу, Є.О. Мілерян передбачав розкриття її природи в єдності психологічних і фізіологічних аспектів. Визначаючи увагу як форму організації психічної діяльності людини, що виявляється в її спрямованості, зосередженості та відносній стійкості, учений виділив названі властивості як базові й визначив низку її похідних, зокрема, переключення, розподіл, об'єм, науково обґрунтувавши класифікацію видів уваги (мимовільна, довільна та післядовільна) на основі нерозривного зв'язку безумовного та умовного орієнтовних рефлексів. Ученим також досліджено вікові особливості довільної уваги в дітей та визначено стадії й умови її розвитку.

Створений Євгенієм Олександровичем комплекс психологічних апаратних методик, який не мав аналогу, поклав основу для впровадження лабораторного експерименту в українській психології особистості, психофізіології, психології праці і психологічному доборі. До його складу входить:

- методика дослідження здібностей до утворення та перебудови сенсомоторних навичок – апарат для дослідження вищої нервової діяльності (ВНД) [6, с. 118];
- методика дослідження розподілу та переключення уваги (атенціометр) [6, с. 132];
- методика дослідження сенсомоторної координації та емоційної стійкості (емокоординометр) [6, с. 145];
- методика вимірювання швидкості реакцій на комплексні сигнали (апарат КМ-3) [6, с. 161];
- методика дослідження зорового сприйняття в ускладнених умовах (перцептометр) [6, с. 169];
- методика дослідження пізнання об'єктів за їх формою (перцептометр) [6, с. 180];
- методика дослідження запам'ятовування показників приладів [6, с. 184];
- методика дослідження мобільності операторного мислення (апарат КМ-3) [6, с. 187];
- методика дослідження вольових зусиль (вольнотометр) [6, с. 190];

Результати здійснених досліджень були опубліковані в авторській монографії, присвяченій психологічному добору пілотів [6].

Із створенням в 1956 році відділу психології праці й політехнічної освіти, метою якого були дослідження психологічних проблем, пов'язаних з перебуваючою системою народної освіти на основі поєднання навчання з професійною працею, Є.О. Мілерян активно включився в дослідження психологічних проблем формування професійних умінь. Дана проблема на той час не привертала належної уваги, оскільки головною задачею трудового, політехнічного і професійно-технічного навчання вважалося набуття певних практичних навичок. «До практичних навичок, які необхідно виховувати в школі відносили навички вирішувати задачі, доводити теореми, орієнтуватися в схемах пристроїв приладів і машин, засвоювати різні поняття, малювати, виконувати фізичні вправи і т.д. З цього видно, що до навичок відносили знання і уміння. Змішування всіх цих понять не давало можливості побудувати навчальний процес на основі врахування закономірностей формування умінь» [7, с. 9].

В результаті різнобічного вивчення проблеми формування трудових навичок, опираючись на попередні дослідження вчених, Є.О. Мілерян прийшов до висновку про провідну роль свідомості в оволодінні людиною трудовими діями. «Свідоме формування трудової діяльності надає їй нові структурні й функціональні якості, які різко відрізняються від тих якостей, які притаманні навичкам. Стало відомо, що об'єктом вивчення являються, власне, не навички в традиційному розумінні цього слова, а уміння, тобто свідомо, розумно, зі знанням справи здійснювані й легко переносимі трудові дії, оволодіння якими супроводжується розвитком не лише сенсомоторних, але й інтелектуальних, вольових, емоційних, а також інших професійно важливих якостей особистості» [7, с. 18]. Визнання цього факту суттєво вплинуло на подальший хід досліджень в області психології праці, яка поступово вивільнялася від впливу помилкових концепцій зарубіжних вчених.

Утворення та функціонування умінь, зазначав учений, здійснюється на основі активного, свідомого, цілеспрямованого використання представленого в знаннях та навичках досвіду. Саме ж уміння Є.О. Мілерян визначав як засновану на знаннях та навичках здатність людини успішно досягати поставленої мети діяльності, яка має яскраво виражений свідомий характер і базується на процесах мислення, яке пов'язано з аналізом і врахуванням тих умов, в яких протікає дана діяльність. Дослідник трактував уміння як складне структурне поєднання чуттєвих, інтелектуальних, вольових, емоційних якостей особистості, що формуються і проявляються у свідомому, цілеспрямованому, успішному здійсненні нею системи перцептивних, мисленнєвих, мнемічних, вольових, сенсомоторних та інших дій, які забезпечують досягнення поставленої мети діяльності в змінних умовах її перебігу. Однак учений зауважував, що при використанні терміна «інтелектуальні уміння» необхідно враховувати існування також неінтелектуальних умінь, тобто таких умінь функціонування яких не пов'язано з діяльністю свідомості і мислення. Висловлюючи попутно всі ці думки автор, однак, підкреслює вирішальну роль мислення в функціонуванні умінь.

Є.О. Мілерян заперечував трансформацію умінь в навички, однак не заперечував можли-

вість вироблення навичок в процесі формування умінь. Навички, наголошував учений, функціонують у структурі умінь як автоматизовані їх компоненти, що набувають дієвості в стереотипних, незмінних умовах.

Аналізуючи особливості умінь, дослідник підкреслює роль знань в їх функціонуванні. Знання, на думку Євгена Олександровича, пов'язані не лише з уміннями, але і з навичками. Однак існує і принципіальна відмінність. «Якщо у відношенні навичок знання використовуються лише в процесі їх формування, потім дії виконуються вже на основі виробленого стереотипу, який виключає необхідність рішення якихось мислительних задач, то для умінь характерним є застосування знань і на етапі функціонування. Ця обставина дала нам у свій час підставу визначати уміння як «знання в дії». У зв'язку з цим зазвичай вказують на одну суттєву якість умінь – їх узагальненість, яка дозволяє успішно вирішувати поставлені задачі в змінних умовах діяльності» [7, с. 38].

Узагальненість розглядається автором в якості специфічної якості умінь, яка відрізняє їх від навичок, хоча останні також володіють тією чи іншою ступінню варіативності, що дає можливість застосовувати їх в строго стабільній ситуації, але і в змінних (до певних меж) умовах. Варіативність умов навчання, поступове ускладнення навчальних задач, посилення неоднозначності можливих їх розв'язків, широке використання проблемних методів, що потребують пошуків нових способів подолання протиріч у складних ситуаціях, – все це утворює ефективні шляхи розвитку гнучких, якісних умінь, що легко переносяться в нові, змінювані, ускладнені умови діяльності, формуючи психофізіологічний стан готовності людини до переживання ризиків і небезпек.

Автор наголошує, що для утворення умінь потрібні планомірні тренування, основані на послідовному варіюванні і ускладненні умов діяльності з тим, щоб людина могла свідомо врахувати вплив цих факторів, набути чуттєвого досвіду, необхідного для успішного застосування знань і навичок у вирішенні нових задач. Для утворення навичок потрібні лише багаторазові тренування в одних і тих же умовах діяльності. Це свідчить про те, що варіативність умов навчання, поступове ускладнення завдань, які необхідно вирішувати являється необхідною ознакою методів формування гнучких, легко переносимих в нові умови умінь. Поряд з цим, такі методи повинні шляхом тренувань сприяти виробленню функціонуючих у складі умінь автоматизмів.

Визначаючи роль умінь у розвитку особистості, дослідник наголошує, що уміння являються синтетичною якістю особистості, яка визначає продуктивність, якість і швидкість оволодіння даним видом діяльності. Уміння являють собою своєрідний синтез – структурний ансамбль природних і набутих якостей особистості, тому кожному умінню притаманна певна структура особистісних якостей і властивостей. Процес формування умінь завжди зачіпає сенсорну, інтелектуальну, мотиваційну, вольову і емоційну сферу особистості, незмінно сприяючи при правильних методах керівництва, вихованню тих особистісних якостей, які знаходять собі застосування в даному виді умілої діяльності. В процесі

оволодіння умінням людина не лише навчається, але й виховує в собі уважність, кмітливність, спостережливість, настійливість, ініціативність, працелюбність та інші важливі якості [7].

Особливого значення у формуванні умінь, наголошує учений, має засвоєння людиною знань про те, яким чином треба діяти у певних умовах. Такого роду знання необхідні для оволодіння ефективними прийомами і способами виконання як практичних, так і розумових дій.

Формування умінь неминує включати перцептивні дії, спрямовані на чуттєве пізнання умов середовища і вироблення на цій основі нових прийомів здійснення діяльності. В стабільних умовах окремі компоненти умінь можуть автоматизуватися, сприяючи цим подальшому просуванню учня в оволодінні більш складними уміннями. Тому, при формуванні таких умінь треба враховувати необхідність створення умов, які б сприяли набуттю чуттєвого досвіду і автоматизації тих способів дій, які потрібні для успішного оволодіння людиною більш складним і узагальненим умінням.

Розроблена Є.О. Мілеряном психологічна теорія формування політехнічних умінь стала важливим кроком у вирішенні теоретичних і практичних аспектів проблеми професійно-технічної освіти.

У 70-і роки минулого століття Є.О. Мілерян здійснив міждисциплінарні теоретичні й експериментальні дослідження проблем трудової діяльності оператора, які поєднали зусилля спеціалістів в області психології праці, інженерної психології, фізіології, гігієни праці, професійної педагогіки. За результатами досліджень учений визначив специфіку структури і функціональні особливості діяльності оператора з метою встановлення об'єктивних і суб'єктивних факторів впливу. Психологічне вивчення праці оператора дозволила визначити основні його режими: навчально-тренувальний – формування відповідної системи знань, навичок і умінь; мінімальний – керування високоавтоматизованою системою, яка стабільно функціонує і не вимагає втручання людини, але психологічно несе в собі загрозу виникнення заторможених станів у оператора, що значно підвищує роль ризику в аварійних ситуаціях; оптимальний режим – корекція і регулювання параметрів автоматизованої системи, яка працює в нормальному режимі, здійснюється за стандартними алгоритмами на основі автоматизованих навичок, при незначних нервово-психічних навантаженнях; екстремальний режим – керування автоматизованою системою у складних, невизначених ситуаціях, які динамічно змінюються, в умовах часової обмеженості, високого рівня загрози і відповідальності.

Вивчаючи психологічні проблеми професійної діяльності людини в екстремальних режимах роботи, Є.О. Мілерян визначив систему її основних параметрів: якості трудової діяльності – досконалість способів виконання діяльності і якість продуктів праці; ефективність – продуктивність діяльності віднесена до суми нервово-психічних, фізичних, енергетичних, матеріальних та інших затрат, необхідних для досягнення мети; різнобічність – загальна якість стратегій, варіантів, прийомів, способів дій, які забезпечують досягнення результатів діяльності; гнучкість – здатність змінювати стратегію, або спосіб досягнення мети згідно умов праці, які змінилися;

надійність – головний показник рівня кваліфікації оператора – характеризує його здатність зберігати оптимальні робочі параметри в екстремальних умовах діяльності. Таким чином, якість ускладненої діяльності може бути охарактеризована за такими параметрами, як надійність, ефективність, різнобічність, гнучкість, точність та темп роботи, що становлять собою критерії об'єктивного вимірювання названих параметрів та визначення їх інтегрального показника.

Експериментальне дослідження характеру впливу емоційних станів на становлення та функціонування динамічного стереотипу показало наявність прямої залежності між швидкістю утворення динамічних стереотипів та емоційною стійкістю людини. На цій основі зроблено важливий практичний висновок про можливість прогнозування надійності та емоційної стійкості людини в екстремальних умовах на основі врахування характеру кривої вправ та швидкості утворення сенсомоторних навичок у навчально-тренувальному режимі роботи. В звичайних, типових умовах діяльності, в процесі автоматизації професійних навичок, функціонування динамічного стереотипу поступово призводить до згасання емоцій, зниження свідомого контролю, довільної уваги, а також до заощадження вольових зусиль та пов'язаних з ними нервово-психічних витрат.

Є.О. Мілерян, розвиваючи домінуючу теорію емоційно-вольових дій, визначає емоцію в якості основної форми активності особистості над якою надбудовуються організаційні (увага), регуляторні (вольові), мотиваційні (чуттєві) та інтелектуальні компоненти психічної діяльності. Увага ж виступає основною формою організації діяльності, що обумовлює цілісність, вибірковість, спрямованість, стійкість та саморегуляцію психічної діяльності стосовно об'єктів, що є засобом задоволення її актуальних потреб. Виражена в увазі воля спрямована на регулювання та управління діями. Виникаючи і розвиваючись на основі емоцій, увага, почуття та воля стають основним засобом свідомої організації та регуляції людиною своєї поведінки.

Розробка комплексу психодіагностичних апаратних методик здійснювалася Є.О. Мілеряном на основі узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень, присвячених вивченню природи здібностей та визначенню об'єктивних методів їх виявлення. Вихідними визнавалися положення про те, що здібності не тільки проявляються, але і формуються в діяльності; здібності є синтезом природних і набутих властивостей; здібність є ансамблем різноманітних властивостей, тому для кожної здібності характерна певна структура властивостей особистості; здібності можна оцінювати тільки за швидкістю та легкістю оволодіння діяльністю, її майстерністю, продуктивністю, якістю.

Висновки. Є. О. Мілерян є яскравим прикладом дослідника з «великої літери», видатного психолога 40–80-х рр. ХХ століття. Саме завдяки його досягненням у царині психолого-педагогічних проблем професійної освіти, розробки технологічної системи формування загально-трудова професійних умінь, проблем психології трудової діяльності операторів сучасних технічних систем, пілотів, водіїв, інженерно-психологічної експертизи

сучасних системно-технічних комплексів сучасна психологія збагатилася, розкривши ще одну таїну людського пізнання. Кожна його ідея в психології ґрунтувалася не лише на теоретичних засадах науковця, а й на глибокому психологічному аналізі тих чи інших факторів людського розвитку та

діяльності, тобто на експериментальному досвіді. Протягом багаторічної роботи вчений сформулював ідеї, положення й поняття, які ще багато років тому стали і залишаються донині актуальними й основоположними для сучасних досліджень у галузі професійної освіти.

Список літератури:

1. Болтвівець С. І. Апаратурні вимірювання психофізіологічної готовності до людиноорієнтованої фахової діяльності // Проблеми загальної і педагогічної психології / Збірник наукових праць інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К.: 2009. – Т. XI, ч. 6. – С. 30-40.
2. Ли́ла М. М. Українські психологи учасники бойових дій у Другій світовій війні (1939-1945 рр.)/ – Київ: Аванпост-Прім. – 2004/ – 104 с.
3. Ли́ла М. М. Внесок психологів України – учасників другої світової війни – у розбудову національної науки // Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького ДПУ імені Григорія Сковороди: Науково-теоретичний збірник. – Випуск 21. – 2011. – С. 390-394.
4. Ли́ла Н. Н. Милерян / Н. Н. Ли́ла. Электронный ресурс. Режим доступа: http://slovari.yandex.ru/~книги/История_психологии/Милерян
5. Ли́ла Н. Н. Развитие психологии в Украине после II Мировой войны // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук: Ежемесячный научный журнал. – М.: Институт Стратегических Исследований, № 03(62), 2014, – Ч. II. – С. 315-320.
6. Милерян Е. А. Психологический отбор летчиков / Е. А. Милерян. – К.: НИИ психологи УССР, 1966. – 204 с.
7. Милерян Е. А. Психология формирования общетрудовых политехнических умений / Е. А. Милерян. – М.: Педагогика, 1973. – 299 с.
8. Очерки психологи труда оператора / Под ред. проф. Е. А. Милеряна. – М.: Наука, 1974. – 308 с.
9. Психологические проблемы профессионально-технического образования / Под ред. проф. Е. А. Милеряна. – Ереван, 1977. – 295 с.
10. Технологическая система профессиональной подготовки учащихся ПТУ / Милерян Е. А., Саркисова И. М., Хачатурян Г. А., Погасян В. В., Арутюнян Г. Х., Джейрамян Р. С. – Ереван: Луйс, 1985. – 192 с.
11. Милерян Е. А. Психология труда и профессионального образования. Избранные научные труды / Е. А. Милерян. – К.: НПП «Интерсервис», 2013. – 290 с.

Ли́ла Н.Н.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды

Е.А. МИЛЕРЯН – РОДОНАЧАЛЬНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ

Аннотация

Рассматривая основные тенденции становления и развития психологической науки, стараемся осветить наиболее значимые взгляды знаменитого отечественного ученого Е.А. Милеряна. В статье раскрыто важность научных идей и достижений профессора в области профессионального образования. Результаты его многолетних теоретических и экспериментальных исследований, благодаря которым обогатилась современная психология, основаны на совершенном глубоком психологическом анализе факторов человеческого развития и деятельности. Разработанная Е.А. Милеряном психологическая теория формирования политехнических умений стала важным шагом в решении теоретических и практических аспектов проблемы профессионально-технического образования.

Ключевые слова: психофизиологическая проблематика, профессиональное образование, формирование общих трудовых умений, внимание, навыки, способности.

Lyla M.M.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda

YE.O. MILERYAN – THE FOUNDER OF PROFESSIONAL PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTICS

Summary

Considering the main trends in formation and development of psychological science, we try to highlight the most important views of the famous national scientist Ye. A. Mileryan. The article deals with the importance of professor's scientific ideas and achievements in the field of vocational education. The results of his long term theoretical and experimental studies, which enriched the modern psychology, are based on a deep psychological analysis of the factors of human development and activities. Developed by Ye. A. Mileryan psychological theory of polytechnic skills formation was an important step in solving theoretical and practical problems of vocational education.

Keywords: psycho-physiological problems, professional education, formation of general employment proficiency, attention, skills, abilities.

УДК 378.011.3-051:62]:613.97

ВИЗНАЧЕННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ТЕХНОЛОГІЙ ДО ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

Литвин А.Ф.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

Розкрито сформованість здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів технологій. Для оцінки сформованості в майбутніх учителів технологій готовності до застосування здоров'язбережувальних технологій у процесі професійної підготовки була використана анкета та метод «Незакінчене речення». Аналіз даних щодо рівня сформованості готовності майбутніх учителів до застосування здоров'язбережувальних технологій свідчить про те, що усі студенти виявляють епізодичну зацікавленість процесом удосконалення власної здоров'язбережувальної компетентності. Одержані нами результати діагностики засвідчили, що чітко усвідомлення студентами актуальності та необхідності використання здоров'язбережувальних технологій у майбутній професійній діяльності характерне для 21,3% майбутніх учителів технологій, часткове усвідомлення – для 46,3% майбутніх учителів технологій; відсутність такого усвідомлення зафіксована у 33,4% майбутніх учителів технологій.

Ключові слова: технології, освітній процес, технологічна освіта, педагогічні університети, анкета, «Незакінчене речення».

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку суспільства людина, її життя і здоров'я визначаються як найвищі цінності. В умовах соціально-економічних змін в Україні питання збереження здоров'я української нації належить до рангу пріоритетних ідеалів і національних інтересів. Особливо вагомим у цьому сенсі є підготовка фахівців у галузі технологічної освіти. Саме тому, з позицій сьогодення, набуває особливої уваги й потребує розв'язання проблема формування компетентності майбутніх учителів технологій як фахівців, спроможних здійснювати реалізацію оздоровчої функції із урахуванням здоров'язбережувальної складової.

І. Аносов зазначає, що основним критерієм здоров'язбережувальної компетентності є стан оптимальної відповідності, гармонії між біологічним, психологічним і соціальним у житті й діяльності людини [1, с. 48]. Серед основних причин безвідповідального ставлення молоді до здоров'я можна виділити такі: незнання особливостей свого розвитку; відсутність систематичної, цілеспрямованої просвітницької роботи в цьому напрямі [2, с. 19–23].

Крім того, серед причин безвідповідального ставлення молоді до свого здоров'я є відсутність у студентів мотивації на тривале, здорове життя, відсутність необхідних знань і переконань у потребі дотримання здорового способу життя. Аналізуючи результати сучасних наукових досліджень та спостережень можна стверджувати, що рівень здоров'я теперішньої молоді поступово знижується. Причиною цієї проблеми є: пасивний спосіб життя, неправильний режим дня, шкідливі звички, виробничі фактори, низька рухова активність, низька функціональна грамотність педагогів та батьків з питань збереження та зміцнення здоров'я, нераціональна організація навчальної діяльності тощо.

Особливу увагу до власного здоров'я повинні приділяти майбутні вчителі технологій бо часто повинні мати справу з шкідливими речовинами (лаками, фарбами, розчинниками, мастилами та ін.).

Аналіз останніх джерел і публікацій. Аналіз наукових напрацювань вітчизняних дослідників засвідчив, що в теорії та практиці вищої освіти накопичено значний науковий потенціал, який може стати підґрунтям для вдосконалення підходів до професійної підготовки майбутніх учителів. Проблемі здоров'язбереження присвячено праці сучасних науковців (І. Волкова [3], В. Єфімова [8], О. Іонова [10] та ін.). Використання здоров'язбережувальних технологій у процесі підготовки майбутніх фахівців досліджували (М. Зоріна [9], Г. Остапенко, В. Підгорний та ін.). Проте у наукових доробках, зазначених вище, науковці недостатньо уваги приділяють механізму впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчальному процесі педагогічних університетів.

Сучасними науковцями розглядаються педагогічні умови, що сприяють формуванню необхідних якостей майбутніх фахівців у різноманітних видах діяльності. Так, С. Кириленко [11], Л. Лубишевою [12] вивчалися педагогічні умови і технології формування культури здоров'я старшокласників [5], Н. Соловійовою – педагогічні умови культури здорового способу життя учнів [7], Ю. Палічуком – педагогічні здоров'язбережувальні технології в системі підготовки фахівців економічного профілю [6], Ю. Драгневим – педагогічні умови з формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання [7, с. 87], Г. Кривошеєвою – педагогічні умови формування культури здоров'я студентів університету [16], Д. Вороніним – психолого-педагогічні умови формування здоров'язберігаючої компетентності студентів [5], А. Домашенком – умови ефективного здійснення оздоровчого впливу фізичного виховання на студентів [6] та ін.

Мета статті – визначити готовність майбутніх учителів технологій до використання здоров'язбережувальних технологій у процесі професійної підготовки.

Виклад основного матеріалу статті. Можливості реалізації оздоровчої функції освіти багатогранні. Навчальна й виховна система з формування у студентів здоров'язбережувальної компетентності

за Н. Поліщук включає наступні взаємопов'язані структурно-функціональні елементи: цілі освітньої системи, професорсько-викладацький склад, інформаційну забезпеченість навчання, засоби педагогічної комунікації, контингент студентів, оцінювальний компонент [15, с. 32]. Для ефективного формування у студентів здоров'язбережувальних знань, умінь та навичок необхідно скласти комплекс зовнішніх і внутрішніх умов, що сприятимуть стимулюванню даної роботи. Особливістю формування здоров'язбережувальних компетентностей є пріоритет виховної складової і наявність здоров'язбережувального освітнього середовища [4, с. 11–12]. Ефективність роботи щодо виховання здорового способу життя студентів залежить як від пріоритетів вищої освіти, загальної ідеології навчального закладу, так і від індивідуальних зусиль кожного з учасників освітнього процесу.

З метою визначення рівнів готовності майбутніх учителів технологій до використання здоров'язбережувальних технологій було проведено експеримент, яким були охоплені студенти других курсів природничо-технологічного факультету, спеціальності технологічна освіта Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди.

Методичний інструментарій, який був використаний для проведення педагогічної діагностики, охоплював: метод «Незакінчене речення», опитування (усне і письмове), педагогічні спостереження.

Готовність студентів до використання здоров'язбережувальних технологій перевірялася за допомогою методу «Незакінчене речення» та анкетування.

Запровадження методу незакінчених речень зумовлювалося тим, що одержана за його допомогою неструктурована інформація є найбільш суб'єктивним уявленням учасників у досліджуваній сфері. Цей метод давав змогу провести якісний аналіз сукупності їхніх реакцій на певний стимул і забезпечував виявлення як змістової, так і мотиваційно-ціннісної складових готовності до використання здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі педагогічних університетів. Такими стимулами в нашому дослідженні слугували поняття «здоров'я», «технологія», «здоров'язбережувальна технологія».

Студентам було запропоновано дописати речення та дати відповідь на запитання:

Здоров'я – це...

Технологія – це...

Як часто у вас болить голова під час занять?

Як часто у вас виникають проблеми зі здоров'ям?

Які проблеми здоров'я вас турбують найчастіше?

Скільки годин на добу ви працюєте?

Під поняттям «здоров'язбережувальна технологія» розуміють ...

Для організації роботи зі збереження і зміцнення здоров'я студентів потрібно ...

Узагальнюючи результати роботи за методом «Незакінчене речення» зроблено такі висновки:

– 27,3% студентів мають дещо помилкові знання щодо сутності здоров'язбережувальних технологій;

– 36,1% студентів в процесі професійної підготовки мають часті головні болі;

– 27,4% студентів у процесі навчання мають проблеми зі здоров'ям (кишковопорожнинні захворювання, проблеми опорно-рухової системи, запаморочення, проблеми зору та ін.).

Окрім методу «Незакінчене речення» під час проведення педагогічної діагностики використовувалися різні види опитування, що забезпечувало швидке одержання інформації зі здоров'язбережувальної проблематики.

Аналіз та узагальнення відповідей студентів на запитання розробленої нами анкети підтвердило дані, одержані за методикою «Незакінчене речення». Зокрема, це стосувалося таких питань, як збереження та зміцнення здоров'я в процесі вивчення курсу «Практикум у навчальних майстернях».

Відповіді студентів за результатами анкетування показали:

– помітна кількість (34,2%) студентів не мають чіткого уявлення щодо сутності поняття «технологія» як узагальнюючого засобу сукупності певних прийомів, форм і методів роботи щодо збереження і зміцнення здоров'я;

– 33,2% студентів подавали чітке формулювання сутності здоров'язбережувальних технологій, але не могли назвати способи їх використання в педагогічних університетах.

Решта опитуваних згідно анкетування сприймає завдання і зміст професійної підготовки в нерозривній єдності із здоров'язбереженням студентів.

Одержані нами результати діагностики засвідчили, що чітке усвідомлення студентами актуальності та необхідності використання здоров'язбережувальних технологій у майбутній професійній діяльності характерне для 21,3% майбутніх учителів технологій, часткове усвідомлення – для 46,3% майбутніх учителів технологій; відсутність такого усвідомлення зафіксована у 33,4% майбутніх учителів технологій.

Отже, проведений експеримент засвідчив, що більшість майбутніх учителів технологій не володіють достатнім рівнем готовності до використання здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі. Це зумовлює необхідність розробки педагогічних умов, орієнтованих на підвищення ефективності підготовки майбутніх учителів у досліджуваному напрямі.

Висновки. Отже, у результаті вирішення проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів технологій особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності належить освітній системі університетської освіти, що має усі можливості для того, щоб зробити цей процес здоров'язбережувальним. Знання, володіння і застосування здоров'язбережувальних технологій є важливою складовою професійної компетентності майбутнього педагога. Застосування здоров'язбережувальних технологій у педагогічному університеті є важливою складовою навчально-виховного процесу, що гарантує збереження студентами власного здоров'я, профілактику захворювань, негативне ставлення до шкідливих звичок, залежностей, привчання до піклування про здоров'я майбутніх учнів. Можна констатувати той факт, що з позицій сьогодення здоров'язбережувальні освітні технології сприяють підвищенню якості педагогічного процесу, його модифікації, гнучкості і толерантності до різних видів і організаційних форм діяльності студентів.

Список літератури:

1. Аносов І. П. Сучасний освітній процес: антропологічний аспект: [мо-нографія] / І. П. Аносов. – К.: Твімінтер, 2003. – 200 с.
2. Волошинська С. К. Актуальні питання змісту валеологічної освіти в педагогічних вищих навчальних закладах / С. К. Волошинська // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки і перспективи. – Кіровоград: КДПУ ім. В. Винниченка, 2003. – С. 19–23.
3. Волкова І. В. Поняття «здоров'язберігаючі технології» та їх класифікації [Електронний ресурс] / І. В. Волкова – Режим доступу: <http://edu.post-diploma.kharkov.ua>. – Загол. з екрану. – Мова укр.
4. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі [Текст] / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1-6.
5. Воронін Д. Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання: Автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: Спец. 13.00.07 «Теорія та методика виховання» / Д. Є. Воронін. – Херсон, 2006. – 20 с.
6. Домашенко А. В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України: Автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту: Спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. В. Домашенко. – К., 2003. – 17 с.
7. Драгнев Ю. В. Компоненти формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Наукова монографія / За редакцією проф. Єрмакова С. С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2007. – № 1. – 176 с.
8. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень [Електронний ресурс] / В. М. Єфімова – Режим доступу: www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/ppmb/texts/2010_1/10yvmsri.pdf – Загол. з екрану. – Мова укр.
9. Зоріна О. М. Здоров'язберігаючі технології в підготовці майбутнього фахівця [Електронний ресурс] / О. М. Зоріна – Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/pipo/2011_30-31/11zmotfs.pdf – Загол. з екрану. – Мова укр.
10. Іонова О. М. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема [Електронний ресурс] / О. М. Іонова – Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/ppmb/texts/2009-01/09iomppr.pdf. – Загол. з екрану. – Мова укр.
11. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: Автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07 «Теорія та методика виховання» / С. В. Кириленко. – К., 2004. – 21 с.
12. Лубышева Л. И. Инновационная технология формирования культуры здоровья старшеклассниц в системе физического воспитания // Физическая культура (воспитание, образование и тренировка). 2007. – № 5. – С. 5–12.
13. Оржеховська В. Педагогіка здорового способу життя / В. Оржеховська // Шлях освіти. – 2004. – № 7. – С. 11–12.
14. Палічук Ю. І. Педагогічні здоров'язбережувальні технології в системі підготовки фахівців економічного профілю: Автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». – Тернопіль, 2011-2012. – 22 с.
15. Поліщук Н. М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості: сутність, структура / Н. М. Поліщук // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми: зб. наук. праць. – Київ–Вінниця, 2012. – Вип. 33. – С. 32–36.
16. Програми навчальних дисциплін: «Безпека життєдіяльності», «Захист Вітчизни», «Фізичне виховання», «Цивільна оборона», «Основи медичних знань». – Ухвалені Вченою радою Буковинського державного фінансово-економічного університету. – Чернівці, 2012.
17. Соловьева Н. И. Здоровьесберегающая система образования в обеспечении формирования культуры здорового образа жизни учащихся: Автореф. дис. ... на соискание ученой степени канд. пед. наук: Спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Н. И. Соловьева. – Ставрополь, 2005. – 24 с.

Литвин А.Ф.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ТЕХНОЛОГИЙ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация

Раскрыто сформированность здоровьесберегающей компетентности будущих учителей технологий. Для оценки сформированности у будущих учителей технологий готовности к применению здоровьесберегающих технологий в процессе профессиональной подготовки была использована анкета и метод «Незаконченное предложение». Анализ данных по уровню сформированности готовности будущих учителей к применению здоровьесберегающих технологий свидетельствует о том, что все студенты проявляют эпизодическую заинтересованность процессом совершенствования собственной здоровьесберегающей компетентности. Полученные нами результаты диагностики показали, что четкое осознание студентами актуальности и необходимости использования здоровьесберегающих технологий в будущей профессиональной деятельности характерно для 21,3% будущих учителей технологий, частичное осознание – для 46,3% будущих учителей технологий; отсутствие такого осознания зафиксировано в 33,4% будущих учителей технологий.

Ключевые слова: технологии, образовательный процесс, технологическое образование, педагогические университеты, анкета «Незаконченное предложение».

Litvin A.F.

Pereyaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Scovoroda

DETERMINATION OF READINESS OF FUTURE TEACHERS OF TECHNOLOGIES TO USE HEALTH TECHNOLOGIES IN THE TRAINING PROCESS

Summary

Revealed the formation of health saving competence of future teachers of technologies. To assess future teachers of technologies' formedness of readiness to use health saving technologies in the training process were used the questionnaire and the method of «Incomplete sentence». Data analysis at the level of formation of future teachers' readiness to the use of health saving technologies suggests that all students show occasional interest in the process of improving their own health saving competence. The diagnostic results showed that a clear awareness of students of the relevance and necessity of the use of health saving technologies in future professional activity is typical for 21.3% of future teachers of technologies, partial awareness – for 46.3% of future teachers; the lack of such awareness is stated for 33.4% of future teachers of technologies.

Keywords: technologies, educational process, technological education, pedagogical universities, questionnaire «Incomplete proposal».

УДК 37.015.31:17.022.1-053.5

PSYCHOLOGICAL BASES OF FORMATION «SELF»-MORAL AND SAFE BEHAVIOR IN THE PRESCHOOL AGE

Lokhvytska L.V.

Pereyaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Scovoroda

Description theoretical analysis of process learning by preschool age children of ethical norms and safety behaviour rules are considered in this article. The essence of the interpretation of «Self»-moral concept preschooler and peculiarities of this phenomenon in the preschool years about their own security are determined. Psychological scientific approaches of child portrait for formation «Self»-moral in the context of life safety are analyzed. The age's features of mastering by children with skills morally-safety behaviour in childhood year are described. The importance of moral education in the development of the individual child of preschool age is underlined.

Keywords: personality, preschool age children, «Self»-moral, safety, norms, skill, behaviour, moral education.

Preface/Introduction. The leading feature of highly developed democratic society is the increasing role of moral principles and life safe behavior in all areas of social life. The process of formation of the personality depends largely on the basis of the foundations, which are laid in childhood. In Ukraine adopted a number of legislative documents, regulating the preschool education, the chief among which is the Law «On preschool education», where indicated where there is a need to «the formation of a child of preschool age moral norms, the acquisition of the life of social experience» (Про дошкільну освіту: Закон України) [8, p. 5]. Implementation of moral education tasks for the young generation in Ukraine is of great educational, public, social and scientific importance. Specificity of moral education is determined by age and individual characteristics, the norms of public morality, principles regulating the behaviour etc. During the preschool period emotions and moral senses should be developed as they will ensure the formation of their moral qualities and individual traits, encourage them to adopt certain rules and regulations, de-

velop appropriate moral motives and habits of behaviour. This important task is outlined in the state standard of preschool education in Ukraine – The Basic Component (2012): «giving priority to individual's social and moral development, developing children's ability to coordinate personal interests with collective ones» (Базовий компонент дошкільної освіти) [3, p. 5].

The development of the personality in the preschool years, in determined by such key factors as communication with adults (parents, teachers and peers, as well as participation in the activity. Communication and a wide variety of children's activities are the main conditions of assimilation of the child moral human values and the fundamentals of safety in the surrounding society. During these processes is the exchange of information, planning, sharing and coordination functions, that are all that helps to create a community of children, leading joint activities in the group. Ethical measurements, safety regulations, which are formed as a result of the assimilation of the standards of conduct and reflect the child's attitude to

the universal human values. Being in a peer group, he begins to evaluate their personal moral qualities, to be aware of the degree of safety of those or other situations differentiate emotional state. At preschool age increases the independence and the criticality of the child evaluation and self-evaluation. Children first of all assess the quality and features of behaviour of peers and myself, who are more amenable to evaluation by others and from which to a greater extent depends on their position in the group. The importance of the question raised is that the vital moral and safe behaviours, acquired in the preschool age during the communication and activities in the peer group, should not offset in the future. This is the basis of the formation of the personality of the child, to which special attention should pay teachers of preschool educational institutions.

The analysis of the literature. The study of the available literature data shows that for the successful vital activity of the individual in society it is necessary to ensure a complex of knowledge of safety rules and standards of moral conduct. According to L. F. Korzeniowski [1, p. 36], the training system security issues to encompass the whole population, and begin at the youngest ages. The first educators of the child preschool age become his parents; some aspects of security can be studied in children preschool age in the relevant preschool institutions. All work should be directed to the formation of those or other qualities needed to improve the level of security in later life (L. F. Korzeniowski et al. – Л. Ф. Коженьевські, Я. О. Серіков) [4]. That is, in the organization of the educational process of preschool educational institutions special effect must be given to the personal growth of the child, the development of the moral sphere and safe activity.

The dominance of a group influence is a condition of formation of a child's personality, because the child is in contact with peers and adults. For the successful implementation of the set tasks: getting acquainted with the forms of safe behaviour, explanation of necessity of observance of the generally accepted norms of morality, the introduction of the scope of child and social community, etc., teachers of preschool educational institutions plan to different types of activity of children. On this issue also carried out research, the aim of which was to examine the implementation of the complex measures for the realization of planned: «this also applies to the creation of projects on safety, taking into account the existing rules and regulations...» (J. S. Reitšpi) [2, p. 207]. Thus, in order that the children have learned the necessary knowledge and they formed the skills of conduct in society, educators conduct systematic studies and organize other activities.

Significant component of the development of personality in the preschool years, is the provision of psychological comfort, permanent monitoring of the features and analysis of behavioural reactions of the children. Only on this basis it is possible the formation of a preschool children morally-positive qualities and bases of safe behaviour among peers in terms of preschool educational institutions. In the organization of activity of children it is important to remember that «security is not just an abstract definition and original sphere of human existence...;

organic combination of the desire of man to living in the most favorable for the normal life of the development of conditions...» (A. M. Kuzmenko et al. – А. М. Кузьменко, А. С. Януш) [5, p. 99]. Therefore, formation of personality, and subsequently the company safe type, will serve as an effective factor in mastering the norms of public morality.

Objective article. The aim of the article is based on the analysis of scientific literature specify the process of assimilation of children of preschool age of ethical standards and rules of safe behaviour (in the format of the lines of research into «the System of education for safe life»); disclose the impact of communication and activities of children on the formation of safe the relationship of children in stable groups of peer educators in preschool educational institution; describe the age-specific features of mastering the children the skills of moral and safe behavior in the preschool years; identify the constituent impact (among which morality as a basic quality) on the personality in the process of creating a community of children.

The main contents. To identify the nature of the process of formation of moral and safe skills of behaviour in children who are in groups with their peers in terms of preschool educational institutions, analyzed the main foreign theories of personality. E. Erickson, pointed out that a person develops gradually, characteristic for the individual models of behaviour are caused by psychosocial stage, having a certain age indicators. The preschool period of my childhood are the first three, during which develop «basal confidence – basal distrust; autonomy – shame and doubt; initiative fault»; the strengths are the «hope, strength of will and purpose» of (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 220]. On E. Erickson, «the child, having the basal sense of «inner certainty», perceives the social world as a safe, stable place, and the people as caring and reliable» (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 221].

Accordingly, when the child already has the ability to anticipate danger and discomfort, then he can cope with the reality and make decisions. But for this it is necessary unobtrusively, but clearly restrict the child in those spheres of life that are potentially or actually are dangerous both for the children themselves and for others. In this age of «social addition autonomy – the rule of law» (E. Erickson) (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 224]. In the format of our studies, the «rule of law» should be viewed as a system of moral rules and standards that are necessary for the formation of personality. Finally, in the age of from three to six years of a child shows his own volition, that the necessary support for the development of activity and responsibility for himself and his own world.

The theme of the activity is present in the humanistic theory E. Fromm. He pointed out that the «spontaneous activity we are seeing the children, who usually act in accordance with their internal nature, and not according to social norms and taboos» (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 249]. According to the E. Fromm, important in the development of personality is the compensation in the form of a feeling of security and a feeling of belonging to a particu-

lar society. Among the important needs them was highlighted «the need to establish links», which is important in the context of the issue, since pre-school children exposed in different subgroups of peers during the main activity – games.

According to the socio-cultural theory of personality K. Horney, for the period of childhood is characterized by two needs: the need for the meeting and the need for security. The second need, in concept K. Horney, is important in the development of the child, because «the behaviour of the child is not aware of the security..., shall be sent to feelings of helplessness, fear, guilt...» (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 256]. It was introduced the term «basal alarm» as a child of loneliness and helplessness, that is the absence of the formation of any of the skills of behaviour in the surrounding, among peers age group.

In the theory of personal constructs G. Kelly, on the behaviour of the influence of emotional States: alarm, fault, threat and hostility. That is, the child lives in a strange situation, uses the construct of «good – bad», but in virtue of his still small experience cannot always control their behavior (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 438]. Important is an understanding of the other actors involved in the process of interaction (in our study, comfortable stay in a peer group and the accumulation of experience in «deliberate choice») [ibid].

An important aspect of the formation of behavior, according to A. Maslow, is motivation, built on a hierarchy of needs, among which the moral (love, self-esteem, etc.) and security. These include the needs of the organization, stability, law and order, and so under. It is for children, A. Maslow, it is necessary to provide security needs: «if the child does not feel in safety, he becomes anxious, suspicious...» (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 490]. That is, it will be unable to internalize the generally accepted social and moral norms and rules of behaviour.

For the evolution of the moral-safe skills of the behaviour of the need to develop a «domestic observers» (the ability to hear, see, feel). These ideas relate to a number of principles of humanistic psychology C. Rogers. He, describing the portrait of a healthy person, gave a description of: the trust to himself as an important source of information using own sensations, feelings and thoughts. But, as a rule, in everyday life everything happens in a different way, people listening to the advice of others. That is, in the first place in the development of the personality should be the relationship to itself, to another, the meaning, goals and values. In the opinion C. Rogers, a healthy personality flexible, open, not constantly resorting to protective reactions, regardless of external influences, and centered on herself. Optimally actualize, she fully live each new moment of life, sportive, well adapts to changing conditions, tolerant of others, emotional and reflexive. C. Rogers has allocated such personality traits: open to internal and external peace, sociability, expressed empathy, trust, and so on. The development of the personality is expressed in the discipline of the mind, emotions and actions «good thoughts give rise to the good words, good words create good deeds» (by L. A. Hjelle et al. – Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер) [9, p. 545]. Such a person has the ability to give the

full balance of their thoughts, feelings and actions, spontaneously take decisions.

Morality and safety in children's behaviour depends largely on the attitude to yourself, other people and the world as a whole. Indicator in their development is the emotional sphere of the child. A striking example is the alarm, which is understood as integral manifestation of exclusion. Under alarm imply a mental condition, which occurs in conditions of uncertainty (i.e. risk). In such cases, if a child there was a shortage of information about the model of behaviour, he begins to fear, it's not right to do those or other actions. The extent and intensity of anxiety depend largely on the level of personal certainty «Self». A child in a state of alarm is located in an uncertain sense of what will happen to him something bad. The alarm has a direct link with fear. Under the fear we understand the reaction to a close, the real danger, then as the alarm condition caused by uncertainty, hidden or imaginary danger. It occurs when a child's behaviour at odds with the proclaimed adults moral standards, when he sees that someone from the peers of his group violates these norms (he searches for the answer to the question: «what will be after what he had done?»), when he gets in an unusual situation and did not know what was expected of him around, and so under. Thus, the key in the formation of moral and safe skills of behaviour in pre-school children in a peer group is the upbringing and development of an adequate understanding of the reality of the social motives, their regulatory necessary, as well as the ability to relate themselves with the real dynamics of events (L. V. Lokhvytska – Л. В. Лохвицька) [6; 7].

Thus, the formation of moral and safe skills of the behaviour affects the system of relations of a child to himself and to the other children, to the environment, their personality traits, that is the morality of and compliance with the foundations of security. Being in a group of peers in a preschool educational institution, they have developed the ability to identify, fixed moral feelings of the character and quality. Jobs for teachers – to cultivate the positive and eliminate the negative (such as lying, conflict, aggression, etc.).

In the formation of moral and safe skills of behaviour, there are two levels: the first is the personal meaning, or the level of personal growth, which is determined by the quality of semantic relations of the child with peers and adults; the second – individually-psychological, the essence of which consists in the ability of the child to build adequate communication and activity, realizing the stated purpose. On the basis of analyzed, we can highlight the following factors influencing the formation of moral and safe skills of the behaviour of children in the preschool age: taking responsibility for its activities; the subordination of the generally accepted moral norms; the awareness of his own choice act and its consequences; the encouragement of children to self-evaluation, development of the adequacy of the cognitive and protective components of the analysis of own activity; resolution of conflicts of the inner world and the achievement of the integrity of the «Self» in the interest of generally accepted rules of morality; development of the ability to understand, hear and accept other. Working with preschool children, it is necessary to take into account that, for them, is characterized by individual adapt-

ability to the requirements and social environment, and the preservation of positive well-being, providing psychologically comfortable stay in a peer group. That is, it is important to know, in what mood the pupils, as participant children's activities, the number and quality of interpersonal relations between the children.

Conclusion/Ending. It is the preschool age that is considered to be a sensitive period for the educational actions implementation in various developmental areas, including the moral ones as well. Organization of the moral education should guide the development of the subjective world of the

child to social and moral values adoption and at the same time develop creative independence in solving complex moral issues in accordance with accepted social norms. Throughout the preschool childhood children objectively evaluate other than themselves. By the end of the preschool age arises an important tumor – awareness of their behaviour («Self»-moral and safety skills) and creation on this basis of inner position – an understanding of the child of the different nature of the relationship of people to him and the desire to take a certain position among adults and peers.

References:

1. Korzeniowski L. F. *Securitologia* / Leszek Frederik Korzeniowski. – Krakow, EAS, AMS Grafix, 2008. – 311 s.
2. Reitšpn J. S. Proces projektovania bezpečnostných systémov / Josef S. Reitšpn // *Securitologia*. – 2010. – № 1(11). – С. 206-214.
3. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / наук. кер. А. М. Богуш; авт. кол.: Богуш А. М., Беленька Г. В., Богінч О. Л. та ін. – К., 2012. – Спецвип. журн. «Вихователь-методист дошкільного закладу». – 30 с.
4. Коженевські Л. Ф. Безпека життєдіяльності – сек'юритологія. Проблеми. Завдання. Шляхи вирішення / Л. Ф. Коженевські, Я. О. Серіков. – Харків: ХНАМГ, 2012. – Ч. 1-2. – 382 с.
5. Кузьменко А. М. Дуализм объекта исследования – основа теории безопасности / Кузьменко Анатолий М., Януш Александр С. // *Securitologia*. – 2010. – № 1(11). – С. 92-103.
6. Лохвицька Л. В. Програма з морального виховання дітей дошкільного віку «Скарбниця моралі» / Л. В. Лохвицька. – Тернопіль: Мандрівець, 2014. – 128 с.
7. Лохвицька Л. В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку «Про себе треба знати, про себе треба дбати» / Л. В. Лохвицька. – Тернопіль: Мандрівець, 2014. – 120 с.
8. Про дошкільну освіту: Закон України. – К.: Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2001. – 56 с. (С. 4-33).
9. Хьелл Л. А. Теории личности / Хьелл Лари А., Зиглер Дэниел Дж. – СПб.: Питер, 2004. – 607 с.

Лохвицька Л.В.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ «Я»-МОРАЛЬНОГО І БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ В ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Анотація

У статті представлено опис теоретичного аналізу процесу формування у дітей дошкільного віку етичних норм і правил безпечної поведінки. Розкрито сутність інтерпретації концепції «Я»-моральне і особливості цього явища в дошкільному віці щодо власної безпеки дошкільника. Проаналізовано психологічні наукові підходи формування «Я»-морального в дитячому портреті в контексті безпеки життєдіяльності. Схарактеризовані вікові особливості оволодіння дітьми навичками морально-безпечної поведінки в дошкільні роки. Підкреслюється значення морального виховання у розвитку особистості дитини дошкільного віку.

Ключові слова: особистість, діти дошкільного віку, «Я»-моральне, безпека, норми, вміння, поведінка, моральне виховання.

Лохвицкая Л.В.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ «Я»-НРАВСТВЕННОГО И БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация

В статье представлено описание теоретического анализа процесса формирования у детей дошкольного возраста этических норм и правил безопасного поведения. Раскрыта сущность интерпретации концепции «Я»-нравственное и особенности этого явления в дошкольном возрасте относительно собственной безопасности дошкольника. Проанализированы психологические научные подходы формирования «Я»-нравственного в детском портрете в контексте безопасности жизнедеятельности. Охарактеризованы возрастные особенности овладения детьми навыками нравственно-безопасного поведения в дошкольные годы. Подчеркивается значение нравственного воспитания в развитии личности ребенка дошкольного возраста.

Ключевые слова: личность, дети дошкольного возраста, «Я»-нравственное, безопасность, нормы, умения, поведение, нравственное воспитание.

ЗБЕРЕЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ ШЛЯХОМ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Миздренко О.М.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У даній статті обґрунтовано необхідність пошуку педагогічних умов та шляхів розв'язання проблеми виховання здорового способу життя учнів 7-8 класів. Зокрема підкреслено, що важливим і перспективним є завдання збереження, зміцнення здоров'я учнів, як за допомогою організації здійснення особистісно орієнтованого педагогічного процесу, з урахуванням основних валеологічних принципів, так і виховання відповідального ставлення до власного здоров'я як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Визначено, що важливим у формуванні здорового способу життя є дотримання його складових: раціонального харчування, рухової активності, добового режиму, психоемоційного стану, відсутності шкідливих звичок, соціального і духовного здоров'я. Представлено результати анкетування серед підлітків стосовно сформованості здорового способу життя, які засвідчили про наявність різномірних груп школярів залежно від їх знань і уявлень про здоровий спосіб життя. Встановлено, що до здоров'язбережувальних технологій у загальноосвітньому навчальному закладі відносяться методи спрямовані на поліпшення здоров'я, профілактику захворювань і методи корекції функціонального стану школярів.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, фізичне, психічне, соціальне та духовне здоров'я, профілактика захворювань.

Постановка проблеми. Серед життєвих цінностей сучасної людини перше місце посідає цінність життя і здоров'я. Останніми десятиліттями світова наука зараховує проблему здоров'я, в широкому розумінні цього поняття, до кола глобальних проблем, розв'язання яких зумовлює характеристики майбутнього розвитку людства, та й навіть сам факт подальшого існування його як біологічного виду.

Сьогодні здоров'я розглядається, як стан повного фізичного, духовного, психічного та соціального благополуччя людини. Знайти своє місце в мінливому світі, виявити здібності, мати життєву перспективу, стати корисною суспільству може тільки та людина, яка фізично розвинена, соціально адаптована, психічно зрівноважена, має духовну основу.

Здоров'я є елементом індивідуальної культури життєдіяльності людини. Ця культура визначається рівнем розвитку вмінь та навичок, що сприяють збереженню, зміцненню та відновленню здоров'я людини, реалізації з цією метою внутрішніх резервів її організму. Культура здоров'я відбивається у специфічних формах і способах життєздатності особистості, які виробляються починаючи з раннього дитинства і реалізуються протягом усього життя.

Низький рівень здоров'я молоді сьогодні має низку конкретних причин. Серед усіх чинників, які так чи інакше впливають на стан і фізичного і психічного здоров'я населення й зокрема молоді, найважливішою є поведінка. Цей показник переверщує вплив спадковості, навколишнього середовища та якості медичної допомоги [1, с. 10].

Найважчі хвороби в сучасних розвинутих країнах пов'язані з індивідуальними звичками, особливо постійними, які в сукупності часто називають способом життя. Поведінка людини дуже важлива для здоров'я, впливає на нього безпосередньо, через спосіб життя, або опосередковано – через економічні чи соціально економічні умови, і є основною детермінантою здоров'я. Щоб вплинути на поведінку людини необхідні зусилля як її самої, так і сім'ї та суспільства.

Життєві пріоритети особистості формуються в школі, і від того, якими вони будуть, залежить майбутнє дитини і країни вцілому.

Серед пріоритетних напрямів, визначених Національною доктриною розвитку освіти, є «пропаганда здорового способу життя, стимулювання у молоді прагнення до здорового способу життя».

Завданням кожного начального закладу має бути забезпечення здорового способу життя всього шкільного колективу, завдяки створенню такого середовища, яке б сприяло зміцненню здоров'я всіх його членів [1, с. 11].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми здоров'я і здорового способу життя учнівської молоді та умови їх оптимізації стали предметом дослідження філософів, медиків, психологів, педагогів. Теоретико-методологічні засади цих питань сформульовано у працях І.Н. Смирнова, Л.П. Сущенко та ін., питання формування здорового способу життя з позицій медицини розкрито в роботах М.М. Амосова, Н.В. Артамонова, В.С. Язловецького та ін.; психолого-педагогічні аспекти виховання здорового способу життя дітей і молоді розглянуті в дослідженнях Т.Є. Бойченко, Г.П. Голобородько, Т.Ю. Круцевич.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Освіта та здоров'я є взаємодоповнюючими компонентами успішного повсякденного буття дітей та молоді. Результати різноманітних досліджень дозволяють стверджувати, що традиційна система освіти більшою мірою орієнтована на здобуття знань та інформації, а формування життєвих умінь і навичок недостатнє, рівень підготовки дітей до самостійного життя не відповідає сучасним вимогам. Підліткам потрібні не лише знання, а й життєві навички, що допомагають робити життєвий вибір, досягати цілі, коригувати поведінку, оцінювати ризики, зберігати і покращувати здоров'я та якість життя [3, с. 106].

Соціально-економічні перетворення в Україні, глобальна екологічна криза актуалізували проблему збереження фізичного, психічного, ду-

ховного і соціального здоров'я підростаючого покоління. Це поставило перед загальноосвітньою школою завдання створення таких умов розвитку учнів, які б сприяли утвердженню здорового способу життя, гармонізації їх взаємин з довкіллям [4, с. 56].

Проблема формування здорового способу життя охоплює широкий спектр питань. Але необхідність збереження здоров'я і запобігання його руйнації потребує всебічного і комплексного вивчення всіх можливих форм вкорінення в систему освіти формування здорового способу життя. Школа, трудові колективи, сім'я – найефективніші інституції формування здорового способу життя та культури здоров'я дітей та молоді – недостатньо використовують свої можливості через брак практичного досвіду та нерозробленість відповідних виховних технологій.

Необхідність пошуку педагогічних умов та шляхів розв'язання цієї проблеми й зумовили вибір теми дослідження – збереження індивідуального здоров'я підлітків шляхом формування навичок здорового способу життя.

Мета статті – узагальнити досвід роботи вчителів щодо формування здорового способу життя учнів основної школи у процесі виховання.

Виклад основного матеріалу. Формування здорового способу життя – складний, багатограничний процес, що потребує спільних зусиль якомога більшої кількості людей, різних організацій, і передовсім – відповідної державної політики. Одночасно формування здорового способу життя є науково-практичною дисципліною зі своєю теорією, методологією, методикою і засобами.

Найбільш ефективний спосіб втілення світоглядних цінностей здоров'я в свідомість населення – це ініціація з боку органів державної влади і місцевого самоврядування різноманітних локальних проектів, обмежених місцевими масштабами, зокрема масштабами первинних адміністративно-територіальних структур і окремих організацій. Такі проекти, якщо вони розроблені і впроваджуються з урахуванням основних положень теорії і практики формування здорового способу життя, можуть бути достатньо ефективними, незважаючи на певну нестачу ресурсів, що має місце сьогодні в Україні [2, с. 8].

Формування здорового способу життя через систему шкільної освіти потребує знання і дотримання нормативно-правової бази, низка наказів Міністерства освіти і науки свідчить про постійну увагу із зазначеної проблеми.

Аналіз нормативно-правової бази формування ЗСЖ показав, що вона відповідає сучасним вимогам.

Ефективність процесу виховання в підлітків здорового способу життя залежить від педагогічних умов: здійснення особистісно орієнтованого підходу; реалізації суб'єкт-суб'єктної парадигми виховання, яка розглядає формування здорового способу життя як взаємодію, співпрацю та співтворчість зацікавлених сторін; дотримання принципу природовідповідності, врахування типологічних, вікових і статевих особливостей школярів; здійснення навчально-виховного процесу на засадах діагностичного підходу, який передбачає вивчення рівнів пізнавальної активності, навченості, фізичного розвитку, здатності

до навчання і самовдосконалення; інтегрованого підходу, взаємопроникнення і взаємодоповнення освітніх ланок за змістом і педагогічними технологіями, що сприяє формуванню у підлітків цілісного уявлення про фізичну культуру особистості, здоров'я і здоровий спосіб життя; впровадження нових технологій виховання, сучасних підходів до підбору засобів, методів і способів організації діяльності школярів на засадах здорового способу життя; оптимального поєднання методів виховання здорового способу життя з впливом на свідомість, почуття і волю школярів; цілеспрямованого формування у підлітків знань і умінь самопізнання, саморозвитку й підвищення резервів свого здоров'я засобами фізичної культури; дотримання єдності й наступності педагогічних вимог, впливів і оцінок у процесі виховання здорового способу життя підлітків [5, с. 7].

Нами було проведено опитувально-експериментальне дослідження у Переяслав-Хмельницькій гімназії. Проведено анкетування учнів 8-х класів в кількості 40 осіб. Дослідження стосовно рівня сформованості ЗСЖ у дітей підліткового віку показало, що більшість учнів класу схильні дотримуватися провідних принципів ЗСЖ, але реалізують їх не завжди послідовно і постійно, так всього лише 10% учнів роблять вранці зарядку щодня, а 35% – лише іноді, також 55% учнів зарядку не роблять зовсім. Це говорить про те, що установка на самовдосконалення присутня лише у меншості учнів досліджуваного класу.

Таким чином, на основі результатів аналізу анкет можна виділити різнорівневі групи учнів залежно від їх знань і уявлень про здоровий спосіб життя:

Перша група підлітків, що володіє високим рівнем, характеризується наявністю знань про здоров'я як фізичному, психічному і моральному благополуччю, як про здатність до саморозвитку потенціалів власного організму і особистості, про ЗСЖ як сукупності форм і способів життєдіяльності, що дають можливість особистості всебічно розвиватися і вдосконалюватися. Вони регулярно включають у свою життєдіяльність основні елементи здорового способу життя.

Друга група підлітків, що відноситься до середнього рівня, характеризується частково сформованою мотивацією на ведення ЗСЖ. Учні розуміють важливість і необхідність збереження здоров'я, але реальні практичні дії вчиняють зазвичай у присутності інших дітей, за настроєм, за наполяганням дорослих, тобто у них відсутня особиста зацікавленість у веденні ЗСЖ.

Третя група підлітків відноситься до поверхневого рівня – це діти з фрагментарним ставленням до ЗСЖ, неповними і не системними знаннями та вміннями в цій області. В основних поняттях орієнтуються на силу, знання в основному побутового характеру, придбані стихійно, не завжди відповідають реальності, інтересу до власного ЗСЖ майже не проявляють.

У відповідності з виділеними рівнями учнів досліджуваного класу можна розподілити таким чином: високому рівню учнів відповідає 40% учнів класу, середнього рівня 40% учнів, до поверхневого рівня 20% учнів.

Необхідно додати, що в результаті вище наведеного анкетування ми виявили не тільки рівень

знань і уявлення дітей про ЗСЖ, а й готовність до ведення власного здорового способу життя, стану здоров'я учнів.

Таким чином, отримані матеріали вказують на необхідність виховання в учнів потреб у здоров'ї, формування у них систематизованих знань і уявлень про сутність ЗСЖ і вироблення індивідуального способу, валеологічного обґрунтованого поведіння з допомогою позакласної роботи.

Дослідження з метою антиалкогольної спрямованості серед підлітків виявило, що досліджувані досить добре ознайомлені з наслідками впливу алкоголю на організм.

Дослідження якості і раціональності харчування школярів підліткового віку показало, що режим харчування школярів не відповідає принципам раціонального харчування. В раціоні харчування школярів переважають продукти тваринного походження, школярі надають більшу перевагу хлібобулочним виробам, картоплі, молочним продуктам, фруктам, менше вживають овочів. Така якість харчування школярів може спричинити порушення з боку шлунково-кишкового тракту.

Отже для збереження та зміцнення здоров'я необхідні рухова активність, повноцінне харчування, дотримання режиму праці, відсутність шкідливих звичок. Змушувати людину вести здоровий спосіб життя неможливо, однак прищеплювати, виховувати культуру здоров'я потрібно.

Під час розробки методів здоров'язбереження в загальноосвітніх закладах слід дотримуватися наступних педагогічних умов: мотиваційного забезпечення здоров'язбережувальної діяльності учня, що ґрунтується на пізнавальній активності, діалогічності, креативності, практичній значущості цієї діяльності для кожного суб'єкта та вільному виборі його позиції; використання

у процесі реалізації навчально-виховних цілей шкільної освіти предметного поля дисциплін циклу природничо-наукової, професійної і практичної підготовки, зміст яких становить методологічне, теоретичне і прикладне підґрунтя формування, збереження і зміцнення здоров'я учнів; орієнтація у навчально-виховному процесі на пріоритетність гуманістичних цінностей, демократизму, індивідуалізації, самопізнання та саморозвитку; цілісність, безперервність процесу формування здоров'я учнів в умовах шкільної освіти; методи оцінювання, самоконтролю і відновлення розумової працездатності під час навчальних занять [5, с. 12].

До методів спрямованих на зміцнення здоров'я школярів слід віднести: методи відновлення розумової діяльності у вільний час; методи поліпшення стану психічного здоров'я і зменшення нервового напруження; загальнозміцнювальні практики підвищення стійкості до дистресів (стресів, що мають негативні для здоров'я наслідки) [7, с. 54].

Висновки і пропозиції. На основі вищевикладеного, слід підкреслити, що перед педагогами стоїть завдання формування позитивного ставлення в учнів до здоров'я, прогнозування схильностей учнів через спілкування з ними, ознайомлення з умовами життя дитини, з'ясування особливостей сімейного виховання.

Підлітковий вік є дуже складним, оскільки в цей час в розвитку дитини відбувається перехід від дитинства до юності у фізичному, психічному і соціальному відношеннях. Тому для досягнення високих показників ефективності формування здорового способу життя потрібно правильно організувати просвітницьку діяльність і враховувати психолого-педагогічні і фізичні особливості учнів.

Список літератури:

1. Желева О. І. Формування навичок здорового способу життя: метод посіб. – Золотоноша, 2014. – 147 с.
2. Кобута І. Спільна діяльність школи, сім'ї, правоохоронних органів, медичних установ, спрямована на профілактику та подолання шкідливих звичок та захворювання на СНІД / І. Кобута // Позакласний час. – 2000. – № 3. – С. 8.
3. Кузьменко В. Ю. Виховання у підлітків позитивного ставлення до здорового способу життя / В. Ю. Кузьменко // Наукові записки. Психолого-педагогічні науки. – Ніжин, 2002. – № 4. – С. 102-104.
4. Мельник С. В. Теоретичні основи формування у підлітків здорового способу життя / С. В. Мельник // Теоретико-методичні проблеми навчання і виховання: Зб. наук. праць. – К.: Фенікс, 2000. – С. 56-60.
5. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе / [Под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина]. – М.: Просвещение, 2005. – 64 с.
6. Новицька О. В. Рухова активність у системі здорового способу життя підлітків / О. В. Новицька // Теорія і практика фізичного виховання. – 2001. – № 12. – С. 76-82.
7. Оржеховська В. М. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя дітей і молоді. – К., 2002. – 376 с.

Мыздренко О.Н.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

СОХРАНЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ ПУТЕМ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация

В данной статье обоснована необходимость поиска педагогических условий и путей решения проблемы воспитания здорового образа жизни учащихся 7-8 классов. В частности подчеркнуто, что важным и перспективным является задача сохранения, укрепления здоровья учащихся как посредством организации осуществления лично ориентированного педагогического процесса, с учетом основных валеологических принципов, так и воспитание ответственного отношения к собственному здоровью как к наивысшей индивидуальной и общественной ценности. Определено, что важным в формировании здорового образа жизни является соблюдение его составляющих: рационального питания, двигательной активности, суточного режима, психоэмоционального состояния, отсутствие вредных привычек, социального и духовного здоровья. Представлены результаты анкетирования среди подростков относительно сформированности здорового образа жизни, которые засвидетельствовали наличие разноразных групп школьников в зависимости от их знаний и представлений о здоровом образе жизни. Установлено, что к здоровьесберегающим технологиям в общеобразовательном учебном заведении относятся методы направленные на улучшение здоровья, профилактику заболеваний и методы коррекции функционального состояния школьников.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, физическое, психическое, социальное и духовное здоровье, профилактика заболеваний.

Myzhdrenko O.N.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Scovoroda

SAVING OF INDIVIDUAL HEALTH OF TEENAGERS BY FORMATION OF SKILLS OF THE HEALTHY LIFESTYLE

Summary

In this article need of search of pedagogical conditions and solutions of a problem of education of a healthy lifestyle of pupils of 7-8 classes is proved. In particular it is emphasized that an important and perspective is a task of saving, strengthening of health of pupils, as by means of the organization of implementation of personally oriented pedagogical process, taking into account the basic valeological principles, and education of a responsible attitude to own health as to the supreme individual and social value. It is defined that important in formation of a healthy lifestyle is the observance of its components: balanced diet, physical activity, daily mode, psycho-emotional state, lack of addictions, social and spiritual health. Results of questioning among teenagers on formation of a healthy lifestyle which have testified existence the multi-level groups of school students depending on their knowledge and ideas of a healthy lifestyle are presented. It is established that according to the health saving technologies in general education educational institution methods belong are directed to improvement of health, prevention of diseases and methods of correction of a functional condition of school students.

Keywords: healthy lifestyle, physical, mental, social and spiritual health, prevention of diseases.

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ДО ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Онищенко Н.П., Лиховид О.Р.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

У статті досліджено педагогічні проблеми підготовки майбутніх учителів до збереження здоров'я учнів та студентів; розглянуто педагогічні аспекти застосування здоров'язбережувальної педагогіки у навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів. На основі аналізу наукових джерел розкрито сутність понять «інноваційна діяльність», «здоров'язбережувальна технологія», подано різні класифікації здоров'язбережувальних технологій. Розкрито особливості застосування здоров'язбережувальних технологій у системі підготовки майбутніх учителів до інноваційної діяльності. Зазначено, що погіршення стану здоров'я студентської та учнівської молоді є актуальною проблемою сучасності та пов'язане з низьким рівнем їхньої культури здоров'я як світоглядної орієнтації, недостатньо повним, регулярним та вчасним медичним обстеженням, безвідповідальним ставленням самих студентів до свого здоров'я, недостатнім впровадженням здоров'язбережувальних заходів у навчально-виховний процес вищої педагогічної школи, відсутністю належної уваги викладачів до збереження здоров'я студентів.

Ключові слова: інноваційна діяльність, здоров'язбережувальна педагогіка, здоров'язбережувальні технології, збереження здоров'я учнівської та студентської молоді, підготовка майбутніх учителів.

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку України проблема охорони здоров'я підростаючого покоління є актуальною та соціально значущою. Оскільки надто високою у нашій країні є передчасна смертність населення; помітним є високий рівень захворюваності молоді на тлі значного поширення чинників ризику, зокрема, тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотиків, поширення епідемій туберкульозу і ВІЛ/СНІДу. Зростає кількість серцево-судинних захворювань серед молоді. За дослідженнями науковців основними причинами зниження рівня здоров'язбереження студентів ВНЗ в умовах освітнього процесу є нерациональна організація навчального процесу, невідповідність методів і методик навчання їх віковим та індивідуальним особливостям, низька ефективність фізкультурно-оздоровчої роботи, завищені навчальні навантаження, шкідливі звички. Тому ефективність навчально-виховного процесу вищої педагогічної школи має визначатися не лише формуванням професійної компетентності студентів, а й створенням надійних соціальних орієнтирів для розвитку здатності майбутніх учителів до інноваційної діяльності в умовах збереження здоров'я учнів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема здоров'я досить ґрунтовно вивчалась у педагогічній, медичній, культурологічній літературі (М. Антропова, А. Баранов, Ю. Жилов, Н. Матвеева, Г. Апанасенко, О. Дубогай, Т. Круцевич, А. Сухарев, А. Хрипкова, Ю. Шапран та ін.). Питання формування культури здоров'я та застосування здоров'язбережувальної педагогіки вивчали В. Бабаліч, В. Бабич, О. Багнетова, В. Горащук, М. Гриньова, В. Кириленко, В. Клімова, Г. Кривошеєва, О. Маркова, В. Оржеховська, Л. Татарнікова, А. Турчак, В. Язловецький та ін. Однак, незважаючи на значну кількість досліджень, які присвячені підготовці майбутніх учителів до збереження здоров'я дітей та молоді, означена проблема є актуальною і потребує детального розв'язання у контексті застосування здоров'язбережувальних технологій у системі підготовки майбутніх учителів до інноваційної діяльності.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є розкриття сутнісних характеристик здоров'язбережувальних технологій у системі підготовки майбутніх учителів до інноваційної діяльності.

Виклад основного матеріалу. На сучасному етапі інтеграції України у світове європейське товариство, реформаційних перетворень здоров'я громадян є одним із важливих складників національного розвитку. Актуальність такої діяльності в країнах Європейського Союзу прописана у низці нормативно-правових документах щодо сприяння здорового способу життя («Оттавська хартія за здоровий спосіб життя» (1986), Джакартська декларація з питань пропаганди здорового способу життя (1997) тощо). Аналіз зарубіжного досвіду свідчить про наявність і розробку освітніх здоров'яформувальних програм, які мають соціальну значущість і результативність (Е. Broun, S. Gastley, I. Martin, R. Paffenberger, A. Paul, T. Weil та ін.). Наприклад, в США і країнах Європи ще в 50-х роках ХХ століття з'явився прогресивний напрям «Health education» («Навчання здоров'ю»), де основною ідеєю є втілення в освітні програми основ знань про здоров'я, формування потреби в здоровому способі життя. У США функціонує кілька великих науково-дослідних центрів, що вивчають проблеми формування здоров'я через освіту (S. Gastley, I. Martin); створена значна кількість програм («Віра в здоров'я» (L. Katrun), програма навчання здоров'ю та здоровому способу життя для дітей спортсменів (E. Ruth) тощо).

У Канаді, Великій Британії, Франції піклування про здоров'я є складовою національної політики, про що свідчать державні програми здоров'я і національні інформаційні огляди про стан здоров'я. Їхня реалізація можлива тому, що населенням усвідомлюється: ступінь здоров'я залежить від ставлення до нього на державному й особистісному рівні. Відомі факти зі світової практики про зниження росту серцево-судинних і онкологічних захворювань (США), тютюнозалежності і зменшення вживання алкоголю (Фінляндія), зниження росту злочинності й кількості абортів (Нідерланди).

ди, Швеція) завдяки формуванню належної мотивації до здорового способу життя [8].

У 90-ті роки ХХ ст. Всесвітня організація охорони здоров'я спільно з Європейською комісією і Радою Європи розробили нову ініціативу щодо створення мережі шкіл, що сприяють зміцненню здоров'я учнів. Це багатофакторний підхід, що охоплює такі напрями діяльності як набуття знань і навичок у галузі охорони здоров'я на шкільних заняттях, зміна соціального і фізичного середовища в школах і розвиток зв'язків із суспільством загалом. Нині ця мережа охоплює понад 40 країн Європейського регіону. Д. Алєнсворт зазначив, що, окрім європейського проекту, існують програми шкіл зміцнення здоров'я, які інвестуються ВООЗ і на інших континентах. Цей проект спрямований на створення такої моделі освітньої установи, в якій учні можуть здобути освіту відповідно до державних освітніх стандартів і реалізувати свої здібності, сформувати ціннісні орієнтації на здоровий спосіб життя [1].

На пріоритетності проблеми здоров'язбереження наголошується у Національній стратегії розвитку освіти України на 2012-2021 рр., Законі України про «Про вищу освіту» (2014) та інших нормативних документах. Зокрема, зазначено, що потреба у здоров'ї є основоположною в системі життєвих цінностей кожної людини, без задоволення якої не можлива самоактуалізація особистості. Перш за все, це стосується майбутніх педагогів, які покликані сприяти вирішенню проблеми здоров'я нації та змін у суспільстві, у житті людей, сімей, надавати можливість людям якомога повніше розвивати власний потенціал, збагачувати своє життя.

Томау збереження та зміцнення здоров'я молоді є одним із головних завдань соціальної програми нашої держави. Пріоритетним є соціальне замовлення на педагога, який володіє здоров'язбережувальними технологіями навчання і виховання, здатний організувати інноваційну діяльність в умовах здоров'язбережувального освітнього процесу та розвивати здоров'язбережувальну компетентність учнів.

Зазначимо, що в останні роки у психолого-педагогічній літературі все частіше зустрічається термін «інноваційна спрямованість діяльності» або «інноваційна діяльність». Розглянемо деякі тлумачення цього поняття. Зазначений термін науковець Г. Ілляхінська трактує як процес створення, розповсюдження і застосування продуктів і технологій, що володіють науково-дослідною новизною і задовольняють нові суспільні потреби. Інноваційну діяльність Л. Ващенко розглядає як такий вид діяльності, що пов'язаний із трансформацією ідей (результатів наукових досліджень і розробок, педагогічних ініціатив) у новий або вдосконалений продукт, поширений в освітньому середовищі; у новий або вдосконалений технологічний процес, що використовується в практичній діяльності; або в новий підхід до забезпечення соціальних потреб [2]. Актуальною є думка Ю. Завалєвського, який інноваційну діяльність розуміє як оновлення педагогічного процесу, впровадження новостворених у традиційну систему, що передбачає досягнення найвищого ступеня педагогічної творчості. Автор зазна-

чає, що головними особливостями інноваційної педагогічної діяльності є особистісний підхід, творчий, дослідно-експериментальний характер, стійка мотивація на пошук нового в організації навчально-виховного процесу [7].

На думку І. Дичківської, характерною особливістю інноваційної діяльності в педагогічній сфері є те, що інноваційна діяльність як складний і багатоплановий феномен, своїм змістом охоплює: процес взаємодії індивідів, що спрямований на розвиток, перетворення об'єкта й переведення його в якісно новий стан; системну діяльність щодо створення, освоєння та застосування нових засобів; особливий вид творчої діяльності, що об'єднує різноманітні операції і дії, спрямовані на набуття нових знань, технологій, систем [5].

О. Мандражи зазначає, що тільки інноваційна за сутністю освіта може виховати людину, яка живе за сучасними інноваційними законами глобалізації, є всебічно розвиненою, самостійною, самодостатньою особистістю, керується власними знаннями і переконаннями [8]. Тому інноваційну діяльність розуміємо як впровадження у навчально-виховний процес нововведень, новітніх розробок, педагогічних ініціатив, сучасних технологій, які забезпечують ефективність педагогічної практики.

У вищому навчальному закладі різновидом інноваційної діяльності може бути впровадження здоров'язбережувальної педагогіки, яка спрямована на створення різних моделей сприяння здоров'ю, впровадження інноваційних педагогічних технологій з метою збереження і зміцнення здоров'я учнів та студентів. Зазначимо, що термін «здоров'язбереження» науковці тлумачать як педагогічний феномен, що характеризує системну спрямованість зусиль усіх суб'єктів освітнього процесу на забезпечення фізичного, психічного, духовного й соціального благополуччя учнів. На думку Л. Тихомирової найважливішим у характеристиці будь-якої технології, яка реалізовується в освітній установі, є те, наскільки вона зберігає здоров'я учнів, тобто чи є вона здоров'язбережувальною. Науковець І. Єрохіна визначає поняття «здоров'язбережувальні технології в освіті» як сукупність форм, засобів і методів, спрямованих на досягнення оптимальних результатів у підтримці фізичного, психічного, етичного й соціального благополуччя людини, у формуванні здорового способу життя. О. Ковальова – як засіб організації й послідовних дій у навчально-виховному процесі, реалізації освітніх програм на основі всебічного урахування особливостей індивідуального здоров'я учнів, особливостей їх вікового, психофізичного, духовно-етичного стану й розвитку. М. Степанова характеризує поняття «здоров'язбережувальні технології» як такі педагогічні технології навчання, що ґрунтуються на: вікових особливостях пізнавальної діяльності дітей; навчанні на оптимальному рівні складності; варіативності методів і форм навчання; оптимальному поєднанні рухових і статичних навантажень; навчанні в малих групах; використанні наочності й поєднанні різних форм надання інформації; створенні емоційно сприятливої атмосфери; формуванні позитивної мотивації до навчання («педагогіка успіху»); на культивуванні у школярів знань із питань здоров'я.

Науковець Л. Гаращенко обґрунтовує сутність поняття «здоров'язбережувальна технологія» як послідовну цілеспрямовану систему взаємодії суб'єктів педагогічного процесу, що включає науково обґрунтовані форми, методи, способи формування і збереження здоров'я, сукупність психолого-педагогічних методів і прийомів роботи з дітьми, підходів до реалізації проблем, пов'язаних із оздоровленням і спрямована на створення умов для збереження і зміцнення здоров'я, а також усвідомлення педагогом цінності власного здоров'я та здоров'я вихованців».

Дослідницею І. Усатовою уточнено поняття «здоров'язбережувальні технології» як цілеспрямована й валеологічно аргументована система педагогічних заходів, які мають на меті збереження, зміцнення й підвищення рівня здоров'я суб'єктів освітньо-виховного процесу, формування культури здорового та безпечного способу життя учнів, прищеплення інтересу до активної рухової (фізкультурної) діяльності [12].

Таким чином, теоретико-методологічний аналіз сучасних підходів до визначення поняття «здоров'язбережувальні технології» дає підстави тлумачити зазначений термін як оптимальне поєднання традиційних технологій навчання із сукупністю методів, засобів і форм організації навчально-виховної роботи, завдяки застосуванню яких створюються умови для формування, збереження та зміцнення здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Щодо класифікації здоров'язбережувальних технологій, то О. Ващенко технології збереження здоров'я диференціює за такими типами: здоров'язбережувальні (технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям організму); оздоровчі (технології, що спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я, підвищення потенціалу здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія); технології навчання здоров'ю (гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, ставе виховання); виховання культури здоров'я (виховання особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини) [3, с. 3].

Серед здоров'язбережувальних технологій, які використовуються в системі освіти, дослідник Н. Смірнов пропонує виділити декілька груп, у яких застосовуються різні підходи, форми і методи роботи: медично-гігієнічні, фізкультурно-оздоровчі, екологічні здоров'язбережувальні технології; технології забезпечення безпеки життєдіяльності; здоров'язбережувальні освітні технології. Зокрема, медично-гігієнічні технології спрямовані на забезпечення медичної допомоги

в рамках первинної та вторинної профілактики; контроль за належними гігієнічними умовами; проведення щеплень, надання консультативної і невідкладної допомоги у медичному кабінеті; моніторинг динаміки здоров'я школярів; профілактичні заходи напередодні епідемій (наприклад, грипу); створення в школі стоматологічного, фізіотерапевтичного й інших медичних кабінетів; контроль проведення занять з лікувальної фізичної культури, організація фітобарів тощо.

Фізкультурно-оздоровчі технології спрямовані на фізичний розвиток учнів, реалізуються на уроках фізичної культури і в роботі спортивних секцій. Екологічні здоров'язбережувальні технології спрямовані на створення природовідповідних, екологічно оптимальних умов життя і діяльності людей, гармонійних взаємин з природою тощо. Технології забезпечення безпеки життєдіяльності спрямовані на збереження життя й забезпечуються завдяки вивченню учнями дисципліни «Основи безпеки життєдіяльності», майбутніми вчителями – курсів «Безпека життєдіяльності людини», «Основи охорони праці», «Цивільний захист».

Здоров'язбережувальні освітні технології поділяють на три підгрупи: організаційно-педагогічні, що визначають структуру навчального процесу, яка сприяє запобіганню стану перевтоми, гіподинамії і інших дезадаптаційних станів школярів; психолого-педагогічні – пов'язані з безпосередньою роботою вчителя на уроці, дію, яку він надає на учнів; із психолого-педагогічним супроводом усіх елементів освітнього процесу; навчально-виховні – включають програми з формування культури здоров'я учнів, розвиток мотивації до здорового способу життя, попередження шкідливих звичок, освіти батьків тощо [11].

Також здоров'язбережувальні технології за характером діяльності основних суб'єктів поділяють на вузькоспеціалізовані та комплексні. До вузькоспеціалізованих належать: медичні (технології профілактики захворювань, корекції і реабілітації соматичного здоров'я, санітарно-гігієнічної діяльності); освітні (що сприяють збереженню здоров'я в процесі навчання і виховання); соціальні (технології організації здорового способу життя, профілактики і корекції девіантної поведінки); психологічні (технології профілактики і психокорекції психічних відхилень особистісного та інтелектуального розвитку). До комплексних здоров'язбережувальних технологій належать технології комплексної профілактики захворювань, корекції та реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі і валеологічні); педагогічні технології, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я; технології, що формують здоровий спосіб життя [10].

З урахуванням залучення студента до навчально-виховного процесу здоров'язбережувальні технології поділяються на: позасуб'єктні (організаційні форми навчально-виховного процесу, засоби формування здоров'язбережувального виховного середовища, методи організації здорового харчування); технології, які характеризуються пасивною участю індивіда (фітотерапія, масаж, вимірювання тиску); технології, що здійснюються за активної позиції студентів (участь у спортивних секціях, програми навчання здорово-

го способу життя, тренінги, виховання культури здоров'я засобами туризму).

Науковець М. Гончаренко пропонує таку класифікацію здоров'язбережувальних технологій: медико-гігієнічні технології (дотримання санітарно-гігієнічних норм, надання повноцінної медичної допомоги суб'єктам навчально-виховного процесу тощо); фізкультурно-оздоровчі технології (загартовування, розвиток в учнів сили, швидкості, гнучкості, витривалості); екологічні здоров'язбережувальні технології (підвищення рівня духовно-етичного здоров'я учнів, формування у них екологічної свідомості та прагнення до збереження навколишнього середовища); технології забезпечення безпеки життєдіяльності (дотримання правил пожежної безпеки, охорони праці, цивільної оборони тощо); лікарсько-оздоровчі технології (реалізація принципів лікувальної педагогіки та лікувальної фізкультури); соціально-адаптуючі й особистісно розвивальні технології (упровадження у навчально-виховний процес програм соціальної та сімейної педагогіки, соціально-психологічних тренінгів для вчителів, учнів і їх батьків); здоров'язбережувальні освітні технології (застосування психолого-педагогічних методів і прийомів, спрямованих на збереження здоров'я дітей і підвищення ефективності навчально-виховного процесу) [4, с. 158].

У контексті підготовки майбутніх учителів до інноваційної діяльності здоров'язбережувальні технології виконують такі функції: формувальну (здійснюється на основі біологічних і соціальних закономірностей становлення особистості, спадкових якостей, що обумовлюють індивідуальні фізичні і психічні властивості); інформативно-комунікативну (забезпечує трансляцію досвіду організації здорового способу життя, спадкоємність традицій, ціннісних орієнтацій, які формують дбайливе ставлення до власного здоров'я і життя); діагностичну (спрямована на моніторинг розвитку студентів на основі прогностичного контролю, порівняння зусиль і дій педагога відповідно до їх природних можливостей); адаптивну (передбачає виховання в студентів налаштованості на здоровий спосіб життя, оптимізацію стану власного організму і підвищення стійкості стресогенним чинникам природного і соціального середовища); рефлексивну (полягає в переосмисленні попереднього особистісного досвіду щодо збереження здоров'я); інтеграційну (об'єднує освітні стандарти у сфері фізичного виховання, інноваційні наукові концепції і системи виховання, народний досвід щодо збереження здоров'я підростаючого покоління).

Зазначимо, що поняття «здоров'язбережувальний» можна віднести до будь-якої інноваційної педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – студентів та учнів. Вибір здоров'язбережувальних технологій залежить від програми діяльності навчального закладу, стану здоров'я вихованців,

їхніх інтересів і вподобань, психологічної готовності викладачів до інноваційної професійної діяльності, самовдосконалення, матеріально-технічного забезпечення, екологічних чинників тощо.

Інноваційне освітнє середовище вищої школи має значний здоров'язбережувальний потенціал, що відображений у змісті багатьох навчальних дисциплін (фізичне виховання, основи медичних знань, основи безпеки життєдіяльності тощо), загальній організації педагогічного процесу, нормуванні навчального навантаження студента. Зазначимо, що інноваційним здоров'язбережувальним технологіям відводиться основне місце в педагогічній системі, бо вони підпорядковані конкретній меті, дають позитивний результат при спільній роботі викладачів та студентів, спрямовані на впровадження нововведень у зміст, методи, форми та засоби навчально-виховної роботи та містять винятково дієві засоби відновлення, підтримки, збереження здоров'я і формування здорового способу життя студентської молоді.

Здоров'язбережувальна діяльність у вищому навчальному закладі повинна спрямовуватися на моніторинг стану здоров'я студентів ВНЗ з урахуванням екологічних, техногенних та соціально-економічних ризиків на основі інноваційних моделей розвитку суспільства; створення і реалізацію програм формування здорового способу життя, профілактики адиктивної та делінквентної поведінки; фізкультурно-оздоровчу та психолого-психотерапевтичну діяльність з метою зміцнення здоров'я студентів і підвищення адаптаційного потенціалу (психологічне консультування, індивідуальна і групова психотерапія, санаторно-курортне лікування); формування готовності вищої школи до здоров'язбережувальної діяльності в освітніх установах. Зазначимо, що у процесі підготовки до інноваційної діяльності винятково значущими для майбутніх учителів є наявність здоров'язбережувальних компетенцій, вміння створювати та ефективно запроваджувати інноваційні технології в навчально-виховний процес.

Висновки і пропозиції. На шляху до професійного зростання майбутній учитель повинен обрати для себе інноваційну діяльність, основними напрямками якої є модернізація продуктивної творчої діяльності у школі і пошук нових форм удосконалення власної професійної компетентності. Здоров'язбережувальна робота ВНЗ повинна спрямовуватися на збереження здоров'я студентів через формування здорового способу життя, виховання культури здоров'я; удосконалення інноваційного технологічного складника підготовки студентів до здоров'язбережувальної діяльності. Стаття не розкриває всіх аспектів окресленої проблеми. Подальшого науково-педагогічного пошуку потребують питання створення здоров'язвивального університетського середовища, вивчення та розповсюдження зарубіжного та регіонального досвіду застосування здоров'язбережувальної педагогіки.

Список літератури:

1. Allensworth D. D. Comprehensive School Health Program: Exploring an Expanded Concept / Allensworth D. D., Kolbe L. J. // J. Sch. Health. – 1987. – 57(10). – P. 409–411.
2. Ващенко Л. М. Інноваційна модель організації навчального процесу в інститутах післядипломної педагогічної освіти: наук.-метод. посіб. / [Ващенко Л. М. та ін.; за наук. ред. Ващенко Л. М.]. – К.: Пед. думка, 2012. – 138 с.

3. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі / Ващенко О., Свириденко С. // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1-6.
4. Гончаренко М. С. Валеопедагогіка у схемах і таблицях: навч. посіб. / М. С. Гончаренко, С. Є. Лупаренко. – Х.: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2013. – 263 с.
5. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології: практикум: навч. посіб. / І. М. Дичківська. – К.: Слово, 2013. – 447 с.
6. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології в системі підготовки майбутніх учителів природничих дисциплін / Єфімова В. М. // Науковий вісник Миколаївського держ. ун-ту імені В. О. Сухомлинського. – 2011. – Вип. 1.33. – С. 131-134.
7. Завалевський Ю. І. Теоретико-методичні засади формування вчителя як конкурентоспроможного фахівця в процесі інноваційної діяльності: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Завалевський Юрій Іванович. – Харків, 2015. – 40 с.
8. Макдональд Х. Європейські школи в довіллі, що змінюється: не втратити можливостей сприяння здоров'ю / Макдональд Х., Зігпю Е. // Екологічне громадське здоров'я: від теорії до практики; переклад: Кунгурцев О. В., Мартинюк О. І., Солоненко Н. Д. та ін. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – С. 170-176.
9. Мандражи О. А. Підготовка вчителів до інноваційної діяльності в системі методичної роботи загальноосвітніх навчальних закладів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Мандражи Оксана Анатоліївна. – К., 2014. – 20 с.
10. Митина Е. П. Здоров'язберегаючі технології сьогодні і завтра / Е. П. Митина // Начальна школа. – 2006. – № 6. – С. 56-59.
11. Смирнов Н. К. Здоров'язберегаючі образовальні технології в сучасній школі / Смирнов Н. К. – М.: АПК і ПРО, 2002. – 121 с.
12. Усатова І. А. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до реалізації здоров'язбережувальних технологій у спеціальних медичних групах: навч.-метод. посіб. / І. А. Усатова. – Черкаси: Видавець Чабаненко Ю. А., 2014. – 128 с.

Онищенко Н.П., Лиховид Е.Р.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЮЩІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ІННОВАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Анотація

В статті досліджені педагогічні проблеми підготовки майбутніх учителів до збереження здоров'я учнів та студентів; розглянуті педагогічні аспекти застосування здоров'язберегаючої педагогіки в навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів. На основі аналізу наукових джерел розкрито сутність понять «інноваційна діяльність», «здоров'язберегаюча технологія», представлені різні класифікації здоров'язберегаючих технологій. Розкрито особливості застосування здоров'язберегаючих технологій в системі підготовки майбутніх учителів до інноваційної діяльності. Зазначено, що погіршення стану здоров'я студентської та учнівської молоді є актуальною проблемою сучасності і пов'язано з низьким рівнем їх культури здоров'я, недостатньо повним, регулярним і своєчасним медичним обстеженням, безвідповідальним ставленням самих студентів до свого здоров'я, недостатнім впровадженням здоров'язберегаючих заходів в навчально-виховний процес вищої педагогічної школи, відсутністю належної уваги викладачів до збереження здоров'я студентів.

Ключові слова: інноваційна діяльність, здоров'язберегаюча педагогіка, здоров'язберегаючі технології, збереження здоров'я учнів та студентської молоді, підготовка майбутніх учителів.

Onishchenko N.P., Lykhovyd E.R.

Pereiaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

HEALTH SAVING TECHNOLOGIES IN THE TRAINING OF FUTURE TEACHERS TO INNOVATION ACTIVITIES

Summary

The pedagogical problems of future teachers' training for the preservation of pupils' and students' health have been explored in the article. The pedagogical aspects of using the health saving pedagogy in the educational process of higher educational institutions have been considered. Basing on the analysis of scientific sources, the essence of the concepts of «innovation activity», «health saving technology» is disclosed and different classifications of health saving technologies are presented. The features of the application of health saving technologies into the system of future teachers training to innovative activity are revealed. It is noted that the deterioration of the health status of students and youth is an urgent problem in our time and is associated with the low level of health culture, not enough full, regular and well-timed medical examination, the irresponsible attitude of students towards their health, the lack of implementation of health saving events in the educational process of higher pedagogical school, the absence of teachers' adequate attention to the preservation of students' health.

Keywords: innovation activity, health saving pedagogy, health saving technologies, the preservation of pupils' and students' health, training of future teachers.

УДК 502.1:613.97(477)

ВПЛИВ ЕКОЛОГО-ЕКОНОМІЧНИХ ФАКТОРІВ НА СТАН ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ

Палієнко О.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

В останнє десятиліття проблема здоров'я населення України набула особливої актуальності у зв'язку з тим, що якість здоров'я має тенденцію до його погіршення. Для України ситуація ускладнюється ще й тим, що водночас з екологічною кризою країна перебуває в соціально-економічній кризі, військових діях на Сході. У статті висвітлені та проаналізовані проблеми еколого-економічної ситуації в Україні, їх вплив на здоров'я населення. Висвітлені небезпеки, які криються під негативними змінами у навколишньому середовищі. Запропоновані методи подолання проблеми.

Ключові слова: збереження здоров'я, стан здоров'я, захворюваність, навколишнє середовище, екологія.

Постановка проблеми. Людство ХХІ століття стало заручником діяльності суспільства минулої епохи, яке намагалось змінити природу своїм потребам. Впровадження у виробництво найновіших досягнень науки і техніки, поява нових технологій, енергоджерел і матеріалів призвели до революційних змін у житті суспільства. Людство вступило в епоху науково-технічної революції, що посилює антропогенний вплив на природу. Цей вплив має суперечливий характер. У ньому переплітаються позитивні й негативні явища. З одного боку, вдосконалення технологій і зростання виробництва сприяють більш повному задоволенню потреб людей, раціональному користуванню природними ресурсами, збільшенню виробництва продуктів харчування. З іншого – забруднюється природне середовище, знищуються ліси, посилюється ерозія ґрунтів, випадають кислотні дощі, зменшується озоновий шар землі, погіршується стан здоров'я людей тощо [1].

Зростаючі потреби суспільства і виробництва обумовлюють подальше прискорення темпів науково-технічного прогресу. Цілком зрозуміло, що чим вищий історичний етап розвитку суспільства, тим більшою мірою стан природного середовища детермінується людською діяльністю. Поглиблення і розширення масштабів такої діяльності можуть призвести до глобальних суперечностей у розвитку цивілізації, які можна подолати лише шляхом проведення докорінних змін у рамках розвитку самого суспільства [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Внаслідок катастрофічного погіршення стану навколишнього середовища загальний рівень здоров'я населення України в останні роки різко знизився. Значно збільшилась кількість серцево-судинних захворювань, особливо інфаркту-міокарда, ішемічної хвороби серця, судинних захворювань мозку, бронхіальної астми, діабету, алергічних і онкологічних захворювань та захворювань органів травлення [3]. Порушилися генетичні процеси, народження дітей з різними спадковими хворобами збільшилось у два-чотири рази. Смертність перевищила народжуваність. За останні п'ять років тривалість життя чоловіків зменшилась з 64 до 57 років, жінок, – з 74 до 70 років. Для покращення стану здоров'я населення суттєве значення має реалізація комплексу єдиної науково обґрунтованої медико-біологічної та соціально-психологічної системи профілактичних заходів.

Головними компонентами якої, є об'єктивні суспільні умови, конкретні форми життєдіяльності, що дозволяють реалізовувати здоровий спосіб життя, система ціннісних орієнтацій, направляючих свідому активність. Ці та інші складові виокремлювались та вивчались вітчизняними вченими (Н.Е. Мотиланська, В.К. Величченко, Е.Я. Каплан, С.Н. Артамонов, Ю.В. Валентик, А.В. Мартиненко, В.А. Поліський та ін) [2]. Вони стверджують, що важливе значення має правильне фізичне виховання, належне поєднання праці і відпочинку, розвиток стійкості до психоемоційних перевантажень, подолання труднощів, пов'язаних зі складними екологічними умовами проживання, і усунення гіпокінезії.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Формування здорового способу життя не зводиться тільки до пропаганди окремих видів медико-соціальної діяльності. Основою здорового способу життя є профілактика захворювань. Слід підкреслити, що в ньому реалізується найцінніший вид профілактики – первинна профілактика захворювань, запобігання їх виникненню, розширення діапазону адаптаційних можливостей людини. Окрім того, функція здорового способу життя значно ширше, вона виходить за рамки суто медичної проблеми. З розвитком людського суспільства розвиваються хвороботворні агенти, а біологічні, геологічні і хімічні умови навколишнього середовища змінюються значно швидше там, де порушується природна рівновага.

Мета написання статті полягає у спробі на основі детального аналізу наукової, публіцистичної літератури, виявити, з'ясувати та проаналізувати небезпеки, які криються під впливом негативних змін у навколишньому середовищі на стан здоров'я населення України.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вивчення різних аспектів здоров'я як якісної цінності людини та суспільства, вивчення складних взаємозв'язків між чинниками навколишнього середовища та здоров'ям людей є важливим завданням суспільства.

Здоров'я людей належить як до локальних, так і до глобальних проблем, тобто тих, що мають життєво важливе значення як для кожної людини, кожної держави, так і для всього людства в цілому. Здоров'я людини залежить від багатьох факторів: кліматичних умов, стану навколишнього середовища, забезпечення продуктами

харчування і їх цінності, соціально-економічних умов, а також стану медицини [4, с. 27]. Доведено, що близько 50% здоров'я людини визначає спосіб життя. Негативними його чинниками є шкідливі звички, незбалансоване, неправильне харчування, несприятливі умови праці, моральне і психічне навантаження, малорухомий спосіб життя, погані матеріальні умови, низький освітній та культурний рівень тощо.

Негативно позначається на формуванні здоров'я і несприятлива екологічна обстановка, зокрема забруднення повітря, води, ґрунту, а також складні природно-кліматичні умови (частка цих чинників – до 20%).

Причинами порушення життєдіяльності організму і виникнення патологічного процесу можуть бути абіотичні (властивості неживої природи) чинники навколишнього середовища. Очевидний зв'язок географічного розподілу низки захворювань з клімато-географічними зонами, висотою місцевості, інтенсивністю випромінювань, переміщенням повітря, атмосферним тиском, вологістю повітря тощо.

На здоров'я людини впливає і біотичний (властивості живої природи) компонент навколишнього середовища у вигляді продуктів метаболізму рослин та мікроорганізмів, патогенних мікроорганізмів (віруси, бактерії, гриби тощо), отруйних речовин, комах та небезпечних для людини тварин.

Не меншу загрозу для людства становить антропогенне забруднення природного середовища. Хімічне, радіоактивне та бактеріологічне забруднення повітря, води, ґрунту, продуктів харчування, а також шум, вібрація, електромагнітні поля, іонізуючі випромінювання тощо викликають в організмах людей тяжкі патологічні явища, глибокі генетичні зміни. Це призводить до різкого збільшення захворювань, передчасного старіння й смерті, народження неповноцінних дітей [4, с. 31].

Суттєво на стан здоров'я населення впливають чинники соціального середовища: демографічна та медична ситуації, духовний та культурний рівень, матеріальний стан, соціальні відносини, засоби масової інформації, урбанізація, конфлікти тощо.

Початок ХХІ ст. ознаменувався тим, що внаслідок науково-технічної революції і урбанізації нашої планети навколишнє середовище неухильно погіршується і люди вже неспроможні адаптуватися до цих швидких і глобальних змін. Окрім того, постала проблема демографічного вибуху і обмеженості природних ресурсів та життєвого простору Земної кулі. Щорічно чисельність людей на Землі зростає на 75-80 млн осіб. Це потребує щорічного зростання виробництва продовольства на 24-30 млн т. У багатьох районах світу, особливо в економічно слабкорозвинених країнах, виробництво продуктів харчування більше не в змозі задовольнити потребу населення, в результаті чого голодування стало постійним явищем. Загальне якісне і кількісне недоїдання сприяє виникненню епідемій, гострих інфекційних захворювань, паразитарних захворювань.

На фоні дії негативних факторів навколишнього середовища на організм людини виникають такі захворювання, як онкологічні, серцево-судинні хвороби, дистрофічні зміни, алергія, діабет, гормональні дисфункції, порушення у розвитку плоду, пошкодження спадкового апарату клі-

тини. Не менший вплив здійснюють на організм людини виробничі процеси, в яких ігноруються факти забруднення робочих місць на підприємствах або його місцевість різноманітними небезпечними відходами. Неправильне харчування, вживання спиртних напоїв, куріння, недостатнє фізичне навантаження лежать в основі багатьох поширених хвороб. А це, у свою чергу, пов'язане з економічними умовами і політикою держави. На думку всесвітньо відомого академіка-геронтолога В.В. Фролькіса ринкові відносини не повинні бути застосовні до цієї частини життя людини [5, с. 12].

Сучасна екологічна ситуація складалась стихійно в ході діяльності людей, спрямованої на задоволення їх потреб. Науково-технічна революція змінює стосунки людини з природою, створює нові умови її існування, помітно впливає на спосіб її життя і праці. Використовуючи сучасні засоби виробництва, людство впливає на природу в планетарному масштабі. Різка збільшення масштабів такого впливу загострило проблему передбачення наслідків людської діяльності. Екологічне прогнозування стало необхідною умовою оптимізації процесу взаємодії суспільства і природи. Тому важливо мати еколого-економічну оцінку науково-технічного прогресу. Ця суперечливість пов'язана з нерівномірністю розвитку різних галузей виробництва, науки і техніки. Подальше вдосконалення сучасних технологій має здійснюватись із врахуванням її негативного впливу на стан природного середовища. Така діяльність призвела до забруднення навколишнього середовища, знищення лісів і висушування річок, зміни ландшафту Землі, її біосфери, клімату, електромагнітного фону. Поява нових чинників впливу на середовище, вимагає нових підходів до розуміння зміни у фізіологічних процесах людського організму, які значно трансформувалися під їх впливом. Змінилися психіка і свідомість нинішніх людей, перебіг хвороб, але підходи до вирішення проблеми залишаються старими. Негативний вплив на природу тільки посилюється, що відповідно позначається на здоров'ї популяції людей та різних видів тваринного світу. Щоб переконатися в цьому, наведемо кілька наукових висновків міжнародних форумів зі збереження природи і стану умов життя населення. Зокрема, на Міжнародному саміті зі збереження живої природи в Бонні в травні 2008 р., у якому брали участь представники 147 країн світу, оприлюднено висновок фахівців Всесвітнього фонду дикої природи скорочення на планеті протягом 2000-2008 рр. різних форм життя: наземних видів – на 27%, морських – на 29%, прісноводних – на 30%. Відзначено, що унікальні форми життя зникають щорічно і однією з головних причин цього дуже тривожного процесу стала діяльність людини. Результати тисячолітніх періодів біологічної еволюції знищено за кілька десятиліть технічного прогресу [6, с. 508].

За даними офіційної статистики Всесвітньої організації охорони здоров'я, кожна третя дитина в Україні народжується на світ з відхиленнями в стані здоров'я. Показник приросту захворюваності вроджених аномалій становить +15,5%. Протягом останніх 5 років, рівень захворюваності дітей віком до 14 років на злоякісні новоутворення тримається на рівні 16-17 випадків на 100 тис. дітей [6, с. 509].

Перш за все, здоров'я слід трактувати не просто як відсутність хвороб. Сьогодні більшість дослідників вже визнають існування відмінностей у хворобах людини. Коли ж говорять про здоров'я, то використовувати одне поняття – «норма» – невірно, бо здоров'я, як вища форма пристосування, має широкий діапазон. Ось чому мають рацію ті, хто стверджують «здоров'я здорових». Дійсно, можна бути здоровим в різному віці. «Здоров'я, – пише Фролькіс, – це гармонія і високий рівень фізичного, духовного і соціального» [7, с. 29].

В останнє десятиліття проблема здоров'я населення України набула особливої актуальності у зв'язку з тим, що якість здоров'я має тенденцію до його погіршення [3, с. 11]. Для України ситуація ускладнюється ще й тим, що водночас з екологічною кризою країна перебуває в соціально-економічній кризі, військових діях на Сході. Через це спостерігається прогресуюча деградація здоров'я населення, особливо дитячого.

В Україні зростає смертність, падає народжуваність, знижується тривалість життя, збільшується число неінфекційних та інфекційних захворювань. До того ж зникають духовні цінності, росте матеріальна нерівність в суспільстві [8, с. 137].

Одним із прикладів боротьби з проблемами здоров'я населення в Україні може бути всеукраїнська громадська організація «Велика Родина», яка почала свою діяльність в рамках загальнодержавної цільової програми «Здорова нація», започаткувала соціальну міжнародну програму «Велика Родина», одним з напрямків діяльності якої є надання комплексних професійних послуг з профілактики та оздоровлення населення. Досягненням її, є розробка індивідуального паспорту здоров'я, який відображає загальний стан здоров'я організму. Паспорт здоров'я з висновками та рекомендаціями лікарів, дав змогу людям вчасно виявити зміни та приступити до покращення та зміцнення свого стану здоров'я.

Соціальна міжнародна програма «Велика Родина» підтримується національними та міжнародними благодійними фондами, фінансовими установами та страховими компаніями. Вона створена небайдужими людьми, професіоналами-медиками, які вивчають кращий світовий досвід у цій галузі. Найголовнішим завданням своєї роботи з представниками українського зарубіжжя, «Велика Родина» вважає необхідність привернути увагу та залучити суспільство до зміни ситуації в стані здоров'я українського народу та змінити негативну статистику: сьогодні, середня тривалість життя громадян в Україні на 10-12 років менша, ніж у країнах ЄС, а передчасна смертність, особливо серед чоловіків працездатного віку, є вищою в 3-4 рази в основному за рахунок збільшення неінфекційних хронічних захворювань та онкопатології. Залишаються високими показники приросту захворюваності таких систем, як: кровообігу (+25,8%), сечостатевої системи (+21,2%), системи травлення (+20,1%), органів дихання (+8,2%), і розладів психіки (+3,6%) [9].

Висновки і пропозиції. Таким чином, через сукупність несприятливих економічних, соціальних та екологічних чинників Україна є однією з «найстаріших» країн світу. Ці чинники викликали процес різкого зниження рівня певних життєво важливих фізіологічних функцій українців, прогресуючому зростанні невластивих вікових патологічних змін, підвищеній смертності серед новонароджених, підлітків і населення працездатного віку. Тому, необхідно в умовах структурної перебудови економіки України, заміни застарілої техніки і технології новими, відкривати широкі можливості для суттєвого зменшення негативного впливу діяльності людини на природу. У сучасній екологічній ситуації важливо при оцінці економічної ефективності науково-технічного прогресу враховувати екологічні наслідки впровадження нових технологій, проводити комплексні еколого-економічні експертизи.

Список літератури:

1. Бредіхіна Н. Орієнтації населення на здоровий спосіб життя: регіональний аспект / Н. Бредіхіна // – Челябінськ, – 2006. – С. 153.
2. Режим доступу: philosophy/16527-ekologiya_ta_ekologichni_problemi_v_ukraini.html?pn=1
3. Коцур Н. І. Валеологія: підручник / Н. І. Коцур, Л. С. Гармаш, І. О. Калиниченко, І. О. Товкун. – Корсунь-Шевченківський, – 2011.
4. Білокриницький В. Нова парадигма лікування хвороб у сучасних умовах життєдіяльності людини / В. Білокриницький // Вісн. Нац. акад. наук України. – 2010. – № 8. – С. 27–34.
5. Фролькіс В. В. Качество жизни переходит в ее количество: воспоминание о будущем: лирическое отступление / В. В. Фролькіс // Зеркало недели. Украина. – 1999. – 22 янв. (№ 3(224)). – С. 10–13.
6. Палієнко О. А. Валеологічні аспекти наукової спадщини академіка В. В. Фролькіса / О. А. Палієнко // Гуманітар. вісн. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди». Педагогіка. Психологія. Філософія: зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2013. – Вип. 30. – С. 506–510.
7. Фролькіс В. Геронтологія: прогнози і гіпотези / Фролькіс В. // Вісн. Нац. акад. наук України, 1999. – № 7. – С. 28–37.
8. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. Медична валеологія / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова – Київ: Здоров'я, – 2005. – С. 137.
9. Режим доступу: <http://myrodyna.com/club31817364>

Палиенко О.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ВЛИЯНИЕ ЭКОЛОГО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ УКРАИНЫ

Аннотация

В последнее десятилетие проблема здоровья населения Украины приобрела особую актуальность в связи с тем, что качество здоровья имеет тенденцию к его ухудшению. Для Украины ситуация осложняется еще и тем, что одновременно с экологическим кризисом страна находится в социально-экономическом кризисе, военных действиях на Востоке. В статье освещены и проанализированы проблемы эколого-экономической ситуации в Украине, их влияние на здоровье населения. Освещены опасности, которые кроются под негативными изменениями в окружающей среде. Предложены методы решения проблемы.

Ключевые слова: сохранение здоровья, состояние здоровья, заболеваемость, окружающая среда, экология.

Palienko O.A.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

EFFECT OF ECOLOGICAL AND ECONOMIC FACTORS ON THE HEALTH OF UKRAINE

Summary

In the last decade the problem of health Ukraine has become especially important due to the fact that the quality of care tends to its deterioration. For Ukraine the situation is complicated by the fact that both the environmental crisis the country is in the socio-economic crisis, military operations in the East. The article highlights the problems and analyzed the ecological and economic situation in Ukraine, their impact on public health. Highlights the dangers that lie under adverse changes in the environment. The methods of overcoming the problem.

Keywords: health preservation, health, disease, environment, ecology.

УДК 336.72

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ У ВНЗ I-II Р.А.

Панасенко Т.В.

КВНЗ КОР «Богуславський гуманітарний коледж
імені І.С. Нечуя-Левицького»

У зв'язку з погіршенням стану здоров'я дітей актуальності набуває процес підготовки майбутнього вчителя до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі. В статті розкрито важливість формування стійкої мотивації на здоровий спосіб життя. Проаналізовано різні підходи науковців щодо визначення поняття «здоров'язберігаюча компетентність» як невід'ємної складової професійної компетентності педагога. Охарактеризовано її структурні компоненти. Висвітлено шляхи формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх вчителів початкових класів у процесі їх фахової підготовки у ВНЗ I-II р.а.

Ключові слова: здоров'язберігаюча компетентність, здоровий спосіб життя, компетентнісний підхід, професійна підготовка, когнітивний, особистісний, діяльнісний компонент.

Постановка проблеми. Проблема здоров'я людини в контексті загальнолюдських цінностей набуває все більшого значення. Важливим кроком для вирішення цієї проблеми є впровадження компетентнісного підходу у зміст державного стандарту початкової освіти та орієнтація навчальних програм на формування у молодших школярів ключових компетентностей, зокрема, здоров'язберігаючої. Оскільки виховання та навчання здоровому способу життя підростаючого покоління здійснює вчитель початкових класів, то особлива увага акцентується

на необхідності вдосконалення шляхів формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх фахівців початкової ланки освіти.

Проблема набуває особливої значущості у зв'язку з прискореними темпами соціально-економічного розвитку українського суспільства, негативними наслідками практичної діяльності людини у докільлі, тенденціями щодо зростання захворюваності підростаючого покоління, масовими поширеннями шкідливих звичок у молодіжному середовищі [10].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженню формування професійної компетентності педагогів присвячені праці В. Бобрицької, В. Горашук, О. Дубасенюк, Е. Зеєра, С. Кириленко, Г. Кривошеєва, Н. Кузьміні, Ю. Кулюткіна, В. Піщуліна, О. Прометун та ін.

Дослідженню основ здоров'язберігаючого виховання присвячені наукові праці В. Брехман, В. Горашук, О. Дубогай, В. Лозинського, З. Малькова, В. Оржеховської, М. Таланчук, Л. Татарнікової.

Досліджували поняття «здоров'язберігаюча компетентність» в наукових працях Д. Воронін, О. Антонова, І. Анохіна, Н. Тамарська, А. Маркова, Л. Мітіна та ін.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. В результаті дослідження виявлена суперечність між об'єктивними потребами суспільства у фахівцях зі стійкою мотивацією на здоров'я та творче життя, здатних реалізувати свою здоров'язберігаючу компетентність у професійній діяльності та відсутністю науково-практичних рекомендацій з технології формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх вчителів початкової школи у ВНЗ I-II р.а.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є визначити сутність поняття «здоров'язберігаюча компетентність» та розглянути шляхи її формування у майбутніх вчителів початкових класів у процесі їх фахової підготовки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Під поняттям «компетентність» вчені пропонують розуміти здатність професійно й ефективно розв'язувати ті чи інші проблеми, які виникають у процесі будь-якої діяльності людини. Вона розвиває вміння і навички вирішувати різноманітні життєві проблеми, отримувати й аналізувати інформацію, приймати рішення, оцінювати наслідки діяльності, працювати у групі, організувати свою роботу, використовувати нові інформаційні технології, проявляти стійкість перед труднощами, знаходити нові рішення.

Однією із складових компетентності, що належить до проблеми збереження та зміцнення здоров'я людини, науковці виділяють компетентність здоров'язбереження (І. Зімня, Д. Воронін, А. Хуторський, В. Сергієнко, Л. Грицюк, О. Савченко).

Під здоров'язберігаючою компетентністю ми розуміємо інтегральну якість фахівця, яка забезпечує успішне збереження та зміцнення фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я свого та здоров'я оточення. Вона забезпечує організацію здорового способу власного життя у фізичній, соціальній, психічній, духовній сферах та організацію своєї праці. Основним критерієм цієї компетентності є стан оптимальної відповідності, гармонії між біологічним, психологічним і соціальним у житті й діяльності людини.

У структурі здоров'язберігаючої компетентності науковці виокремлюють три основні компоненти:

- когнітивний (система знань і пізнавальних вмінь);
- особистісний (наявність і прояв рис особистості, зумовлених характером діяльності з формування здорового способу життя свого та інших людей);
- діяльнісний (здатність обґрунтовано виявляти та раціонально застосовувати шляхи і засоби для найбільш ефективного досягнення мети).

Когнітивний компонент має містити знання, які характеризуються світоглядним розумінням людини її природного та соціального оточення; загальні професійні знання про культуру здоров'я як складову загальної культури особистості; психолого-педагогічні знання про закономірності всебічного розвитку особистості; інтегровані предметні знання про цінності здоров'я та здорового способу життя як основи активної життєдіяльності та особистісного розвитку людини; методичні знання про застосування здоров'язберігаючих технологій у соціальній роботі та ефективні заходи щодо особливої безпеки життєдіяльності й оточуючого середовища.

Особистісний компонент становлять: мотиваційно-ціннісні орієнтації (прийняття цінності здоров'я, інтерес та готовність до різноманітних видів здоров'язберігаючої діяльності); соціальна орієнтація (готовність до виконання соціальних функцій і ролей у професійній та соціокультурній сферах); особистісні якості, необхідні для здійснення здоров'язберігаючої діяльності; рефлексивна складова (усвідомлення і присвоєння способів підтримки здоров'я).

Діяльнісний компонент містить систему спеціальних здоров'язберігаючих умінь і навичок (позитивне ставлення до власного здоров'я та здоров'я об'єктів своєї безпосередньої діяльності, володіння сучасними засобами психофізичної діагностики стану здоров'я та вміння їх застосовувати на практиці, вміння проектувати індивідуальні траєкторії розвитку і вдосконалення способів збереження здоров'я інших), а також загальнопедагогічні та професійні вміння і навички роботи (організаторські, аналітичні, проектувальні, комунікативні, корекційні та ін.).

Єдність та взаємодія зазначених компонентів є необхідною умовою успішної професійної діяльності сучасного педагога, який працює в умовах різноманітних екологічних проблем, модернізації суспільства, поширення явищ нездорового способу життя тощо [4].

Так, за Д. Вороніним, здоров'язберігаюча компетентність передбачає не тільки медико-валеологічну інформативність, а й застосування здобутих знань на практиці, володіння методиками зміцнення здоров'я й запобігання захворювання. Формування у студентів спрямованості мислення назбереження й зміцнення здоров'я як невід'ємний компонент здоров'язберігаючої компетентності майбутнього фахівця [3, с. 28].

У науковій статті О. Антонової здоров'язберігаюча компетентність педагога трактується як інтегральна якість особистості, що базується на інтеграції знань і досвіду та виявляється в здатності готовності до діяльності щодо збереження здоров'я в освітньому середовищі [1, с. 27].

І. Анохіна розглядає здоров'язберігаючу компетентність як «готовність самостійно вирішувати завдання, пов'язані з підтримкою, зміцненням та збереженням здоров'я як свого, так і оточуючих» [2, с. 25].

На думку Н. Тамарської та співавторів, суть поняття «здоров'язберігаюча компетентність» проявляється у проведенні профілактичних заходів і застосування здоров'язберігаючих технологій людьми, які знають закономірності процесу здоров'язбереження [9, с. 16].

Л. Мігіна підкреслює, що здоров'язберігаючі компетентності забезпечують здатність до збереження і зміцнення професійного здоров'я [6, с. 56-57].

У науковій літературі компетентність здоров'язбереження розглядається як основа буття людини, де основним є усвідомлення важливості здоров'я, здорового способу життя для всієї життєдіяльності особистості.

На переконання В. Оржеховської, педагог, який працює на засадах педагогіки здорового способу життя, вирізняється індивідуальними здібностями та якостями, які визначають його можливості та вміння самостійно шукати, збирати, аналізувати, представляти, передавати інформацію про здоров'я, здоровий спосіб життя; моделювати та проектувати об'єкти та процеси, в тому числі – власну індивідуальну діяльність; здійснювати превентивну роботу; приймати правильні рішення, творчо та ефективно розв'язувати завдання, які виникають перед ним у процесі діяльності, запроваджувати у своїй повсякденній і професійній діяльності сучасні здоров'язберезувальні технології [7, с. 11-12].

Проблема формування валеологічної компетентності у студентській молоді, знайшла своє відображення у працях О. Маджути [5], В. Піщуліна [8] та ін. Так, у розробленій В. Піщуліном моделі випускника вищого навчального закладу валеологічна компетентність розглядається як складова особистісної компетентності фахівця будь-якого профілю. Під нею автор розуміє наявність знань і вмінь збереження й дотримання здорового способу життя [8, с. 22-27].

На думку О. Маджути, валеологічна компетентність фахівця – це результат становлення валеологічної культури особистості, що виражається у здатності й готовності реалізувати отримані знання про здоров'я в повсякденному житті і професійній діяльності [5, с. 235-236].

Отже, компетентність здоров'язбереження педагога – це характеристики, особливості, які спрямовані на збереження фізичного, психічного, соціального, духовного здоров'я свого та оточуючих, а також сприяння збереженню, зміцненню здоров'я учнів на уроках і в позаурочній діяльності.

Педагог виконує одну із важливих функцій, що полягає у передачі знань і вмінь здоров'язбереження, тому формування здоров'язберігаючої компетентності вчителів та учнів є необхідною та обов'язковою складовою їхньої підготовки.

В умовах початкової школи важливо навчити школярів використовувати резервні сили свого організму, навчити жити в суспільстві здоровою людиною, налагоджувати стосунки, спілкуватись із людьми, передбачати наслідки своєї поведінки, вміти приймати своєчасні рішення. Основна робота з реалізації цього завдання покладається на вчителів початкових класів. Молодші школярі найбільш сприйнятливі до навчальних впливів, тому доцільно використовувати цей вік для навчання дітей основам здорового способу життя.

Тому беручи до уваги важливість і необхідність формування здоров'язберігаючої компетентності у студентів спеціальності «Початкова освіта», необхідно приділяти велику увагу їхній професійній підготовці.

Розглянемо основні шляхи формування здоров'язберігаючої компетентності у студен-

тів спеціальності «Початкова освіта» КВНЗ КОР «Богуславський гуманітарний коледж ім. І.С. Нечуя-Левицького».

1. В організації навчання з питань здоров'я і здорового способу життя основним потенціалом здоров'язберігаючих знань для студентів як майбутніх вчителів початкової школи є навчальні курси «Основи валеології», «Основи медичних знань», «Анатомія, фізіологія і гігієна дітей шкільного віку», «Основи екології», «Методика навчання предмету «Основи здоров'я» в початковій школі», «Психологія» та інші.

2. В особистісно-професійному становленні майбутніх вчителів початкових класів значну роль відіграє навчальний курс «Методика навчання предмету «Основи здоров'я» в початковій школі. Ця дисципліна розроблена у відповідності з вимогами державного стандарту підготовки вчителів початкової школи. Метою курсу є ознайомлення студентів з основними завданнями та змістом шкільного предмету «Основи здоров'я», найдоцільнішими методами та формами роботи, допомогти майбутнім вчителям оволодіти методикою навчання дітей. У межах даної дисципліни вирішуються завдання підвищення теоретичного рівня знань студентів, удосконалення практично-методичних умінь, розвитку професійної самостійності, інтересу до творчої педагогічної діяльності, формування здоров'язберігаючої компетентності. Суттєвим критерієм ефективності засвоєння професійних знань із курсу «Методика навчання предмету «Основи здоров'я» в початковій школі» є також вивчення та аналіз усіх складових здорового способу життя студентів у їхній повсякденній життєдіяльності, так як вони в майбутньому будуть прикладом для наслідування.

3. Реалізація завдання формування здоров'язберігаючої компетентності здійснюється під час практичної підготовки студентів. Так під час проведення педагогічної практики «Позакласна та позашкільна виховна робота» студенти проводять виховні години з молодшими школярами, тематикою яких є орієнтир на здоровий спосіб життя, руховий режим, профілактика шкідливих звичок та попередження конфліктних ситуацій в соціумі.

Під час підготовки студентів спеціальності «Початкова освіта» до пробних уроків в початковій школі керівниками практики звертається особлива увага на психолого-фізіологічні особливості молодших школярів, раціональне планування навчального навантаження на дитину, вмиле поєднання фізкультхвилинок із розумовою діяльністю, зокрема:

– на пробних уроках читання, іноземної мови практикується розгляд текстів валеологічного спрямування;

– на пробних уроках фізичної культури студенти впроваджують ідеї здорового способу життя. Різноманітні вправи з предметами (обручами, скакалками, м'ячами), цікаві ігри виховують бажання школярів до виконання систематичних фізичних рухів, залучають до занять фізичною культурою та спортом;

– на пробних уроках з «Основ здоров'я» студенти формують в учнів вміння та навички для збереження здоров'я за освітнім принципом: знання → вміння → життєві нави-

чки. Вміння та навички формуються не лише на змісті інформативного матеріалу, але й розробляються правила поведінки, поради, пам'ятки. Щоб учні краще засвоїли матеріал, впроваджуються інтерактивні методи навчання з використанням комп'ютерних технологій. На уроках використовуються сюжетно-рольові ігри, рухливі ігри, психогімнастика, музикотерапія, кольорова терапія, вивчаються комплекси вправ спрямованих на зміцнення та підтримку м'язів.

Підготовка відеопрезентацій щодо збереження та примноження здоров'я молодших школярів, творчий підхід впровадження новітніх технологій, створення проблемних ситуацій, використання завдань розвиваючого характеру на пробних уроках та заняттях, організація та проведення рухливих ігор на перервах сприятимуть формуванню здоров'язберігаючої компетентності, бажання вести здоровий спосіб життя та дотримуватись правил безпечної поведінки майбутніх вчителів та учнів.

Висновки з даного дослідження і перспективи. Отже, проблема формування здоров'язберігаючої компетентності є однією з пріоритетних в контексті підготовки вчителя початкової школи як такої, що має визначальний характер для фор-

мування здоров'язберігаючого освітнього середовища у поліпшенні здоров'я школярів.

Кожен майбутній педагог повинен усвідомлювати особисту відповідальність за створення умов, які дають змогу «не нашкодити» фізичному та психічному благополуччю, на реалізацію методів і засобів навчання відповідно до фізіолого-психологічних принципів збереження здоров'я та вихованню високої культури здоров'я в усіх учасників навчально-виховного процесу.

Вирішення проблем збереження власного здоров'я закладено в самій людині, у знанні та розумінні нею проблем формування, збереження, зміцнення і відновлення його, а також в умінні дотримуватись правил здорового способу життя. Люди повинні усвідомлювати, що майбутнє кожного, як і держави цілому – за здоровим поколінням, бо фізично і морально здорова людина здатна творити і приносити користь іншим людям.

Стаття не вичерпує розв'язання всіх аспектів порушеної проблеми напряму підготовки «Початкова освіта». Перспектива подальшого дослідження спрямована на вивчення шляхів формування здоров'язберігаючої компетентності в процесі професійної підготовки майбутніх вчителів початкової ланки освіти у ВНЗ I-II р.а.

Список літератури:

1. Антонова Л. Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л. Н. Антонова, Т. И. Шульга, К. Г. Эрдынеева. – М.: Изд-во МГОУ, 2004. – 100 с.
2. Анохина И. А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни: Методические рекомендации / И. А. Анохина. – Ульяновск. УИПК – ПРО, 2007. – 80 с. – (серия «Здоровый ребёнок»; вып. 2).
3. Воронін Д. С. Здоров'язберігаюча компетентність студента в соціально-педагогічному аспекті / Д. С. Воронін // Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2006. – № 2. – С. 25-28.
4. Калька Н., Макаренко С. Здоров'язберігаючі компетенції педагога в умовах сучасного освітнього простору. Укр. наук. журн. «Освіта регіону». – № 4. – 2013.
5. Маджуга А. Г. Теория и практика формирования культуры здоровья студентов в контексте личностно-центрированной образовательной парадигмы // Здоровье и образование в XXI веке: материалы V Международной науч.- практ. конф. (Москва, март, 2004) А. Г. Маджуга. – М.: Изд-во РУДН, 2004. – С. 235-236.
6. Митина Е. П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра / Е. П. Митина // Начальная школа. – 2006. – № 6. – С. 56-59.
7. Оржеховська В. М. Педагогіка здорового способу життя / В. Оржеховська // Шлях освіти. – 2004. – № 7. – С. 11-12.
8. Пищулин В. Г. Модель выпускника университета / В. Г. Пищулин // Педагогіка. – 2002. – № 9. – С. 22-27.
9. Тамарская Н. В. Управление учебно-воспитательным процессом в классе (здоровье сберегающий аспект): Учебно-методическое пособие для учителя / Тамарская Н. В., Русакова С. В., Гагина М. Б. – Калининград: Изд-во КГУ, 2002. – 31 с.
10. Фенчак Л. М. Формування здоров'язберігаючих компетентностей майбутніх учителів початкових класів як важливої складової їх професійної підготовки. Вісник ЛНУ ім. Тараса Шевченка. – № 20(231), 4. IV. – 2011.

Панасенко Т.В.

КВУЗ КОС «Богуславский гуманитарный колледж имени И.С. Нечуя-Левицкого»

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСОХРАНЯЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ВВУЗ I-II У.А.

Аннотация

В связи с ухудшением состояния здоровья детей актуальность приобретает процесс подготовки будущих учителей к осуществлению здоровьесохраняющей деятельности в школе. В статье раскрывается важность формирования устойчивой мотивации на здоровый образ жизни. Проанализированы разные подходы учёных к определению понятия «здоровьесохраняющая компетентность» как неотъемлемой составной профессиональной компетентности педагога. Дана характеристика её структурным компонентам. Представлены пути формирования здоровьесохраняющей компетентности будущих учителей начальных классов в процессе их профессиональной подготовки в ВУЗах I-II у.а.

Ключевые слова: здоровьесохраняющая компетентность, здоровый образ жизни, компетентностный подход, профессиональная подготовка, когнитивный, личностный, деятельностный компонент.

Panasenko T.V.

MHEE KRC «I.S. Nechuy-Levitskiy Boguslav Humanitarian College»

THE FORMATION OF HEALTHMAINTENANCE COMPETENCE OF THE FUTURE PRIMARY SCHOOL TEACHERS AT THE HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS OF I-II LEVEL OF ACCREDITATION

Summary

Because the state of children's health appears to be changing for worse, the process of training future teachers to monitor health maintenance activity at school is becoming more important. The article deals with the importance of the formation of stable motivation for healthy lifestyle. Different approaches of scientists to the definition of the idea of «health maintenance competence» as an integral component of the pedagogue's professional competence are analyzed and its structural components are described. The ways of future primary school teachers' health maintenance competence formation in the process of their professional training at the Higher Educational Establishments of the I-II level of accreditation are provided in the article.

Keywords: health maintenance competence, healthy lifestyle, competence-oriented approach, professional training, cognitive, personality, activity components.

УДК 373.5.091:613-057.874

ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В СУЧАСНІЙ ЗАГАЛЬНООСВІТНІЙ ШКОЛІ

Підборський Ю.Г.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

Підборський Р.Г.

Братська гімназія Братського району Миколаївської області

У статті зосереджено увагу на особливостях формування здорового способу життя у сучасних учнів 9-11 класів загальноосвітньої школи та визначені основні шляхи підвищення ефективності його здійснення. Мета статті полягає в обґрунтуванні сутності поняття «здоровий спосіб життя» та дослідженні його застосування у навчально-виховному процесі. Методи: аналіз, узагальнення та систематизація науково-теоретичних положень; синтез, класифікація, педагогічне спостереження, опитування, вивчення результатів навчальної та виховної діяльності учнів 9-11 класів. Проаналізовано сутність, особливості та ефективні форми застосування здоров'язберігаючої педагогіки під час роботи з учнями 9-11 класів. Обґрунтовано значення здорового способу життя для сучасних старшокласників.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, здоров'язберігаюча педагогіка, учні 9-11 класів.

Постановка проблеми. Усвідомлення значущості профілактики, збереження та підтримки здоров'я нації на державному рівні передбачає розгортання досліджень з питань формування у молоді здорового способу життя, сприяє підвищенню відповідальності за власне здоров'я, що є фундаментом професійної реалізації особистості та міцних сімейних стосунків. Серед загальної кількості старшокласників здоровими залишається дуже малий відсоток, близько 40 відсотків випускників мають морфо функціональні відхилення та хронічні захворювання [2].

Визначені чинники не тільки негативно впливають на загальний стан здоров'я учнів, але й потребують впровадження активного залучення учнів до здорового способу життя. Важлива роль у цьому процесі залишається за школою, яка є чи не єдиним осередком, спроможним створити позитивний образ здорової людини, спроможної жити повноцінним життям. Здоров'я розгляда-

ється як ресурс для повсякденного життя, а не як життєва мета. Здоров'я – це позитивне поняття, що наголошує на суспільних та персональних ресурсах [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення і аналіз літературних джерел свідчить, що різні аспекти формування культури здоров'я та здорового способу життя певним чином розроблені у науково-методичній літературі. Незважаючи на віддаленість у часі, праці Гіппократа, Ібн Сіна (Авіценни) зробили величезний внесок у розвиток знань про здоров'я та здоровий спосіб життя. Ними розроблені рекомендації щодо застосування фізичних вправ, дотримання дієти, проведення масажу, дихальної гімнастики. У публікаціях О.Д. Бутовського, І.В. Давидовського, П.Ф. Лесафта, І.І. Мечникова висвітлюються принципи розумної стратегії, спрямованої на зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя.

У літературі наступних часів питання здоров'я як основи здорового способу життя досліджено детально досліджувалося М.М. Амосовим, Г.Л. Апанасенком, О.Р. Довженком, Ю.П. Лісциним, О.Г. Сухаревим. Зокрема, Г.І. Царгородцев вказує, що «здоров'я – це стан оптимального функціонування організму, який дозволяє йому найкраще виконувати свої видоспецифічні, соціальні функції» [4, с. 9]. Ю.П. Лісцин у поняття здоров'я включає медичні та біологічні ознаки, розглядає його, як відсутність у людини органічних порушень та суб'єктивного відчуття нездоров'я, як біологічно нормальний стан функціонування організму. Згідно з цією концепцією, біологічні та соціальні ознаки розглядаються в єдності, хоча соціальним ознакам надається пріоритетного значення. Здоров'я є соціальною цінністю і передумовою до соціологізації особистості. На думку Д.А. Ізуткіна, до поняття здоров'я слід віднести медичні, біологічні, психологічні, соціальні, природні, функціональні ознаки і чинники навколишнього середовища. Всесвітня Організація Охорони Здоров'я (ВООЗ) визначає здоров'я як «стан повного фізичного, душевного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби чи фізичних вад» [4, с. 34].

О.Р. Довженко розглядає у своїх роботах проблему зміцнення здоров'я, профілактику шкідливих звичок, розкриває новітню методіку лікування алкоголізму, наркоманії та тютюнопаління у створеному ним центрі «Дар». Праці М.М. Амосова можна назвати енциклопедією здоров'я. Він досліджує особливості хвороб, які загрожують людині, навчає, як їх попередити правильним способом життя – харчуванням, заняттям фізкультурою, зниженням ваги тіла, боротьбою зі шкідливими звичками, як підвищити рівень здоров'я. М.І. Калинський доповнює, що підвищення рівня здоров'я може розглядатися, як формування у людини здібностей до цілісної, інтегрованої поведінки, спрямованої на реалізацію власних можливостей з урахуванням закономірних вимог навколишнього середовища. В.М. Сидоров зазначає, що таке розуміння включає всі форми психічних відхилень, передбачає духовний, інтелектуальний та фізичний розвиток.

Багато науковців у своїх працях розглядають стан здоров'я молоді, головні фактори виникнення захворювань, пропонують методики організації трудової та навчальної діяльності, гігієнічного виховання, організації дозвілля, раціонального харчування, фізичної активності, занять спортом, відмови від шкідливих звичок, піднімають проблеми молоді сім'ї. В.Н. Васильєв, А. Дубенчук, А.П. Козін, Е.М. Рутман розглядають залежність стану здоров'я молоді від нервових переживань, стресових ситуацій. А. Дубенчук зазначає, що здоров'я духовне безпосередньо пов'язане із здоров'ям фізичним. А.І. Попова вказує, що охорона та зміцнення здоров'я в основному визначається способом життя, підвищена увага до якого проявляється на рівні суспільної свідомості, у сфері культури, освіти, виховання. В.М. Оржеховська розглядає здоровий спосіб життя як превентивний фактор виховання.

Аналіз літератури дозволяє охарактеризувати цінності здорового способу життя як позитивний результат ведення здорового способу жит-

тя, що забезпечує єдність фізичних, психічних, духовних і соціальних потреб особистості. До цінностей здорового способу життя можна віднести: здоров'я; творче довголіття; вдале сімейне життя; всебічний розвиток особистості; інтелектуальні здібності; мужність; сміливість; уміння спілкуватися; володіння красою та виразністю рухів; гарну поставу і фізичний стан; авторитет серед оточуючих; наявність матеріальних благ; задоволеність життям та навчанням; високий розвиток фізичних якостей; цікавий відпочинок; знання про функціонування людського організму; фізичну готовність до обраної професії; громадську активність.

Аналіз літератури дозволяє охарактеризувати цінності здорового способу життя як позитивний результат ведення здорового способу життя, що забезпечує єдність фізичних, психічних, духовних і соціальних потреб особистості. До цінностей здорового способу життя можна віднести: здоров'я; творче довголіття; вдале сімейне життя; всебічний розвиток особистості; інтелектуальні здібності; мужність; сміливість; уміння спілкуватися; володіння красою та виразністю рухів; гарну поставу і фізичний стан; авторитет серед оточуючих; наявність матеріальних благ; задоволеність життям та навчанням; високий розвиток фізичних якостей; цікавий відпочинок; знання про функціонування людського організму; фізичну готовність до обраної професії; громадську активність.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Водночас питання формування здорового способу життя учнів 9-11 класів залишаються актуальними і сьогодні. Тут можна виділити такі проблеми: по-перше, віковий аспект, тобто обґрунтування значення і виховного впливу здорового способу життя для морального розвитку підлітків, по-друге, питання про педагогічну характеристику таких занять.

Мета написання статті. Дослідити особливості формування здорового способу життя учнів 9-11 класів у навчальному процесі загальноосвітньої школи.

Виклад основного матеріалу. З філософської точки зору спосіб життя – «це поняття, яке характеризує особливості повсякденного життя людей. Воно охоплює працю, побут, форми використання вільного часу, задоволення матеріальних та культурних потреб, участь у суспільному та політичному житті людей» [6, с. 910].

У роботах, присвячених соціально-гігієнічному вивченню способу життя, пропонується схематичне групування його складових частин: виробнича, суспільно-політична, соціально-культурна, побутова діяльність. У якості основних видів діяльності автори Д.А. Ізуткін, Ю.П. Лісцин, Г.І. Царгородцев виділяють соціальну, трудову, фізичну та медичну активність. Спосіб життя дітей як і дорослих суттєво впливає на різні соціальні процеси та характеристики суспільства. Важливим є взаємозв'язок способу життя та здоров'я населення. За твердженням авторів здоров'я більш ніж на 50% визначається способом життя людини. Сконцентрованим вираженням взаємозв'язку і позитивного взаємовпливу способу життя на здоров'я населення є поняття «здоровий спосіб життя».

Здоровий спосіб життя об'єднує все, що сприяє виконанню людиною тих чи інших суспільних та побутових функцій у сприятливих для здоров'я та розвитку умовах. Здоровий спосіб життя як спосіб життєдіяльності, спрямований на збереження та покращення здоров'я людей як умови розвитку інших сторін способу життя. Це певна організація діяльності особистості в напрямку зміцнення та розвитку особистого та суспільного здоров'я. Здоровий спосіб життя пов'язаний з особистісно-мотиваційним втіленням людиною своїх соціальних, психологічних, фізичних можливостей та здібностей. Він має важливе значення у створенні оптимальних умов функціонування індивіда та суспільства. У формуванні здорового способу життя особистості дитини велике значення мають такі види життєдіяльності як навчання, суспільно-корисна трудова активність, заняття спортом, ігрова діяльність. Головним в організації здорового способу життя є принцип єдності виховання, самовиховання та діяльності.

Здоровий спосіб життя є основою профілактики захворювань, попереджує їх виникнення, розширює діапазон адаптативних можливостей людини, є дієвим і надійним способом збереження та зміцнення здоров'я. У ньому повинна бути відповідна єдність і узгодження трьох рівнів життя: соціального, психічного, фізичного. Здоровий спосіб життя – це не тільки матеріальна, практична, але й духовна діяльність людини. Від взаємодії цих сторін способу життя залежить стан її здоров'я.

Створенню системи валеологічного виховання в освітніх закладах сприяли публікації Г.Л. Апанасенка, В.І. Берзіна, І.І. Брехмана, Є.Г. Булич, С.І. Довгала, В.І. Дубровського, В.І. Жолдак, В.П. Зайцева, Л.А. Кашикіна. У дослідженнях цих авторів висвітлені питання про основні складові здорового способу життя, умови збереження та зміцнення здоров'я, формування валеологічної свідомості учнів. Валеологія розглядає здоров'я як феномен буття, реальність, складові частини якої (фізичне, соматичне, розумове, емоційне, соціальне, духовне та особистісне здоров'я) взаємозалежні, взаємопов'язані. Через недотримання основних валеологічних принципів організації навчального процесу в структурі середньої освіти в Україні зростає кількість гострих та хронічних захворювань у школярів. Сприяє цьому також відсутність у молоді пріоритету здоров'я та мотивації вести здоровий спосіб життя. Навчити кожну людину цінувати життя – основне завдання валеології. У вирішенні цієї соціально важливої проблеми велика роль відводиться педагогу, тому, що саме він, окрім сім'ї, формує особистість, людину. Перед педагогом стоїть завдання сформулювати в учнів валеологічний світогляд і пріоритет здоров'я, як найважливішої людської цінності, як фактор збереження та зміцнення здоров'я.

Початком формування здорового способу життя у сім'ї є виховання потреби у здоров'ї. Від батьків залежить – виростуть їхні діти здоровими та життєрадісними, чи передчасно зруйнують своє здоров'я. Батьки повинні виховувати в дітей інтерес до занять фізичними вправами, повсякденно спостерігати за станом їхнього здоров'я, фізичного розвитку, формувати у них життєво важливі рухові якості та навички. У благопо-

лучних сім'ях для більшості батьків діти стають головною цінністю їхнього життя і вони повинні створювати максимально можливі умови для їх всебічного виховання та розвитку.

Сьогодні гостро постала проблема виховання здорового способу життя в юнаків допризовного віку, виховання потреби фізичного вдосконалення, їх фізичної та моральної готовності до військової служби. Рівень здоров'я і фізичної підготовленості юнаків 16-17 років не відповідає сучасним вимогам армії і вказує на гостру необхідність суттєвого підвищення ефективності фізичної підготовки допризовників. Необхідно планувати окремі уроки з розвитку фізичних якостей, підвищити активність учнів, ефективність занять, посилити їх військово-прикладну спрямованість. Програма з фізичної культури для старших класів передбачає розвиток психофізіологічних функцій, необхідних для подальшого життя: праці, навчання, служби в армії. Для їх підсилення науковці пропонують включити до навчальної програми матеріал військово-прикладного характеру.

Поняття «здоровий спосіб життя» включає оздоровлення умов життєдіяльності учнів у процесі навчання, відпочинку і в побуті. Здоровий спосіб життя школярів не можна зводити лише до окремих форм активності, формування певних його компонентів, наприклад, до профілактики шкідливих звичок чи дотримання правил гігієни. Завдання здорового способу життя учнів 9-11 класів передбачають забезпечення протягом усієї їх життєдіяльності таких умов, які сприяють формуванню здорової гармонійної особистості.

В нових соціально-економічних умовах роль занять фізичними вправами в формуванні здорового способу життя старшокласників значно підвищилася і є одним з основних факторів покращення їхнього здоров'я.

Однією з основних складових здорового способу життя є профілактика шкідливих звичок. Паління, алкоголізм, вживання наркотиків стали справжньою проблемою сьогодення. Серйозність цієї проблеми підвищується ще й тим, що шкідливі звички найшвидше поширюються серед молоді. Переконають нас у цьому чисельні різнобічні дослідження, проведені останніми роками. Паління тютюну, вживання наркотиків, алкоголізм – нині одні з найважливіших причин багатьох тяжких захворювань, особливо молоді. З кожним роком зростає небезпека згубного впливу шкідливих звичок на процеси відтворення населення й на здоров'я підростаючого покоління. Науковці наголошують, що здоровий спосіб життя молоді неможливо поєднувати зі шкідливими звичками, бо спосіб життя, пов'язаний з вживанням алкоголю, нікотину, наркотиків приводить до втрати нею соціальної активності, замкнення в коло своїх егоїстичних інтересів.

Важливою складовою частиною здорового способу життя є особиста гігієна та загартування. Шкільна гігієна вивчає взаємодію організму дитини з навколишнім середовищем з метою розробки на цій основі гігієнічних нормативів та вимог, спрямованих на охорону й зміцнення здоров'я, гармонійний розвиток та вдосконалення функціональних можливостей організму школярів. Науковці стверджують, що найкращий

оздоровчий вплив фізичних вправ на організм школярів досягається при поєднанні їх із загартуванням, яке є важливим засобом профілактики негативних наслідків охолодження організму або дії високих температур. Цілеспрямоване використання енергії повітря, землі, води та сонця дозволяє загартувати організм, підвищити його опір до впливу природних факторів. Важливе значення у дотриманні здорового способу життя має режим навчання, праці та відпочинку. Добре складений режим дня – основа життєдіяльності всіх учнів. Дослідники також вказують, що значну роль у формуванні здорового способу життя відіграє правильне харчування. Воно передбачає фізіологічно повноцінне приймання їжі з урахуванням віку, статі, характеру навчання, праці та інших факторів.

Чільне місце у структурі здорового способу життя посідає культура спілкування, яка вклю-

чає систему знань, норм, цінностей та прикладів поведінки, встановлених у суспільстві. Для молоді спілкування є важливою умовою задоволення їхніх взаємин з навколишнім життям, запорукою психічного, фізичного, емоційного, соціального та інтелектуального розвитку особистості.

Висновки. Таким чином, ефективність формування здорового способу життя в учнів 9-11 класів залежить від координації зусиль вчителів, батьків, науковців щодо пропаганди здорового способу життя, орієнтації учнів на здобутки духовної спадщини та популяризацію притаманних українському народу загальнолюдських цінностей, тренінгів, освітніх програм. Стаття не розкриває всіх аспектів окресленої проблеми. Подальшого науково-педагогічного пошуку потребує питання вивчення та розповсюдження регіонального досвіду застосування здоров'язберігаючої педагогіки у практиці роботи з учнями 9-11 класів.

Список літератури:

1. Актуальні питання формування здорового способу життя та використання оздоровчих технологій: матеріали наук.-практ. конф., 26-27 трав. 2011 р., Херсон / МОЗ України, ДУ «Укр. ін-т стратег. дослідж.» Херсон. обл. центр здоров'я та спорт. Медицини. – Херсон, 2011. – 158 с.
2. Бодалев А. А., Кричевский Г. Л. Общение и формирование личности школьника / А. А. Бодалев, Г. Л. Кричевский. – М.: Педагогика, 1987. – 150 с.
3. Булич Е. Г., Муравов І. В. Валеологія. Теоретичні основи валеології: Навч. посібник. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Закопайло С. А. Педагогічні основи виховання у юнаків 10-11 класів цінностей здорового способу життя: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07. – К., 2003. – 202 с.
5. Пермяков А. А. Внешкольное физическое воспитание подростков. – К.: Рад. школа, 1989. – 152 с.
6. Советский энциклопедический словарь / Гл. ред. А. М. Прохоров. – Изд. 4-е. – М.: Сов. энциклопедия, 1987. – 1600 с.

Подборский Ю.Г.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

Подборский Р.Г.

Братская гимназия Братского района Николаевской области

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Аннотация

В статье сосредоточено внимание на особенностях формирования здорового образа жизни у современных учеников 9-11 классов общеобразовательной школы и определены основные пути повышения эффективности его осуществления. Цель статьи состоит в определении сущности понятия «здоровый образ жизни» и исследовании его применения в учебно-воспитательном процессе. Методы: анализ, обобщение и систематизация научно-теоретических положений; синтез, классификация, педагогическое наблюдение, опрос, изучение результатов учебной и воспитательной деятельности учащихся 9-11 классов. Проанализировано сущность, особенности и эффективные формы применения здоровьесберегающей педагогики во время работы с учениками 9-11 классов. Обосновано значение здорового способа жизни для современных старшеклассников.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, здоровьесберегающая педагогика, ученики 9-11 классов.

Pidborskiy Y.H.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

Pidborskiy R.H.

Fraternal Gymnasium of the Brotherly region of the Nikolaev area

PROBLEMS OF FORMATION OF HEALTHY LIFESTYLE IN THE MODERN SECONDARY SCHOOL

Summary

The article focuses on the features of a healthy lifestyle in the modern students of 9-11 grades of secondary school and the basic ways to improve its implementation. The purpose of the article is to substantiate the essence of the concept of «healthy lifestyle» research and its application in the educational process. Methods: Analysis, generalization and systematization of scientific-theoretical positions; synthesis, classification, teacher observations, surveys, research results and educational training of students grades 9-11. The essence, peculiarities and effective forms of pedagogy health-saving use when working with students grades 9-11. The meaning of a healthy lifestyle for today's seniors.

Keywords: health, healthy lifestyles, health-saving education, students grades 9-11.

УДК 378.011.3-051:91]:37.015.3:502/504

ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ГЕОГРАФІЇ

Розсоха А.П.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Досліджено генезу становлення екологічної культури. Охарактеризовано сутність і структуру екологічної освіти, її значення у підготовці майбутніх учителів географії. Проаналізовано екологічну складову змісту професійної підготовки майбутніх учителів географії та визначено педагогічні умови формування екологічної культури.

Ключові слова: вчитель географії, екологічна освіта, екологічна культура, формування екологічної культури, краєзнавства.

Постановка проблеми. На сьогодні діяльність людини веде до зниження якості середовища, погіршення стану здоров'я людей, ставить під загрозу саме існування життя на Землі. Негативний вплив антропогенної діяльності на природу виявляється як на глобальному і регіональному, так і локальному рівнях. Назріла потреба докорінних змін у суспільстві, ціннісних орієнтацій кожної людини і людства в цілому на збереження навколишнього світу. Сучасна система освіти повинна бути зорієнтована на виконання двох взаємопов'язаних функцій: гуманістичної (орієнтації освітнього процесу на життя і розвиток всього людства) і екологічної (збереження всіх компонентів природного середовища, забезпечення умов для збереження життя).

Реформування змісту вищої освіти в Україні орієнтоване на гуманізацію, екологізацію, що ставить перед системою освіти принципово нові завдання. Екологічна освіта є одним із основних засобів реалізації ідей сталого розвитку держави, зміст якої має ґрунтуватися на українському державотворенні. Суттєвого значення в цьому контексті набуває екологічна освіта, кінцевою метою якої є становлення екологічної культури особистості.

Одним із завдань шкільної географічної освіти у ХХІ ст. є формування екологічної культури

особистості яке потребує підготовки висококваліфікованих педагогічних кадрів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Витоки екологізації освіти, формування екологічної культури педагога були закладені в працях Я. Коменського, Ж. Руссо, Й. Песталоцці, К. Ушинського та ін. Про значення природи у формуванні особистості дитини присвячені праці С. Русової, С. Рудницького В. Сухомлинського, які підкреслювали значення спілкування дитини з природою у формування моральних якостей.

Висвітленню загальнотеоретичних аспектів професійної підготовки вчителів присвячені праці О. Абдулліної, А. Алексюка, Ю. Бабанського, В. Галузинського, С. Гончаренка, І. Зязюна, М. Євтуха, В. Кременя, та ін. Вчені надають особливого значення поліпшенню підготовки вчителів через зміст, структуру, дидактичні умови. З цих позицій розглядаються різні принципи побудови навчальних програм, вивчаються співвідношення наукового знання і навчального предмету, розробляються параметри і критерії оцінки підготовки майбутніх вчителів.

Професійна підготовка майбутніх учителів географії розглядається в працях М. Баранського, О. Берлянда, Т. Комісарової, В. Кудирко, П. Масляка, В. Обозного, О. Санкової, В. Саюк, А. Си-

ротинки, О. Скуратовича, О. Тімець, О. Топчієва, П. Шищенко та ін. Методичним аспектам навчання географії у вищій та середній школі присвячені праці М. Елькіна, В. Корнєєва, С. Коберніка, М. Криловця, А. Сиротенка, Б. Чернова.

Проблема краєзнавчої й туристичної роботи вчителів географів висвітлена у працях О. Король, Т. Міщенко, В. Серебряй, О. Плахотнік та ін. Концептуальні положення екологізації освіти через зміст окремих навчальних предметів розкривалися О. Янкович, Л. Шаповал, С. Пальчевським, Л. Панчешніковою, Г. Пустовітом та ін.

Ідея звернення до краєзнавчого матеріалу в шкільному навчанні знайшла своє відображення в педагогічних працях А. Герда, А. Баркова, П. Лєсгафта, Д. Семенова. У працях Н. Баранського, М. Ковалевської, В. Максаковского, Н. Родзевича підкреслюється значення шкільної географії у формуванні екологічного світогляду учня і аргументується необхідність включення в зміст шкільної географії ідей про біосферу, раціональне природокористування.

Виділення невирішених раніше частин поставленої проблеми. Формування екологічної культури майбутніх вчителів географії засобами краєзнавства, екотуризму.

Формулювання цілей статті. Екологічна освіта має на меті формування екологічної культури особистості як сукупності практичного і духовного досвіду взаємодії людства з природою, що забезпечує спільне, взаємоузгоджене, гармонійний розвиток людини, суспільства і природи.

Виклад основного матеріалу дослідження. На сьогодні знання у майбутніх вчителів географії з питань формування екологічної культури учнів є недостатніми. Розуміючи важливість формування екологічної культури школярів засобами краєзнавства, багато вчителів географії не можуть визначитися у виборі змісту і ефективних технологій для досягнення потрібних результатів.

Студенти в більшості не уявляють значення і місце краєзнавства у своєму житті, у багатьох із них відсутні переконання в необхідності формування екологічної культури. В навчальному процесі вузу не повністю використовуються можливості психолого-педагогічних і спеціальних дисциплін з даної проблеми, відсутні необхідні тематичні спецкурси, не приділяється належна увага питанням формування екологічної культури школярів засобами краєзнавства в ході педагогічної та польових практик, а також в науково-дослідній роботі студентів. Саме тому необхідна ціла низка суттєвих заходів по озброєнню студентів педагогічного вузу теоретичними знаннями, практичними навичками, ціннісними орієнтаціями, необхідними для здійснення процесу формування екологічної культури учнів.

Вся система сучасної освіти повинна бути орієнтована на гуманізацію і екологізацію [4].

Гуманізація суспільства, як наскрізний напрямок пронизує науку і освіту, стверджує ідеологію гуманізму в ставленні до людей, до природи, до плодів людської праці і визначає характер людського життя. Ідеї гуманізації в сучасній науці реалізуються в зв'язку з її екологізацією, формуючи базову концепцію вивчення і подолання екологічних проблем різного рангу – екологічний гуманізм. При цьому «гуманізм – це екологізація

по відношенню до людини, а екологізація – це гуманізм по відношенню до природи». Екологізація розглядається як процес проникнення екологічних ідей, принципів, підходів в традиційні науки. Екологізація освіти впливає на посилення еколого-світоглядної складової освіти, екологізації дошкільної, початкової, середньої та вищої освіти, підготовки фахівців у цій сфері [5].

У 60-х рр. ХХ ст. педагогічна наука активно розробляла проблему природоохоронної освіти школярів, що відображалось у включенні в шкільні програми і підручники з біології та географії питань охорони природи, застосування природозберігаючих технологій; завдань розвитку у школярів позитивного, дбайливого, морального ставлення до природи, формування екологічної культури в процесі навчання, виховання і розвитку [9].

За кордоном в екологічній освіті більш проявляється прикладна розробленість і систематичність. Прикладом може служити американські школи, де викладання екологічних курсів розпочато з 50-х рр. ХХ ст. Розроблена спеціальна програма з екологічної освіти вчителів, яка охоплює систему підвищення кваліфікації. Крім міждисциплінарного підходу обов'язковий принцип безперервності екологічної освіти.

Проблема екологічної освіти в Німеччині стала актуальною і визначається німецькими вченими як державна глобальна проблема, що стимулює розвиток нових концепцій екологічного навчання і виховання: «педагогіка в сфері навколишнього середовища та природи», «концепція екологічного навчання», «проблемно-діяльнісного навчання екології», «натурпедагогіка» [5].

Екологічна культура визначається вченими як засіб характеристики рівня відносин людини до природи, яка охоплює усі сфери матеріального і духовного життя суспільства. Екологічна культура особистості передбачає наявність у людини певних знань і переконань, готовності до діяльності, а також її практичні дії, які узгоджуються з дбайливим ставленням до природи [2].

Під екологічною культурою особистості ми розуміємо сукупність практичного і духовного досвіду взаємодії людини з природою, що забезпечує взаємоузгоджений, гармонійний розвиток її у суспільстві і природі.

Екологічна культура розглядається як підстава і базис загальної культури, серцевина нової гуманістично-технологічної культури ХХІ ст., що відображає характер і якісний рівень відносин між суспільством і природою. Вона проявляється в системі духовних цінностей, в усіх видах і результатах людської діяльності. У педагогіці під екологічною культурою особистості розуміється міра і спосіб реалізації і розвитку сутнісних сил людини, екологічного мислення в процесі духовного і матеріального освоєння природи і підтримки її як цінності.

У формуванні екологічної культури особистості особливе місце займає екологічне виховання, під яким розуміємо частину педагогічної діяльності, спрямованої на розвиток у підростаючого покоління необхідних рис для встановлення гармонійної взаємодії з природою. Сукупність цих рис і є екологічною культурою школяра.

Таким чином структура екологічної культури включає наступні компоненти:

– систему наукових знань, про взаємодію в системі «природа суспільство – людина», спрямованих на пізнання процесів і результатів взаємодії – людини, суспільства і природи;

– інтелектуальні та практичні вміння, пов'язані з вивченням і оцінкою стану навколишнього середовища, передбаченням наслідків втручання людей в природні процеси, дотримання норм поведінки і діяльності;

– емоційно-ціннісне ставлення до природи, навколишнього середовища, здоров'я, екологічної діяльності щодо збереження та поліпшення навколишнього середовища та здоров'я.

Отже, в екологічній культурі можна виділити три основні компоненти: когнітивний (знання), ціннісний (аксіологічний, ціннісні орієнтації), діяльнісний (вміння і поведінка) [5].

Ще на початку ХХ ст. В. Вернадський підкреслював, що людина своїми діями змінює обличчя планети головним чином несвідомо. Усвідомлення цього факту призводить до розуміння того, що для рішення екологічних проблем і переходу до сталого розвитку необхідна не тільки освіта населення в питаннях взаємин з навколишнім середовищем, а й усвідомлена поведінка кожного жителя планети.

Особливістю екологічної культури є прояв екологічних переконань у всіх видах діяльності учнів. При формуванні відповідального ставлення до природи суспільна необхідність збереження природи повинна бути перетворена у внутрішні потреби і інтереси школярів, що вимагає дотримання в процесі екологічної освіти ряду принципів: єдності засвоєння екологічних знань і накопичення учнями соціально-значущого особистого досвіду, поведінки і дії; прогностичності тобто орієнтування учнів на ознайомлення і дослідження стану навколишнього середовища, глобальних, регіональних і краєзнавчих екологічних проблем; міждисциплінарність вивчення екологічних проблем; цілепокладання (педагогічну організацію) в спілкуванні з природою.

Екологічна культура особистості учня є джерелом вимог до екологічної культури вчителя. Дотримання комплексу педагогічних умов у підготовці студента сприяє ефективності підготовки майбутнього вчителя географії до формування екологічної культури школярів засобами краєзнавства. Дотримання визначених педагогічних умов сприятиме формуванню екологічної культури майбутніх вчителів географії: попередній аналіз змісту кожної з навчальних дисциплін з метою виявлення можливостей використання краєзнавчого підходу в навчанні і розробка шляхів їх екологізації; врахування принципів системності, наступності, міждисциплінарності, послідовності і логічного побудови матеріалу екологічної та краєзнавчої тематики; використання курсу «Краєзнавство», який синтезує краєзнавчі, екологічні еколоого-педагогічні знання і має професійну спрямованість; розробка спеціальних завдань під час проходження педагогічної практики в школі; написання курсових і дипломних робіт з еколоого-краєзнавчої тематики.

Модель екологічної культури вчителя географії має включати:

– вимоги до особистості, яка в екологічному відношенні сформована різнобічно, гармонійно, цілісно, організована її мотиваційно-змістова сфера;

– володіння цілісною картиною сучасного світу «суспільство-природа-людина»;

– володіння системою умінь, що дозволяє виконувати основні соціальні функції у відповідності зі своєю екологічною позицією в суспільстві;

– розумінням цілісної екологічної картини світу і свого місця в ній. Основоположними принципами екологічної освіти, без яких неможливе формування екологічної культури майбутнього вчителя географії, є принципи гуманізації, науковості, інтеграції, безперервності, систематичності, прогностичності, професійної спрямованості [11].

Підготовку студентів до формування екологічної культури школярів засобами краєзнавства необхідно розглядати як процес оволодіння студентами системою педагогічних знань, умінь, формування на їх основі системи професійних переконань і установок майбутніх вчителів. Результатом такої підготовки є досягнутий студентами рівень розвитку особистості вчителя, його професійна компетентність. На сьогодні щодо питання про можливість реалізації краєзнавчого підходу в екологічній освіті існує кілька точок зору та фактом залишається те, що основною метою екологічної освіти є формування екологічного світогляду а відповідно і екологічної культури.

Курс краєзнавства в педагогічних вищих навчальних закладах носить комплексний характер. Пріоритетне значення в ньому має географічний компонент, який доповнюється відомостями з екології, етнографії, мистецтвознавства, культури, топоніміки та ін. У позакласній роботі з учнями майбутні вчителі географії повинні вміти організувати школярів для проведення краєзнавчих досліджень, роботи в польових умовах, збору, обробці і оформленню краєзнавчого матеріалу.

Залежно від предмета вивчення краєзнавство може бути літературним, історичним, етнографічним, географічним, екологічним і т.д. Нерідко під краєзнавством розуміють саме географічне краєзнавство, так як в краєзнавстві і в географії, предметом вивчення є місцевість, територія. Краєзнавчий підхід у викладанні географії базується на привнесенні в навчальний предмет конкретності, образності, особистого соціального досвіду школяра, оснований на вивченні рідного краю. Цілі реалізації краєзнавчого підходу спрямовані на розвиток особистості в умовах національно-регіональних традицій, виховання особистої причетності до культури свого краю.

Відомий географ і педагог Н. Баранський зазначає, що краєзнавчий принцип дає можливість будувати викладання географії згідно правил дидактики: «від невідомого до відомого», «від близького до далекого», дозволяє побачити «світ у краплі води, пропонує вивчати майбутнім вчителям географії свій край і вплив людини на природу своєї місцевості [2].

У практиці навчання вищів курсу «Географічне краєзнавство» термін «рідний край» означає територію де людина проживає, з якою знайомиться за допомогою краєзнавчої літератури і картографічного матеріалу, а також шляхом безпосередніх спостережень під час походів та екскурсій. Під терміном «своя місцевість» розуміють територію доступну безпосередньому спостереженню учнями під час навчальної та позаклас-

ної роботи в околицях школи при проведенні навчальних та позакласних екскурсій в радіусі 7-8 км. Поняття «своя місцевість» може охоплювати територію адміністративного району, селища міського типу, міста, району з прилеглою зеленою зоною [9].

Характерним в наш час у підготовці майбутніх вчителів географії з одного боку є підвищення уваги до краєзнавства, його ролі в екологічній освіті школярів, з іншого – краєзнавчої підготовки. Актуальність підготовки майбутнього вчителя географії до формування екологічної культури школярів визначається, з одного боку, визнанням ролі краєзнавства у формуванні особистості підростаючого покоління і посиленням уваги до краєзнавчої підготовки майбутніх вчителів географії, з іншого боку, можливостями краєзнавства у формуванні екологічної культури школярів.

Висновки. Отже, підготовка майбутнього вчителя географії до формування екологічної культури школярів засобами краєзнавства є досить актуальною, оскільки реалізація ідей гуманізму в сучасній науці (в тому числі і географічній) реалізується в зв'язку з її екологізацією, яка розглядається як процес проникнення екологічних ідей, принципів, підходів в традиційну систему освіти. Екологічна освіта має на меті формування екологічної культури особистості як сукупності практичного і духовного досвіду взаємодії людства з природою, що забезпечує взаємоузгоджений, гармонійний розвиток людини, суспільства і природи. Краєзнавство в екологічній освіті школярів сприяє формуванню системи знань про взаємодію в системі «природа – суспільство – людина», інтелектуальних і практичних умінь пов'язаних з вивченням і оцінкою стану навколишнього середовища.

Список літератури:

1. Абдуллина О. А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования / О. А. Абдуллина. – М.: Просвещение, 1990. – 141 с.
2. Баранский Н. Н. Методика преподавания экономической географии / Н. Н. Баранский. – М.: Учпедгиз, 1960. – 420 с.
3. Беспалько В. П. Основы теории педагогических систем / В. П. Беспалько // Проблемы и методы психолого-педагогического обеспечения технических обучающих систем. – Воронеж, 1977. – 304 с.
4. Закон України «Про вищу освіту»: офіц. текст, прийнятий Верхов. Радою України 1 лип. 2014 р. / Верхов. Рада України. – Київ: Ін Юре, 2014. – 159 с.
5. Константинова Т. В., Зубарев А. Е. Экологическое краеведение во внеклассной работе учителя / Т. В. Константинова // Социально-педагогические проблемы развития школы в новых экономических условиях. Сборник материалов научно-практической конференции. Посвященной памяти Д. М. Гришина. – Калуга: КГПУ им. К. Э. Циолковского, 2002. – С. 31-37.
6. Криловець М. Г. Фахова та методична підготовка майбутніх учителів географії: теорія і практика [монографія] / М. Г. Криловець – Ніжин: Вид-во НДУ ім. М. Гоголя, 2007. – 301 с.
7. Лобачук І. М. Еколого-педагогічні концепції екологічної освіти в школах Німеччини / І. М. Лобачук // Наукові записки Національного педагогічного у-ту імені М. П. Драгоманова. – 2011. – Вип. 98. – С. 390-393.
8. Слостенин В. А. Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки / В. А. Слостенин. – М.: Просвещение, 1976. – 160 с.
9. Тімець О. В. Теорія і практика формування фахової компетентності майбутнього вчителя географії у процесі професійної підготовки: дис. доктора пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / О. В. Тімець. – Умань, 2011. – 487 с.
10. Ушинский К. Д. Избранные педагогические сочинения. В 2-х тт. / Под ред. В. Я. Струминского. – Т. 2. – М.: Учпедгиз, 1953-1954. – 639 с.
11. Шищенко П. Г. Концепція стандарту вищої базової географічної освіти / П. Г. Шищенко, Я. Б. Олійник, О. Ю. Дмитрук – К.: Тандем, 2000. – 586 с.

Розсоха А.П.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

ФОРМИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ГЕОГРАФИИ

Аннотация

Исследован генезис становления экологической культуры. Характеризуется сущность и структура экологического образования, его значение в подготовке будущих учителей географии. Проанализировано экологическую составную содержания профессиональной подготовки будущих учителей географии, определены педагогические условия формирования экологической культуры.

Ключевые слова: учитель географии, экологическое образование, экологическая культура, краеведение.

Rozsokha A.P.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Skovoroda

FORMATION OF THE ENVIRONMENTAL CULTURE IN THE FUTURE GEOGRAPHY TEACHERS

Summary

The genesis of the environmental culture's formation is analyzed. The essence and structure of the environmental education and its importance in the future geography teachers' preparation is characterized. The environmental component in the content of the future geography teachers' training is revealed and the pedagogical conditions of the environmental culture's formation are defined.

Keywords: geography teacher, environmental education, environmental culture, formation of the environmental culture, a means of the local history.

УДК 32.019.52:613.86

ВПЛИВ ПОЛІТИЧНИХ МІФІВ НА СВІДОМІСТЬ ТА МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Рубан А.О.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті з'ясовується як політичні міфи та інші загрози, впливають на свідомість та психологічний стан громадян. Визначено комплекс дискусійних проблем, які потребують глибшого вивчення і концептуалізації. Виокремлено інформаційні, психологічні та політичні загрози. Обґрунтовано, що значні навантаження на психіку і свідомість людей, які викликаються соціальними, політичними, економічними, кримінальними небезпеками, а також низький рівень життя та побуту, виділяє загрози психологічного характеру у самостійний фактор небезпеки для здоров'я особистості, соціальних груп і суспільства в цілому.

Ключові слова: політичний міф, маніпулювання масовою свідомістю, особистість, соціальні, політичні і моральні цінності, здоров'я, політична ситуація, загрози.

Постановка проблеми. На сьогоднішній день пріоритетом для сучасної людини повинно бути відповідальне ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточення як до найвищої індивідуальної цінності. Здоров'я можна сформуванати, зберегти шляхом цілеспрямованої праці над собою і набуттям знань у всіх сферах життєдіяльності. Здоров'я – категорія, що визначається як універсальна людська цінність і поєднує не лише біологічну, а й соціальну, морально-психологічну, духовну складові.

Сучасні міфи, їх вплив на свідомість та морально-психологічне здоров'я людини, потребують детального вивчення, оскільки їх використовують з метою маніпулювання масовою свідомістю, а це впливає на стан здоров'я людини та її оточення.

Українське суспільство, що трансформується, переживає комплекс криз, які посилені військовою агресією Росії проти України. Суспільство нагально потребує усвідомлення й розуміння суспільно-політичних процесів, що відбуваються, проте у сучасних політиків часто не знаходиться раціональних пояснень або вони надто складні для сприйняття громадською думкою. А це позначається на морально-психологічному стані конкретної особистості і суспільства в цілому.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Здоров'я як складна, багатоаспектна категорія було предметом дослідження вітчизняних та зарубіжних науковців другої половини ХХ століття та сучасних науковців: М. Амосова, Ш. Амонашвілі, І. Беха, В. Горащука, Ю. Кобякова, С. Сидорчука та ін.

На всі непрості питання сьогоденного українського буття намагаються дати відповіді історики, політологи, філософи, соціологи, журналісти – В. Андрущенко, Є. Афонін, Б. Дем'яненко, М. Михальченко, А. Паламар, Л. Смола, В. Ткаченко, О. Фісун, Ю. Шайгородський та ін.

Сучасний політичний міф розглядають як один з механізмів впливу на свідомість суспільства [7], як засіб політичного маніпулювання в процесі проведення виборів [9], як чинник виборчого процесу [10], процес застосування виборів як механізму реалізації політичного міфу [8].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз впливу політичних міфів на морально-психологічне здоров'я людини дозволяє зробити висновок, що до цього часу не узагальнено як політичний міф, масова комунікація та ризики інформаційного, політичного, психологічного характеру впливають на загальний психологічний стан людини, групи і суспільства

загалом. У сучасному напруженому інформаційному суспільстві людині складно у всьому розібратися, тому виникає невпевненість, психологічна напруженість, недовіра, і саме цей аспект не був предметом цілісного наукового дослідження.

Мета статті – дослідити як політичні міфи та пов'язані з ним ризики інформаційного, політичного, психологічного характеру впливають морально-психологічне здоров'я людини.

Виклад основного матеріалу. Міф – сильний засіб навіювання, політична зброя, здатна підкорювати, групувати і направляти людей, формувати з них партії, рухи і виховувати борців за свободу. Тому не дивно, що ця зброя активно використовується політиками «...сучасні політики зуміли приборкати міф і спрямувати його в огорожений насипом канал. Міф перестав бути вільною грою уяви. Його відрегулювали, прилаштували до політичних потреб і використали у певних політичних цілях» [2, с. 189]. Тлумачення терміну «маніпулювання» зустрічаються різні. Відомий американський вчений, професор факультету засобів масової інформації Г. Шиллер [13] характеризує маніпуляцію як прихований примус, програмування думок, намірів, почуттів, відносин, установок поведінки.

Дослідники вважають, що маніпулювання призводить до зниження творчого потенціалу народу, блокує процес демократизації суспільства. Серед засобів спеціалізованого впливу політичного маніпулювання на маси використовуються штучно створені і нав'язані масам іміджі, мовні формули, штампи, стереотипи поведінки, а також міфи.

Зрозуміло, що маніпуляція є негативним явищем, тому що обмежує свободу людини, позбавляючи її права вибору та впливаючи на людську свідомість без її згоди. Політичні маніпуляції можуть мати як негативне, так і позитивне значення (наприклад, вплив на маси для підняття рівня політичної участі, активності). Логічним є висновок, що і міф як засіб політичного маніпулювання може переслідувати як корисливу, так і благородну мету.

Міф – це, можна сказати, отруйна зброя. Вона володіє анестезуючою і паралізуючою дією, завдяки якій маніпулювання стає невідчутним. Так, наприклад, сама по собі політична репресія або примус не можуть підкорити людину або зробити її слухняною, бо, як зазначає Е. Кассінер, залишається сфера особистої свободи, яка дозволяє чинити опір впливу і перетворенню навіювання на переконання [3, с. 60]. Міф руйнує цей захист, обплутуючи людину, якщо стає змістом її свідомості, глибоким внутрішнім переконанням, хоча б у формі забобонів і вірувань.

Міф, пануючи в сфері колективного несвідомого, завдяки своїй природі та характеристикам, має вагомий вплив на масову свідомість. Автор однієї з перших концепцій масового суспільства Г. Лебон вважав основною характерною рисою маси злиття індивідів в єдині розум і почуття, які затушовують особистісні розходження і знижують інтелектуальні здібності. Кожний прагне бути схожим на ближнього, з яким він спілкується. При цьому все одно, яку має освіту чи до якого соціального класу належить людина, що потрапляє до юрби: «З того самого моменту, коли

люди виявляються в натовпі, невіглас і вчений стають однаково нездатними міркувати. Натовп не міркує, а кориться пристрастям» [4, с. 170].

Міфи поширюються як в процесі безпосередньої міжособистісної, так і масової комунікації, що є процесом передачі інформації за допомогою технічних засобів на великі за чисельністю, розосереджені аудиторії. Так як маніпулювання за допомогою політичних міфів задля своєї ефективності передбачає охоплення якомога більшої кількості людей, то міфи в переважній більшості випадків поширюються в процесі масової комунікації, тобто за допомогою засобів масової інформації (газет, радіо, телебачення, мережі Інтернет).

Діяльність засобів масової комунікації перестає бути для людини похідною від яких-небудь подій. Засоби масової комунікації починають у свідомості людини діяти як першопричина, що наділяє дійсність своїми властивостями. Міф, як спосіб сприйняття світу найбільш органічний для людини, що живе в умовах електронного оточення

Сьогодні електронні засоби масової інформації відтворюють дедалі насиченішу інформаційну оболонку планети, і людство поступово опиняється у принципово новому соціокультурному просторі («усі часи й простори відразу»). Як міф, так і масова комунікація сприяють виникненню феномена глобальної ідентичності, причетності до всього, що відбувається у світі, людині складно у всьому розібратися, виникає невпевненість, психологічна напруженість. Міфологічний час та інформаційні блоки засобів масової комунікації, що дають «усі часи та простори відразу» (наприклад, у телевізійних випусках новин), поєднують у єдиний сплав минуле, сучасність і майбутнє. ХХІ с. не припинило процес міфотворення, а, навпаки, посилило його вплив.

Як зазначає Ю. Шайгородський, політична міфологія виокремилася в самостійну галузь політичної науки. Вітчизняні та зарубіжні дослідники підхопили естафету Ж. Сореля і почали вивчати не лише міф як такий, а й політичний міф як результат інтелектуальної і суспільної діяльності, як засіб політичних маніпуляцій, як спосіб осягнення політичного світу і впорядкування суспільної свідомості та поведінки. Поняття «політичний міф» у сучасній науковій літературі стало важливим інструментом пізнання свідомості людей, політики, політичної поведінки лідерів, еліт, особистостей [12, с. 32].

Політичний міф – це певна модифікація вірувань і уявлень про політичну реальність, які мають мобілізуючий характер та реально впливають на поведінку людей і перебіг сучасних політичних процесів.

Сучасний політичний міф це спосіб тотального впливу на людину. За його допомогою конструється й легітимізується соціальна, політична реальність. Для його поширення використовуються наукові теорії, створюються певні образи та гасла, які згодом перетворюються на стереотипи масової свідомості. Зокрема, структурна теорія міфу допомогла К. Леві-Строссу [5] розкрити механізм міфотворення через виявлення сукупності несвідомих логічних операцій та інструментів для вирішення світоглядних суперечностей. Принцип єдності чуттєвого та раціонального, якого дотримувался К. Леві-Стросс, став мето-

дологічним інструментом творення сучасних політичних міфів.

С. Нікітчина, зауважує, що діалектичний розвиток філософії здоров'я людини супроводжується паралельними процесами розвитку здоров'язбереження у суспільстві, що поступово перетворюється в суспільну охорону здоров'я [6, с. 630].

Як засвідчила динаміка останніх суспільно-політичних подій в Україні, українське суспільство і в XXI ст. не має стійкої, беззаперечної і непротирічної внутрішньої єдності. Неповний консенсус відносно фундаментальних цінностей, ідеалів і цілей суспільства і на сучасному етапі породжує високу конфліктність та соціальну напруженість.

Сучасній політичній свідомості України притаманний низький ступінь довіри населення до державних інститутів влади, ігнорування законних способів розв'язання конфліктів, переважання емоційних регуляторів у політичній діяльності [11, с. 523].

Політична культура українців має суперечливий, еклектичний характер, відзначається відсутністю чіткої спрямованості політичного розвитку та пріоритетів внутрішньої і зовнішньої політики, зростання соціального песимізму та наявності синдрому дива, що послаблює політичну волю людини.

Все це доповнюється інформаційними загрозами, до яких належать: надання цілеспрямованого інформаційного впливу на населення через засоби масової інформації, Інтернет, яке може призвести до негативних соціально-політичних наслідків; неповна реалізація прав громадян у сфері отримання та обміну достовірною інформацією; провокування соціальної, міжнаціональної, релігійної напруженості через діяльність окремих ЗМІ; маніпулювання масовою свідомістю за допомогою використання інформаційно-психологічного впливу; втрата відомостей з інформаційних ресурсів у найважливіших сферах політичного, економічного, науково-технічного і військової інформації; поширення зловживань у кредитно-фінансовій сфері, пов'язаних із проникненням кримінальних елементів у комп'ютерні системи та мережі; спотворення в інформаційних джерелах історичного досвіду, економічного укладу та національних традицій народу; безвідповідальне ставлення ряду засобів масової інформації до питань формування суспільної свідомості.

Реалізація зазначених загроз може призвести до створення атмосфери напруженості і політичної нестабільності; дискредитації органів управління, конфліктів; зниження темпів науково-технічного розвитку; нанесення значного економічного збитку.

Значні навантаження на психіку і свідомість людей, які викликаються соціальними, політичними, економічними, кримінальними небезпеками, а також особливості життя та побуту викликають загрози психологічного характеру у самостійний фактор безпеки для особистості, соціальних груп і суспільства в цілому.

До загроз психологічного характеру належать: зростання психологічної напруги населення внаслідок збільшення числа стресових ситуацій; підвищення психологічної напруженості у населення внаслідок посилення відчуття соці-

альної незахищеності; протиставлення поколінь на основі відмінності сповідуваних цінностей, різниці в умовах життя і мотивації; інформаційне нав'язування і фінансове підкріплення «російських» стереотипів сприйняття, мислення, поведінки, впроваджуваних у свідомість без врахування особливостей українського менталітету; втрата віри в професіоналізм, чесність і порядність політичних лідерів; зміна життєвих цінностей у бік споживчої та індивідуалістичної психології; зростання кількості психічних захворювань; зростання споживання алкоголю, поширення наркоманії; формування культури багатства (за рахунок придбання матеріального благополуччя будь-якими засобами), агресії та насильства, і, як наслідок цього, втрата орієнтації на моральні, духовні і культурні цінності.

Реалізація загроз психологічного характеру може призвести до: порушення психічного здоров'я певної частини жителів; збільшення кількості психічних захворювань, самогубств і злочинів.

До основних загроз політичного характеру належать: виникнення екстремістських політичних течій і угруповань; протиправна діяльність деяких політичних та громадських об'єднань, що використовують насильство як засіб політичної боротьби; тенденція до відстороненості основної частини населення від політичного життя, «політична байдужість», поряд із підвищеною політизацією окремих груп; відсутність загальнодержавної системи формування політичної свідомості людей, зниження рівня політичної грамотності значної частини суспільства;

Реалізація зазначених загроз може призвести до руйнування механізму вироблення і проведення в життя політики, що відповідає інтересам стабільного і сталого розвитку.

Нині все очевиднішою стає втрата національної перспективи, психологічно-духовної домінанти, віри українців у можливість побудувати цивілізовану демократичну державу, це вкрай негативно позначається на політичній, економічній, соціальній, національній, конфесійній, звичайно, морально-психологічній сферах українського суспільства.

Б. Дем'яненко, зазначає, що не може не насторожувати деградація молодого населення країни. Більшість представників підрастаючого покоління не прагнуть до навчання (не плутати з бажанням вступати у ВНЗ і мати вищу освіту), не має бажання працювати фізично й інтелектуально, але охоче вживає наркотичні та психотропні речовини, регулярно вживає алкоголь, левову частку проводить у «світовій павутині» та за комп'ютерними іграми, має погане здоров'я, характеризується низькою тривалістю життя, відсутністю мети і мотивації в житті, неосвіченістю, розпусністю, відсутністю вихованості, легковажністю, несерйозним ставленням до особистої безпеки, суїцидальними настроями, безвідповідальністю [1, с. 413].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальшого розвитку в цьому напрямку. Політичний міф – це певна модифікація вірувань і уявлень про політичну реальність, які мають мобілізуючий характер та реально впливають на поведінку людей і перебіг сучасних політичних процесів. Людина в сучасних політичних умо-

вах потребує вироблення чітких світоглядних та соціально-політичних орієнтирів, цінностей подальшого розвитку, якщо цього немає, то суспільство, яке перебуває в стані зубожіння, не можна назвати прогресуючим. Зневіра породжує стагнацію, від якої лише крок до депресії.

Міфологічні моделі світу складають основу ментальності, визначають своєрідність реакції суспільства щодо реалізації тих чи інших реформ та їх доцільності, щодо ставлення до сучасних політичних подій та історичного минулого. Україні, як будь-якій іншій державі, притаманне міфотворення. Процес зламу старих переконань, перманентний спалах інтересу до ірраціональних міфів свідчить: у нашому суспільстві

система цінностей перебуває в дифузному стані, існує конкуренція міфогенеративних цінностей. Здійснюються спроби зовнішнього міфотворення з метою нав'язати українському суспільству певну світоглядну парадигму, а це впливає на морально-психологічне здоров'я людини. Міфи є невід'ємною складовою політичного життя, розглядати це явище з точки зору тільки позитивності чи негативності неприпустимо.

Перспективи подальших досліджень полягають у більш ґрунтовному аналізі впливу політичних міфів на морально-психологічне здоров'я людини, оскільки деградація суспільства починається з деградації особи, а закінчується деградацією нації.

Список літератури:

1. Дем'яненко Б. Морально-психологічне здоров'я громадян України в умовах суспільно-політичної та економічної трансформації суспільства / Б. Дем'яненко // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»: збірник наукових праць. – Переяслав-Хмельницький, 2013. – Вип. 30. – С. 410-416.
2. Кассирер Э. Иудаизм и современные политические мифы / Э. Кассирер // Новый круг. – 1992. – № 2. – С. 188-191.
3. Кассирер Э. Техника современных политических мифов / Э. Кассирер // Вестник МГУ. – 1990. – № 2. – С. 58-69.
4. Лебон Г. Психология народов и масс / Г. Лебон. – СПб.: Макет, 1995. – 313 с.
5. Леви-Строс К. Структурная антропология / К. Леви-Строс. – М.: Главная редакция восточной литературы, 1985. – 525 с.
6. Нікітчина С. Філософія здоров'я в освітньому просторі / С. Нікітчина // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»: збірник наукових праць. – Переяслав-Хмельницький, 2013. – Вип. 30. – С. 628-632.
7. Політична абетка: матеріали для практичного використання / [за наук. ред. док. наук з держ. упр. О. В. Радченка; Редактор-упорядник А. В. Карташов]. – Вид. 8-е, доп. і перероб. – Х.: Вид-во «ДокНаукаДержУпр», 2010. – 350 с.
8. Політична свідомість // Політологічний енциклопедичний словник / [Упорядник В. П. Горбатенко; За ред. Ю. С. Шемчученка, В. Д. Бабкіна, В. П. Горбатенка]. – 2-ге вид., доп. і перероб. – К.: Генеза, – 2004. – С. 510-511.
9. Полосин В. С. Миф. Религия. Государство / В. С. Полосин. – М.: Ладомир, 1999. – 440 с.
10. Полянська В. Ю. Символічна політика як система політичних технологій: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. політ. наук: 23.00.02 «Політичні інститути та процеси» / В. Ю. Полянська. – Д., 2004. – 19 с.
11. Почепцов Г. Имиджология / Г. Почепцов. – К.: Ваклер, 2001. – 698 с.
12. Шайгородський Ю. Політичний міф / Ю. Шайгородський // Політологія: навчальний енциклопедичний словник довідник для студентів ВНЗ I-IV рівнів акредитації / За наук. ред. д-ра політ. н. Н. М. Хоми [В. М. Денисенко, О. М. Сорба, Л. Я. Угрин та ін.]. – Львів: «Новий світ – 2000», 2014. – 779 с.
13. Шиллер Г. Манипуляторы сознанием / Г. Шиллер. – М.: Мысль, 1980. – 326 с.

Рубан А.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

ВЛИЯНИЕ ПОЛИТИЧЕСКИХ МИФОВ НА СОЗНАНИЕ И МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Аннотация

В статье выясняется как политические мифы и другие угрозы, влияют на сознание и психологическое состояние граждан. Определенно комплекс дискуссионных проблем, которые нуждаются в более глубоком изучении и концептуализации. Выделены информационные, психологические и политические угрозы. Обоснованно, что значительные нагрузки на психику и сознание людей, которые вызываются социальными, политическими, экономическими, криминальными опасностями, а также низкий уровень жизни и быта, выделяет угрозы психологического характера в самостоятельный фактор опасности для здоровья личности, социальных групп и общества в целом.

Ключевые слова: политический миф, манипулирование массовым сознанием, личность, социальные, политические и моральные ценности, здоровье, политическая ситуация, угрозы.

Ruban A.A.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

INFLUENCE OF POLITICAL MYTHS ON CONSCIOUSNESS AND MORAL PSYCHOLOGICAL HEALTH OF HUMAN

Summary

In the article elucidates as political myths and other threats affect on the mind and psychological state of the citizens. The complex of debatable problems that require deeper study and conceptualization is determined in it. Informations and psychological threats are researched. The considerable loadings on the psychics and consciousness of people caused by social, political, economic, criminal dangers and poor living and life, identifies threats of psychological character in independent factor of danger for health personality, social groups and society in the whole are grounded.

Keywords: political myth, manipulation of mass consciousness, personality, social, political and moral values, health, political situation, threat.

УДК 378.011.3-051:62]:614

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ТЕХНОЛОГІЙ

Сиротюк О.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті розкрито формування безпечної поведінки підростаючого покоління, навичок поведінки в небезпечних ситуаціях різного походження, стійкої мотивації щодо безпечної життєдіяльності та здорового способу життя, згідно із законами. Вказано на систему взаємопов'язаних наукових і емпіричних знань, умінь і навичок, що необхідні для формування мотиваційно-вольового, змістовного, операційного компонентів готовності студентів до культури безпечної поведінки.

Ключові слова: поведінка, культура, безпечна поведінка, вольова сфера, безпека життєдіяльності, цивільний захист.

Постановка проблеми. Одним із пріоритетів системи освіти визначено необхідність формування безпечної поведінки підростаючого покоління, навичок поведінки в небезпечних ситуаціях різного походження, стійкої мотивації щодо безпечної життєдіяльності та здорового способу життя, згідно із законами. В умовах нестабільності соціально-економічного і політичного життя країни відбувається стійка тенденція до показників здоров'я дітей. Тому перед навчальними загальноосвітніми закладами виник цілий комплекс нових завдань, що вимагають конкретних і негайних рішень. Найважливішою із них є розробка методичних підходів до формування у дітей звичок здорового способу життя. Провідна роль у вирішенні зазначеної проблеми належить учителю, який усвідомлює необхідність цілеспрямованої діяльності щодо збереження життя й зміцнення здоров'я своїх учнів, спроможний ефективно сприяти формуванню безпечної поведінки підростаючого покоління.

Актуальність проблеми також підтверджуються державними документами про освіту (закон України «Про освіту», Національна доктрина розвитку освіти, закон України про загальну середню освіту, Концепція національного виховання, Концепція позакласної виховної роботи в за-

гальноосвітній школі). Ці документи орієнтують освітньо-виховний процес на здійснення підготовки людини до життя в суспільстві на засадах гуманізму й толерантності, а також підтверджують важливе значення всебічного розвитку особистості як найвищої цінності суспільства.

Аналіз літературних джерел. Методику навчання основам безпечної життєдіяльності розглянуто в дослідженнях С.П. Гвозд'я, Л.Г. Горяної, О.В. Жабокрицької, В.В. Нестеренко, Л.А. Сидорчук та ін. Відповідні проблеми знайшли відображення в педагогічних працях видатних учених світового значення (О. Декролі, Дж. Дьюї, Г. Кершенштейнер, Г. Лай, Е. Менман та ін.) та вітчизняних педагогів (К.Н. Вентцель, М.О. Корф, П.Ф. Лесгафт, М.І. Пирогов та ін.). Окремі теоретичні та методологічні питання з формування основ безпечної життєдіяльності відображено в працях В.І. Бабич, М.Р. Батіщевої, Р.Ю. Васильєвої, С.П. Гвозд'я, О.В. Жабокрицької, Г.І. Лук'яненко, Т.А. Петухової, О.В. Пуляк, Л.С. Пундик, С.Р. Чернишова, С.В. Яковенка-Глушенкова.

Важливість вказаної проблеми зумовила увагу до неї науковців та педагогів-практиків, що мають безпосереднє відношення до викладання безпеки життєдіяльності у вищих навчальних закладах. Заслужують на увагу дослідження,

Є. П. Желібо, В. В. Зацарного, В. М. Заплатинсько-го, О. І. Запорожця, В. М. Лапіна, З. М. Яремко та ін. Дидактичні та методичні основи формування безпечної поведінки учнів наведені у працях Л. П. Арістової, Ю. К. Бабанського, В. П. Безпалька, М. А. Данилова, В. І. Лозової, Д. Ф. Ніколенко, П. І. Підкасистого, М. Н. Скаткіна, Т. П. Шамової, І. Ф. Харламова.

Ряд дослідників виокремлює чотири етапи у формуванні безпечної поведінки. Першим етапом формування є ознайомлення із загальними нормами, алгоритмами, правилами безпечної поведінки. Студент має знати як потрібно себе поводити в надзвичайних ситуаціях і чому саме так. Другий етап – етап формування ставлень. Вчителю необхідно викликати позитивне ставлення студентів до норм і правил безпечної життєдіяльності, сприяти готовності сприйняти їх як значущі для себе. Третій етап – етап формування поглядів і переконань. Цей етап характеризується сприйняттям і перетворенням норм, правил безпеки, алгоритмів дій в особисте надбання. Четвертий етап передбачає формування спрямованості особистості [3, с. 69].

Мета статті: теоретично обґрунтувати, розкрити педагогічні умови формування культури безпечної поведінки у майбутніх вчителів технологій.

Виклад основного матеріалу статті. Формування безпечної життєдіяльності в умовах навчального закладу є процесом комплексним і повинно відбуватися поетапно, охоплюючи всі періоди. Пов'язані в єдину систему окремі знання, уміння та навички спроможні забезпечити готовність до збереження життя в ХХІ ст. Ця готовність дає змогу забезпечити свою безпеку та побудувати свою життєдіяльність з позиції безпеки суспільства.

Під час формування безпечної поведінки, вчитель не повинен забувати про шкільну періодизацією, щоб можна було визначити особливості підготовки до безпечної життєдіяльності на кожному етапі розвитку за структурними компонентами: мотиваційно-вольових, змістовним, операційним.

Потрібно створювати для студентів формування вольових якостей (самостійності, впевненості у своїх силах, витримки, наполегливості, самоконтролю). Також формувати логічну пам'ять, на основі якої, стає можливим засвоєння як теоретичних знань, так і практичних умінь та навичок – складових змістовного й операційного компонентів готовності, що виявляється у формуванні ставлення до себе, свого життя як до чогось унікального, неповторного; набуття уявлень, умінь і навичок із збереження і зміцнення здоров'я, пожежної й дорожньої безпеки, правил поведінки в побуті, на вулиці, щоб запобігти отриманню побутових травм і зберегти життя.

Вчитель формує готовність до безпечної життєдіяльності, оскільки відбувається засвоєння найважливішої інформації, пов'язаної із забезпеченням власної безпеки, визначаються фундаментальні життєві принципи, відбувається інтенсивна робота над формуванням своєї особистості, виробляється індивідуальний стиль поведінки, розвивається критичність мислення, інтенсивно формується здатність до самопізнання і самосвідомості. Тобто мається основа для формування всіх компонентів готовності до безпечної життєдіяльності.

Безпечна поведінка формується на основі педагогічних умов:

- глибоке і всебічне знання особистості та виявлення його здібностей і нахилів, звичок поведінки і захоплень на всіх етапах його розвитку;
- запобігання негативних явищ, а не боротьба з їх наслідками;
- сформованість мотиваційно-потребової сфери особистості у збагаченні уявлень про безпечну поведінку та усвідомленні правових норм, прийнятих в суспільстві;
- створення безпечних умов середовища в навчальному закладі;
- організація культурно-дозвілєвої діяльності, націленої на закріплення знань, вмінь та навичок безпечної поведінки.

Фундамент безпечної поведінки закладається ще в шкільному віці, що визначає подальший гармонійний розвиток особистості і суспільства в цілому. Згідно з Постановами Кабінету Міністрів України про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти й Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти метою освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» є формування й у подальшому розвиток здоров'я збережувальної компетентності шляхом набуття учнями навичок збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, розвитку культури особистості та готовності до дій в умовах надзвичайних ситуацій [11; 12].

Завдання вивчення дисципліни передбачає опанування знаннями, вміннями та навичками вирішувати професійні завдання з обов'язковим урахуванням галузевих вимог щодо забезпечення безпеки персоналу та захисту населення в небезпечних та надзвичайних ситуаціях і формування мотивації щодо посилення особистої відповідальності за забезпечення гарантованого рівня безпеки функціонування об'єктів галузі, матеріальних та культурних цінностей в межах науково-обґрунтованих критеріїв прийнятності ризику. Володіючи знаннями, отриманими під час вивчення даної дисципліни, майбутні вчителі в процесі своєї професійної діяльності зможуть не лише сформувати в учнів навички поведінки в небезпечних ситуаціях, а й спрямувати їх до безпечного життя і діяльності. У програмних документах, в дослідженнях із проблеми безпеки життєдіяльності людини, широко використовується поняття «безпечна поведінка», що визначається як система дій або вчинків особистості, спрямованих на забезпечення оптимального рівня її захищеності у всіх сферах життєдіяльності, що характеризує загальне ставлення людини як до власної безпеки та життя і здоров'я, так і оточуючих, екологічно безпечного природного середовища [1, с. 7].

З огляду на те, що одним з напрямів освітніх реформ, котрі проводяться в нашій державі, є підготовка дитини до безпечного життя і діяльності, формуванню навичок поведінки в небезпечних ситуаціях, виникає необхідність розглянути таке поняття, як «формування безпечної поведінки підлітків». Впродовж століть безпека вважалася, перш за все, безпекою нації або держави; зараз же концепція безпеки передбачає безпеку власного існування, стабільність життє-

забезпечення, впевненість у завтрашньому дні, прагнення уникнути несправедливості, гарантію зайнятості, страхування від нещасного випадку тощо, тобто звертає увагу на безпеку людини. Безпека людини – це поняття, що відображає саму суть людського життя, її ментальні, соціальні і духовні надбання. На наш погляд, важливим є визначення безпеки життя людини як стану її повного фізичного, соціального й духовного благополуччя, що визначається внутрішніми (спадковість, фізичне й психічне здоров'я) і зовнішніми (навколишнє природне, антропогенне, техногенне, соціальне середовище) чинниками. На наш погляд, важливим є визначення безпеки життя людини як стану її повного фізичного, соціального й духовного благополуччя, що визначається внутрішніми (спадковість, фізичне й психічне здоров'я) і зовнішніми (навколишнє природне, антропогенне, техногенне, соціальне середовище) чинниками.

У програмних документах, так і в дослідженнях із проблеми безпеки життєдіяльності людини, широко використовується поняття «безпечна поведінка». Безпечна поведінка як своєрідну активність, що не несе в собі небезпеки, захищає людину від небезпеки; не завдає шкоди особистості й природі. Безпечна поведінка підлітків розглядається через поняття «особистісне ставлення до небезпеки», що визначає емоційне сприйняття індивідом загрози (емоційний компонент), що заломлюється крізь призму оцінки ймовірності негативних наслідків (когнітивний компонент) та власної можливості контролювати ситуацію (поведінковий компонент).

Безпечна поведінка як специфічна форма реалізації суб'єкта, що виражена в системі дій або вчинків, спрямованих на забезпечення оптимального рівня захищеності у всіх сферах життєдіяльності. На основі проведеного аналізу «безпечна поведінка» визначається як система дій або вчинків особистості, спрямованих на забезпечення оптимального рівня її захищеності у всіх сферах життєдіяльності, що характеризує загальне ставлення людини як до власної безпеки та життя і здоров'я, так і оточуючих, екологічно безпечного природного середовища.

Провідна роль у вирішенні зазначеної проблеми належить учителю, який усвідомлює необхідність цілеспрямованої діяльності щодо збереження життя й зміцнення здоров'я, спроможний ефективно сприяти формуванню безпечної поведінки підрастаючого покоління. Як озброїти майбутнього фахівця знаннями щодо загальних закономірностей виникнення небезпек, їх властивостей, наслідків їх впливу на організм людини, основ захисту здоров'я та життя людини і середовища її проживання, вміннями, необхідними для розробки та реалізації засобів та заходів здорових і безпечних умов життя і діяльності, бажання і здатності розглядати предмет що вивчається з орієнтацією на школу? Безпека життєдіяльності є важливою ланка сучасного виховання. Уся робота з навчання безпечної поведінки має вестися з урахуванням трьох головних чинників:

1. Вона не має обмежуватися лише навчанням норм та правил поведінки. Їх треба також навчати обачності, вмінню орієнтуватися та швидко реагувати в екстремальних та надзвичайних ситуаціях.

2. Максимальний ефект досягається, якщо навчально-виховна робота ведеться всесторонньо та з урахуванням особливості психіки, їх підвищеної вразливості.

3. Важливе значення має і психологічна готовність дітей до сприйняття відповідної інформації про небезпеку та до практичних дій у надзвичайних ситуаціях. Навчальні дисципліни такі як «Безпека життєдіяльності», «Цивільний захист» та інші є нормативними дисциплінами, що включаються в навчальні плани як дисципліни обов'язкового вибору. Мета вивчення дисциплін полягає у набутті студентами компетенції, знань, умінь і навичок для здійснення діяльності з урахуванням ризику природних небезпек, які можуть спричинити надзвичайні ситуації та привести до несприятливих наслідків на об'єктах господарювання, а також формування в студентів відповідальності за особисту та колективну безпеку.

Володіючи знаннями, отриманими під час вивчення даних дисциплін, вчителі в процесі своєї професійної діяльності зможуть не лише сформувати у студентів навички поведінки в небезпечних ситуаціях, а й спрямувати їх до безпечного життя і діяльності. Процес формування безпечної поведінки відбувається в послідовності певних етапів: – на першому етапі вчитель повинен ознайомити з безпеками, що можуть виникати навколо них та з правилами поведінки у різноманітних небезпечних ситуаціях і що головне – їх попередження; – наступний етап передбачає оволодіння моделями безпечної поведінки, а саме: визначення небезпеки, аналіз її рівня, прийняття рішення відносно алгоритму дій та свідомі дії для її відвертання або зменшення; – третій етап являє собою удосконалення та створення моделей поведінки з урахуванням власних фізичних, психологічних можливостей, досвіду, вмінь та можливостей зміни умов життєвого середовища.

Для реалізації даного процесу запропоновано технологію підготовки вчителів до формування безпечної поведінки. Вона передбачає реалізацію цілемотиваційного, змістового, операційно-діяльнісного, контрольного-оцінного та результативного компонентів. Цілемотиваційний компонент передбачає орієнтацію на роль та місце навчальної діяльності в процесі формування безпечної поведінки. Зазначений компонент спонукає до оволодіння знаннями і способами діагностики, стимулює вольові зусилля щодо подолання труднощів, що виникають під час навчання. Операційно-діяльнісний компонент визначає й характеризує основні засоби, форми та методи діяльності як вчителя, так і студента, спрямовані на більш ефективне досягнення мети – забезпечення безпечної поведінки. Серед них тренінгові ігри, ділові ігри, аналіз та вирішення конкретних ситуацій, розв'язання графічних завдань, завдання дослідницького характеру, проекти тощо [3, с. 59].

Контрольно-оцінний компонент характеризує оцінку, контроль, самооцінку і самоконтроль рівня підготовки до визначеної діяльності з метою їх аналізу формування безпечної поведінки. Зміст компоненту включає методи оцінки рівня підготовки до навчальної чи поза навчальної роботи з безпеки життєдіяльності, виявлення недоліків підготовки для подальшої корекції (розв'язування

педагогічних задач, графічних задач, анкетування, спостереження, бесіди, тестові завдання). Результативний компонент зумовлюється рівнем сформованості готовності до формування безпечної поведінки, який проявляється через сукупність розглянутих вище компонентів [8].

Подальше ознайомлення з сучасними технологіями освіти щодо формування безпечної поведінки сприяє становленню їх компетенції. На думку науковців, однією з ефективних педагогічних технологій є метод проектів. Даний метод являє собою форму навчально-пізнавальної активності, що полягає в мотивованому досягненні свідомо поставленої мети для створення творчих проектів, забезпеченні єдності та наступності всіх аспектів процесу навчання. Л. В. Тополя характеризує поняття «проект» як прототип, ідеальний образ передбачуваного або можливого об'єкта, стану, у деяких випадках – план, задум якої-небудь дії. Дослідник пояснює проект як об'єднану навчально-пізнавальну творчу діяльність, що мають спільну проблему, мету, способи діяльності, узгодженні методи, спрямовані на досягнення загального результату сумісної діяльності [4].

Технологія проектування передбачає розв'язання учнем чи групою учнів якої-небудь проблеми, яка передбачає, з одного боку, використання різноманітних методів, засобів навчання, а з другого – інтегрування знань, умінь з різних галузей науки, техніки, творчості. Метою проектування для вчителя є створення таких умов під час навчального процесу, за яких його результатом є індивідуальний досвід проектної діяльності учня, його продуктивна діяльність. До організації роботи за проектом висуваються такі вимоги:

1. Проект розробляється за ініціативою вихованців (учнів, слухачів). Тема проекту для всього колективу може бути одна, а шляхи її реалізації у кожній групі – різні. Можливе одночасне виконання вихованцями (учнями, слухачами) різних проектів.

2. Проект є значущим для найближчого опосередкованого оточення вихованців (учнів, слухачів) – батьків, знайомих.

3. Робота за проектом є дослідницькою, моделює роботу в науковій лабораторії чи іншій організації.

4. Проект педагогічно значущий, тобто вихованці (учні, слухачі) здобувають знання, будують стосунки, оволодівають необхідними способами мислення та дії.

5. Проект заздалегідь спланований, сконструйований, але разом з тим допускає гнучкість і зміни в ході виконання.

6. Проект орієнтований на розв'язання конкретної проблеми, його результат цікавить споживача. Мета такого проекту звужена до завдання, що розв'язується.

7. Проект реалістичний, зорієнтований на наявні у шкільному та позашкільному навчальному закладі ресурси або залучені на підставі угоди.

Організація учнівських проектів дозволяє в значній мірі урізноманітнити діяльність школярів.

Проекти з безпеки життєдіяльності відрізняються насамперед такими якостями: – тематикою проектів, яка спрямована на виховання в учнів бережливого, дбайливого та усвідомленого ставлення до власного здоров'я як однієї з найвищих людських цінностей; потреби самопізнання та всебічного самовдосконалення; ознайомлення учнів з основними принципами та закономірностями життєдіяльності людини в природному та соціальному середовищах, спрямованими на збереження життя і зміцнення здоров'я; ознайомлення учнів з основними принципами, шляхами й методами та моделями поведінки в небезпечних ситуаціях; навчання учнів методам самозахисту в умовах загрози для життя, методам самооцінки та контролю поведінки; розвиток життєвих навичок учнів, спрямованих на заохочення, дотримання здорового способу життя; – зростання дружних, творчих стосунків між учнями школи, які беруть участь у виконанні спільних проектів, розвиток комунікативних навичок, вміння вирішувати спірні питання, виробляти спільну точку зору; – можливість взаємодії в процесі виконання проекту із позашкільними установами, підприємствами, організаціями, встановленню нових ділових контактів, що надає більшу можливість для отримання інформації по тематичі проекту; – можливість використання проектів різного типу, особливо творчих, пригодницьких, ігрових, рольово-ігрових, спортивних тощо

Провідна роль у вирішенні зазначеної проблеми належить учителю, який усвідомлює необхідність цілеспрямованої діяльності щодо збереження життя і зміцнення здоров'я, спроможний ефективно сприяти формуванню безпечної поведінки підрастаючого покоління. Таким чином, введення у шкільні навчальні плани курсу «Основи безпеки життєдіяльності» та «Основи здоров'я» дозволило зосередити увагу на підготовці вчителя, що володіє необхідною професійною компетентністю педагогічної діяльності щодо формування безпечної поведінки підлітків [7; 2].

Водночас аналіз теорії та практики показав, що в дослідженнях, присвячених культурі, корекції безпечної поведінки недостатньо уваги приділяється розкриттю педагогічних умов формування культури безпечної поведінки школярів. Також залишаються маловивченими питання аналізу обставин середовища життєдіяльності дітей, при яких формування культури безпечної поведінки відбувається ефективніше. Кожна з умов, що забезпечує формування культури безпечної поведінки школярів цілком самостійна в силу своєї специфіки та призначення, але свій потенціал вони розкривають найбільш повно лише в сукупності.

Висновок. Таким, чином, підґрунтям для формування безпечної поведінки є система взаємопов'язаних наукових і емпіричних знань, умінь і навичок, що необхідні для формування мотиваційно-вольового, змістовного, операційного компонентів готовності студентів до культури безпечної поведінки.

Список літератури:

1. Неведомська Є. Формула здоров'я: сторінка методиста / Є. Неведомська // Основи здоров'я та фізич. культура. – 2007. – № 5. – С. 20-23.
2. Васильєва Р. Ю. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук «Підготовка майбутніх вчителів до формування безпечної поведінки підлітків», Житомир-2010. – 21 с.
3. Горащук В. П. Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів / В. П. Горащук // Безпека життєдіяльності. – 2005. – № 5. – С. 58–61.
4. Тополя Л. В. Активні форми навчання у вищій школі / Л. В. Тополя // Didactics of mathematics: Problems and Investigations. – 2006. – № 26. – С. 65–69.
5. Арустамов Е. А. «Безпека життєдіяльності» підручник під ред. Вид-во «Дашков. К», 2001 р.
6. Скляр В. Ф. Здоров'я учнів і навчальний процес. – Педагогічна скарбниця Донеччини – 1997 – № 2. 7. Таранова О., Челах Г. Система роботи здоров збереженого навчального процесу // Завуч. – 2008. – № 19-20.
7. Богданова Г. Підготовка вчителів до формування в учнів життєвих навичок / Г. Богданова // Здоров'я та фізична культура. – 2007. – № 9. – С. 6–7.
8. Єресько О. Особливості змісту шкільного предмета «Основи здоров'я» / О. Єресько // Безпека життєдіяльності. – 2005. – № 2. – С. 56-59.
9. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: пособ. [для учителя] / А. К. Маркова. – М.: Просвещение, 1983. – 95 с.
10. Постанова Кабінету міністрів України «Про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти» від 20 квітня 2011 р. № 462.
11. Постанова Кабінету міністрів України «Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти» від 23 листопада 2011 р. № 1392.

Сиротюк О.А.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация

В статье раскрыто формирование безопасного поведения подрастающего поколения, навыков поведения в опасных ситуациях разного происхождения, стойкой мотивации относительно безопасной жизнедеятельности и здорового образа жизни, согласно законам. Указано на систему взаимосвязанных научных и эмпирических знаний, умений и навыков, которые необходимы для формирования мотивационно-волевого, содержательного, операционного компонентов готовности студентов к культуре безопасного поведения.

Ключевые слова: поведение, культура, безопасное поведение, волевая сфера, безопасность.

Syrotuk O.A.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhorii Skovoroda

FUTURE TEACHERS OF TECHNOLOGIES HAVE PEDAGOGICAL TERMS OF FORMING OF CULTURE OF SAFE BEHAVIOR

Summary

In the article revealed the formation of safe behaviour of rising generation, skills of behaviour in hazardous situations of different origin, proof motivation in relation to safe vital activity and healthy way of life, according to laws. Indicated the system of related scientific and empiric knowledge, abilities and skills, which are needed for forming of motivational-volitional, substantial, operational components of students' readiness to the culture of safe behaviour.

Keywords: behaviour, culture, safe behaviour, volitional sphere, safety.

УДК 373.5:796

ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ: ШЛЯХИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Стасенко О.А.

Кіровоградський державний педагогічний університет
імені Володимира Винниченка

У статті висвітлено вагомість здійснення фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх навчальних закладах в теперішній час. Фізкультурно-оздоровча робота розглядається як важливий напрямок впровадження фізичної культури в освітнє середовище, яка сприяє підтриманню та зміцненню здоров'я дітей і підлітків та має здійснюватися з обов'язковим урахуванням стану їх здоров'я, рівня фізичного та психічного розвитку. Проаналізовано систему різноманітних форм фізкультурно-оздоровчої роботи, які спрямовані на вдосконалення фізичних можливостей та інтелектуальних здібностей учнів, підвищення психоемоційної стійкості та адаптаційних резервів їхнього організму. Обґрунтовуються теоретико-методичні підходи для ефективної її організації та проведення шляхом застосування найбільш відповідних методів та дотриманні основних дидактичних принципів, які детально проаналізовано в роботі. Встановлено, що ефективним чинником успішної організації фізкультурно-оздоровчої роботи, а саме залучення якомога більшої кількості школярів до систематичних занять є агітація й пропаганда.

Ключові слова: фізкультурно-оздоровча робота, методи, принципи, фізичні вправи, учні.

Постановка проблеми. Нині стало загальнодержавною проблемою погіршення здоров'я як дорослого населення, так і молодого покоління. Це явище зумовлено цілою низкою об'єктивних причин: зниженням матеріального добробуту значної частини населення, погіршенням екологічної ситуації, недосконалістю інфраструктури охорони здоров'я, збільшенням навчального навантаження учнівської молоді, відсутністю сформованої системи культури здоров'я в суспільстві. Ситуація ускладнюється ще й тим, що багато учнів не усвідомлюють значущість здоров'я як необхідної умови життя й переважно нехтують елементарними нормами піклування про нього, що призводить до зростання соматичних захворювань, функціональних відхилень та психічних розладів [9].

Нині молоде покоління виховується у скрутних соціально-культурних умовах: кожен четвертий злочин здійснюють підлітки, близько 32% з них вживають алкогольні напої, на куріння зорієнтовано майже 58% учнів, у чотири рази за останні роки зросла кількість наркоманів у віці від 12 до 18 років, кожен четвертий наркоман – дівчина. Усі ці негативні фактори сприяють різкому погіршенню стану фізичного та психічного здоров'я дітей та молоді [3]. Причини захворюваності учнів слід шукати в системі шкільної освіти, у виявленні тих факторів навчальної діяльності, які призводять до перенапруження нервової системи, перешкоджають їхньому належному розвитку й не створюють належних умов для задоволення потреб учнів [4; 6].

У контексті формування всебічно гармонійно розвинутої особистості, важливе місце відводиться зміцненню здоров'я учнів, яке, як відомо, закладається з дитинства в школі, через яку за умови обов'язковості загальної освіти проходять всі діти. Тому їхнє здоров'я значною мірою залежить від ефективності оздоровчої роботи в школі. Як зазначають педагоги, фізіологи, медики, гігієністи і психологи, останнім часом рухова активність дітей поступово знижується, а в зв'язку з інтенсифікацією процесу навчання підвищується рівень розумового навантаження на нер-

вово-емоційну сферу учнів. Дослідження в галузі медицини й шкільної гігієни свідчать про «омолодження» і зростання кількості захворювань серцево-судинної та нервової систем, порушення обмінних процесів. За час навчання в школі кількість здорових дітей зменшується у 3–4 рази. На час випуску зі школи значна частина учнів набувають хронічних хвороб, при цьому шкоди завдає не сама розумова праця, а її супутник – позбавлений рухів або значно обмежений у них спосіб життя [7].

Великий обсяг денного і тижневого навантаження учнів загальноосвітньої школи призводить до систематичного накопичення втоми, що негативно відбивається на загальному стані здоров'я школярів. Тому питання про відновлення їхньої розумової і фізичної працездатності, підтримання належного рівня здоров'я та вдосконалення фізичного розвитку стає надзвичайно актуальним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Для того, щоб підвищити рівень рухової активності школярів, потрібні допоміжні заняття фізичними вправами в позаурочний час. Розвиток масової фізичної культури і спорту в загальноосвітніх школах спрямований, насамперед, на зміцнення здоров'я учнів, фізичний розвиток та рухову активність [8]. Необхідно за рахунок максимального використання різноманітних форм і методів роботи охопити систематичними заняттями фізичною культурою і спортом якомога більшу кількість учнів. Одним із діючих засобів зміцнення здоров'я учнів, поліпшення їхнього фізичного розвитку є проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі дня школи, організація та проведення загальношкільних фізкультурно-масових і спортивних заходів [11].

У педагогічній літературі здебільше розглядаються заходи фізкультурно-оздоровчої роботи. На думку Г.П. Богданова, в режимі шкільного дня необхідно використовувати гімнастику до уроків, фізкультхвилинки в процесі уроків, години здоров'я та рухливі перерви, дні здоров'я та спорту а також позакласні заняття, форми яких не є раз і на завжди визначеними, у зв'язку з тим, що інтереси учнів змінюються, але взагалі

це фізкультурні, спортивні та туристські гуртки [1, с. 6-7]. Л.В. Волков вважає фізкультурно-оздоровчу роботу в школі однією із складових фізичного виховання учнів і відносить до неї гімнастику до занять, під час занять (фізкультхвилинка та фізкультпауза), між заняттями на перервах (ігри на перервах), крім того автор визначає позакласну фізкультурно-оздоровчу та спортивно-масову роботу, яка організується на основі широкої самостійної діяльності учнів [2, с. 17]. В.М. Кінль розглядає фізкультурно-оздоровчу роботу в системі фізичного виховання, вважаючи її дієвим засобом підтримки розумової працездатності школярів та до них відносить: гімнастику до занять, фізкультхвилинки на уроках та фізичні вправи на перервах, щоденні фізкультурні заняття в групах подовженого дня, дні здоров'я та спорту [5, с. 3].

В.В. Шерета і В.С. Язловецький у своїй роботі зазначають, «...що недопустимо обмежувати рухову активність учнів тільки уроками фізичної культури. Уроки фізичної культури розглядаються не лише як можливі шляхи реалізації потреби в рухах, а й передусім як збагачення учнів знаннями, вміннями й навичками самостійно виконувати фізичні вправи, виробляти звички й потреби до щоденних занять фізичною культурою. При наявності такої потреби й умінь, набутих на уроках, діти в години дозвілля самостійно займаються рухливими іграми, роблять гімнастику й таким чином отримують необхідний обсяг рухів, фізичне навантаження» [12, с. 40].

Головною функцією позаурочних форм занять є створення найсприятливіших умов для виховання звички до систематичних занять, і як наслідок, сприяння запровадженню фізичної культури в побут народу. На позаурочних заняттях закріплюються і вдосконалюються засвоєнні на уроках фізичної культури вправи, набуті знання. Інакше кажучи, шкільними уроками фізичне виховання не обмежується. Уроки є лише початком всієї складної системи цього процесу, який передбачає заняття протягом шкільного дня, позакласну і позашкільну фізкультурно-спортивну й оздоровчу діяльність [11].

Стосовно завдань, що вирішуються в ході фізкультурно-оздоровчої роботи, узагальнюючи дані літературних джерел та законодавчих і нормативних документів, ми поділяємо думку В.І. Ляха і Г.Б. Мейксона, які вважають «...що головна роль фізкультурно-оздоровчої роботи полягає у сприянні нормальному фізичному розвитку організму, прищепленні та удосконаленні різних рухових навичок з метою зміцнення здоров'я та сприяння масовому охопленню школярів заняттями фізичною культурою» [10, с. 177].

На основі аналізу наукових джерел та законодавчих і нормативних документів слід розглядати фізкультурно-оздоровчу роботу як один з основних напрямів впровадження фізичної культури в освітнє середовище, який спрямований на підтримання та зміцнення здоров'я дітей і підлітків та здійснюється з урахуванням стану їх здоров'я, рівня фізичного та психічного розвитку.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується стаття. Переважна більшість наукових та навчально-методичних праць присвячена формам, засобам та

завданням фізкультурно-оздоровчої роботи і мало праць в яких обґрунтовано принципи та методи даного процесу із обов'язковим врахуванням умов діяльності загальноосвітніх навчальних закладів.

Формулювання цілей статті. Головна мета цієї роботи полягає в теоретико-методичному обґрунтуванні принципів і методів ефективної організації фізкультурно-оздоровчої роботи як важливих шляхів та перспектив щодо її удосконалення в загальноосвітніх навчальних закладах.

Виклад основного матеріалу. Фізкультурно-оздоровча робота може включати в себе систему різноманітних заходів, які спрямовані на вдосконалення фізичних можливостей та інтелектуальних здібностей учнів, підвищення психоемоційної стійкості та адаптаційних резервів їхнього організму.

Сучасна практика фізичного виховання свідчить, що ефективними формами фізкультурно-оздоровчої роботи є: заняття фізичними вправами протягом навчального дня (гімнастика перед заняттями, фізкультхвилинка та фізкультпаузи, рухливі перерви, години здоров'я); туристичні походи, рухливі ігри на місцевості; самостійні заняття фізичними вправами; спортивна година в групах подовженого дня і т.п. Використання цих форм сприяє: зниженню в учнів негативних наслідків навчального навантаження, збільшенню рівня рухової активності дітей, формуванню «школи рухів», тобто навчання школярів основам рухової діяльності, надання методичних рекомендацій для самостійних занять фізичними вправами.

Для розв'язання завдань фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітній школі застосовують різноманітні засоби. Основними серед них є фізичні вправи, допоміжними – оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори. Кожна група засобів розв'язує специфічні завдання, проте в комплексі вони дають змогу різнобічно впливати на організм дітей.

Для розв'язання оздоровчих завдань найкращими є аеробні вправи, які залучають до роботи великі м'язові групи. Наприклад, ходьба, біг, плавання, їзда на велосипеді, туризм, рухливі та спортивні ігри, ходьба на лижах тощо.

Як відомо система фізкультурно-оздоровчої роботи в школі здійснюється безпосередньо під керівництвом учителя фізичної культури. Відповідно між учителем і учнями існують певні способи взаємодії, які й належать до методів та методичних прийомів.

Метод фізкультурно-оздоровчої роботи – це система дій вчителя в процесі викладання, а учня під час виконання фізичних вправ. Залежно від чергування фізичних вправ й інтервалів відпочинку між ними в оздоровчому тренуванні використовується ряд методів, а саме:

1. Перемінний метод – коли при багаторазовому застосуванні вправи змінюється її тривалість, або структура. Цей метод є одним із основних для підвищення функціональних можливостей організму.

Перемінний метод виконання навантаження означає, що інтенсивність навантаження під час його виконання змінюється. Зокрема, початківці чергують виконання відрізків ходьби й бігу. Більш фізично підготовлені діти можуть використовувати крос по пересічній місцевості (20–35 хв.) не частіше 1 разу на тиждень. Це найбільш ефек-

тивний засіб розвитку аеробних можливостей і загальної витривалості, тому що інтенсивність бігу на окремих відрізках може досягти змішаної зони енергозабезпечення із збільшенням ЧСС до «пікових» показників (90–95% від максимуму).

Типовими прикладами такого навантаження можуть бути лижні гонки по пересіченій місцевості, їзда на велосипеді, орієнтування тощо. Навантаження, що виконуються цим методом, спрямовані одночасно на розвиток і підтримку декількох фізичних якостей (наприклад, витривалості й швидко-силових якостей) і на формування спеціальних навичок.

2. Інтервальний метод характеризується поступовим скороченням інтервалів відпочинку між виконуваними вправами. У дітей, які ще недостатньо адаптувалися до фізичних навантажень, інтервали відпочинку повинні забезпечити початок наступної роботи у фазі суперкомпенсації, тобто фази підвищеної працездатності. У міру підвищення тренуваності організму інтервали відпочинку скорочуються, і наступна робота повинна розпочинатися у фазі зниженої працездатності, тобто у фазі недовідновлення.

Тренування з короткочасними (1–1,5 хв.) стандартними інтервалами відпочинку після напруженої фізичної роботи (в межах 80% від максимальної), яка виконується при ЧСС 160–180 уд.хв., сприяє підвищенню працездатності серця і збільшенню споживання кисню тканинами завдяки посиленню об'єму кровотоку.

На розвиток аеробної і анаеробної працездатності великий вплив справляє інтенсивність фізичних вправ. Аеробна працездатність найбільше зростає при ЧСС 150–175 уд.хв., а анаеробна – при 180 уд.хв. При цій частоті серцевих скорочень МСК досягає максимальних величин.

3. Рівномірний метод є основним методом фізкультурно-оздоровчої роботи в школі, який сприяє розвитку витривалості. Сутність цього методу полягає в тому, що навантаження виконується безперервно з постійною інтенсивністю. Як завжди, рівномірний метод застосовується в циклічних вправах.

Якщо, наприклад, засобом оздоровлення є біг, то він виконується безперервно, тривалістю 20–25 хв. 2 рази на тиждень і 30–40 хв. 1 раз на тиждень. Швидкість бігу залежить від тривалості й відстані. В оздоровчому тренуванні швидкість бігу повинна бути в межах від 5 до 10 км. год.

4. Повторний метод характеризується багаторазовим повторенням вправи без зміни інтенсивності, темпу і структури її виконання. Використовується цей метод в усіх видах спорту для вдосконалення рухових навичок і розвитку фізичних якостей. Повторний метод виконання фізичних навантажень дещо подібний до інтервального. Відмінність його полягає у відносно більшій тривалості відпочинку (звичайно більше хвилини) і відповідно повнішим відновленням. Якщо для інтервального методу характерний активний відпочинок, то для повторного поряд з активним може бути й пасивний.

5. Ігровий метод має багато ознак, які характерні для гри. Основу змісту будь-якої гри у фізичному вихованні становлять дії, що спрямовані на фізичне вдосконалення людини. Загалом, гру слід розглядати як систему конкретних дій, що

виконуються в межах певних правил і як метод, котрим можна розв'язувати різноманітні оздоровчі та педагогічні завдання.

Найхарактернішими ознаками ігрового методу є наступні:

- яскраво виражене суперництво в ігрових діях. Метод дає змогу відтворити порівняно складні взаємостосунки між учнями. Тому в ігровому методі ретельно регламентуються взаємостосунки між гравцями;

- значна і часта зміна умов ведення боротьби та виконання певних дій, у результаті яких гравці повинні володіти різноманітними способами розв'язання завдань, а сформовані в них навички відзначатися гнучкістю, здатністю пристосовуватися до умов, що постійно змінюються;

- високі вимоги до творчої ініціативи в діях. Варіативність ігрових ситуацій вимагає самостійності у виборі ефективних і результативних дій та рухів;

- відсутність суворої регламентації у характері дій та навантаженні. В межах офіційних або умовних правил учні можуть використовувати ті дії, які на їхню думку є найбільш ефективними. При цьому навантаження кожного учасника повністю залежить від його активності, функцій, що виконуються під час гри та деяких наперед обумовлених діях (тривалістю використання методу, кількості учасників, змісту гри тощо);

- комплексне виявлення різноманітних рухових навичок і фізичних якостей. Для досягнення успіху під час гри учаснику доводиться використовувати цілий комплекс дій (біг стрибки, метання та ін.), причому в різноманітних поєднаннях. Усе це забезпечує комплексну дію на організм гравців;

- у багатьох випадках взаємодія між учасниками відбувається за допомогою певних предметів, наприклад, м'ячів, гімнастичних палиць, скакалок тощо;

6. Змагальний метод. Цей метод дещо нагадує ігровий. Проте між ними існує і принципова відмінність. Вона полягає у тому, що в ігровому методі процес навчання і тренування будується на сюжетному змісті. У змагальному методі цей момент відсутній, і процес виконання дій повністю залежить від його змісту.

Найхарактернішими ознаками ігрового методу є наступні:

- підпорядкування всієї діяльності завданню перемоги в певній дії відповідно до наперед встановлених правил. Таке завдання є фактором стимуляції активності й творчості учасників, співвідношення їхньої фізичної підготовленості;

- максимальне виявлення психічних і фізичних сил у боротьбі за першість. У результаті змагального методу створюються умови для повнішого розкриття функціональних можливостей організму;

- обмежені можливості в керуванні учнями і регулюванні їхнього навантаження. Цей метод вимагає більшої самостійності у виконанні рухових дій.

Слід наголосити на тому, що використання змагального методу у фізкультурно-оздоровчій роботі в загальноосвітній школі буде найбільш ефективним за умови достатньої фізичної підготовленості дітей, високого рівня психічної стійкості до перемог і невдач.

Заняття фізичною культурою і спортом допоможуть учням зміцнити здоров'я, поліпшити фізичний розвиток, підвищити працездатність лише за умови, коли педагогічний процес буде організований і проводитиметься на наукових засадах, законах валеології, фізіології та психології. При цьому будуть враховані їхній вік, стать, загальна та спеціальна підготовленість, режим відпочинку і тренування, гігієнічні умови місць проведення занять. Крім того даний процес повинен бути спеціально організований і проводитися із врахуванням основних дидактичних принципів.

Принцип поступовості вимагає врахування наявних і потенційних здібностей учнів. Розвиток фізичної працездатності відбувається за умови ретельного врахування функціональних можливостей школярів на межі допустимої складності навчального матеріалу. У такому випадку інтерес до навчання не знижується, його розвивальний вплив здійснюється з формуванням необхідних вольових зусиль школярів.

Принцип систематичності (неперервності) зумовлений умовно-рефлекторними закономірностями розвитку тренуваності. Коли школярі систематично повторюють різноманітні вправи, то тимчасові зв'язки закріплюються, а фізичні якості і рухові навички при цьому стають постійними й міцними. Тривалі перерви в тренувальних заняттях призводять до згасання тимчасових зв'язків та ослаблення фізичних якостей і рухових навичок. Раніше інших згасають ті тимчасові зв'язки, які утворилися пізніше й тонко спеціалізовані.

Принцип активності має тісний зв'язок з емоційністю і потребою учнів у руховій активності. Він є закономірним відбиттям свідомого ставлення до навчання, занять фізичними вправами, дотриманням рухового режиму тощо. Активізації пізнавальної діяльності учнів сприяють: позитивне ставлення до навчання, інтерес до навчального матеріалу; позитивні емоції, що викликані навчальною діяльністю; використання сучасних технічних засобів; уміння вчителя враховувати психічний стан учнів і стадії їхнього психічного розвитку.

Принцип відповідності фізичного навантаження рівню здоров'я. В оздоровчому тренуванні розрізняють такі основні компоненти навантаження: тип навантаження, тривалість (обсяг), інтенсивність, періодичність занять (кількість разів на тиждень), тривалість інтервалів відпочинку між заняттями. Для початківців, які починають займатися певним видом фізичних вправ (оздоровчим бігом, атлетичною гімнастикою і т. п.), повинні бути розроблені спеціальні програми з точними рекомендаціями: скільки потрібно пройти, пробігти, пропливти на кожному занятті, при якому пульсі, скільки часу необхідно відпочивати між виконанням вправ.

Принцип різнобічної спрямованості оздоровчого тренування. Характер впливу оздоровчого тренування на організм людини залежить насамперед від виду вправ та структури рухових дій. Розрізняють три основних типи фізичних вправ: 1) циклічні вправи аеробної спрямованості, які сприяють розвитку витривалості; 2) циклічні вправи змішаної аеробно-анаеробної спрямованості, які розвивають загальну й спеціальну (швидкісну) витривалість; 3) ациклічні вправи, які підвищують силову витривалість.

Найбільший оздоровчий ефект дають комплексні заняття, які включають вправи на витривалість, силу, гнучкість. Оздоровчі вправи з різною спрямованістю залучають до роботи велику кількість м'язових груп, що забезпечує різнобічний фізичний розвиток.

Принцип диференційованого підходу зобов'язує враховувати типологічні особливості нервової системи й темпераменту учнів. Даний принцип вимагає при оптимізації фізичного навантаження учнів, враховувати вік, стать, рівень фізичного розвитку й фізичну підготовленість, стан здоров'я тощо. Реальні можливості учнів зумовлені рівнем розвитку інтелектуальної, емоційної й вольової сфер, знань, умінь та навичок, попередньо сформованого рухового досвіду і їхнього відношення до навчального процесу.

Підвищення рівня функціонального стану і розвитку працездатності організму, його тренуваності будуть ефективними лише при дотриманні всіх цих принципів. Виконання фізичних вправ з метою підвищення здоров'я дітей і підлітків повинно підпорядковуватися певним закономірностям або вище зазначеним принципам.

Для більш ефективнішої організації і проведення фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітньому навчальному закладі для вчителів фізичної культури є уміння складати та реалізовувати плани агітаційно-пропагандистської діяльності. Тобто, організувати виховний процес під час проведення різних форм занять з учнями, а саме: організувати й проводити окремі виховні та агітаційні заходи (вечори, зустрічі, змагання і т. ін.); готувати та проводити лекції, бесіди на фізкультурну тематику; розробляти форми та організувати наочну агітацію з фізкультурно-оздоровчої роботи.

Ефективна пропаганда є запорукою масового залучення школярів до фізкультурно-оздоровчих занять. Одним із дієвих засобів залучення дітей до активних занять можуть бути фізкультурно-оздоровчі заходи змагальної спрямованості.

Пропаганда фізкультурно-оздоровчої роботи – це цілеспрямоване поширення та популяризація фізкультурних знань для переконання дітей і підлітків в необхідності систематичних занять різноманітними фізичними вправами.

Пропаганда являє собою безперервний освітньо-виховний процес, який можна умовно поділити на чотири етапи:

1. Переконання в необхідності оздоровчих занять. Тематика пропаганди цього етапу може бути така, наприклад: вплив фізкультурних занять на стан здоров'я, тривалість життя, підвищення рівня працездатності, гармонійний розвиток, набуття рухового досвіду, розвиток фізичних здібностей тощо.

2. Підвищення рівня фізкультурної освіченості, грамотності, вихованості. На цьому етапі пропагандистського впливу до відома школярів доводиться наступна інформація: фізична культура; людський організм, його можливості та резерви; здоров'я як цінність, його чинники, здоровий спосіб життя; взаємодія фізичного, психічного та духовного; роль фізичної культури і спорту в житті людини, самовиховання; з історії спорту, види спорту, Олімпійські ігри; видатні українські та зарубіжні спортсмени; кращі матеріали

про розвиток фізичної культури і спорту в регіоні тощо.

3. залучення школярів до систематичних фізкультурно-оздоровчих занять. Однією з важливих умов залучення школярів є формування в них позитивного ставлення до занять фізичними вправами. На нашу думку впровадження фізичної культури як невід'ємної частини здорового способу життя в повсякденний побут школярів неможливе без розвитку у них позитивного ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності.

Позитивне ставлення підлітків до занять фізичною культурою може бути вироблене, поперше, через формування звички та стійкого інтересу до систематичних занять фізичними вправами, по-друге, через пошук та визначення життєвих цінностей (здоров'я, бути схожими на видатних вітчизняних спортсменів, фізична досконалість тощо).

4. Підтримка, подальше підвищення фізкультурної активності та ефективності фізкультурно-оздоровчих занять. Цей етап передбачає пропагування передового досвіду оздоровчої роботи, нових досягнень науки, методичних засобів, раціональних оздоровчих технологій, програм та комплексів для групових і самостійних занять фізичними вправами, рекомендацій щодо використання тренажерних пристроїв, проведення самоконтролю тощо.

Основними формами пропаганди фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітньому навчальному закладі є усна і наочна.

Значне місце в тематиці *усних (словесних) форм* слід відводити різноманітним питанням розвитку спорту, його історії. Спортивна тематика дає можливість розкрити учням не тільки фізичні здібності спортсменів, а й їхні високі морально-вольові якості, силу духу. Приклад видатних спортсменів має великий вплив на підлітків, стає для багатьох зразком, ідеалом, спонукає до наслідування позитивних рис. Ознайомлення учнів із досягненнями українських спортсменів, використання краєзнавчих матеріалів сприяє патріотичному вихованню, яке в наш час набуває особливої актуальності. Важливо, щоб учні знали про славетних українських спортсменів.

Вибір конкретної теми та форми, методу її розкриття учням через слово залежить не тільки від загальних завдань і змісту фізичного виховання. На цьому процесі позначається рівень знань, поінформованості учнів з певної проблематики, наявність джерел інформації, зацікавленості учнів, їх уміння відбирати, аналізувати необхідний матеріал тощо. Якщо, наприклад, учні обмежені у виборі джерел інформації, мають фрагментарні уявлення про тему обговорення, доцільно застосувати розповідь. Якщо ж учні володіють певним запасом інформації, знають і мають джерела її поповнення, доцільно використовувати бесіди, усні журнали, обговорення друкованої продукції (газетної, журнальної, книжної), диспути, інформаційно-змагальну форму «Що? Де? Коли?», різноманітні вікторини тощо. Вони дають змогу залучати значну кількість учнів до їх проведення, створюють атмосферу інтелектуальної активності та емоційної виразності. Але це досягається за умови достатньої попередньої підготовки учнів (надання порад щодо джерел інформації, відбору її змісту, використання наочності і т. п.).

Серед засобів *наочної форми* можуть бути: стенди, вітрини, плакати, фотоальбоми і т. п.

Стенди, як правило висвітлюють стаціонарні форми пропаганди, які містять інформацію тривалого використання: плани роботи, таблиці досягнень, графіки, схеми, діаграми, котрі супроводжуються текстовим матеріалом агітаційного та програмно-методичного характеру. На вітринах може бути розміщена виставка різних спортивних газет, книг, грамот, дипломів, вимпелів, призів, фотографій кращих учнів-спортсменів школи тощо. Комплексна інформація з тих чи інших питань фізкультурно-оздоровчої роботи може бути подана у вигляді плакатів. На них розміщуються декілька взаємопов'язаних нарисів, котрі висвітлюють ту або іншу подію, фотоматеріали. Доступною формою наочної пропаганди можуть виступати фотоальбоми, які розповідають про яскраві події зі спортивного життя школи: змагання, тренування, заходи різного змісту. Фотоальбоми завжди є цікавими для учнів, адже вони сприяють зміцненню найкращих спортивних традицій навчального закладу.

Висновки. Отже, з вищезазначеного слід констатувати, що основна мета організації й проведення фізкультурно-оздоровчої роботи є актуальною, адже вона сприяє – раціональному використанню рухової активності як фактора зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного стану, підтримки високої працездатності школярів протягом навчального дня, набуття та удосконалення рухового досвіду, розвитку фізичних здібностей і т. п. Пріоритетним завданням її є виховання національних традицій прихильного ставлення до оздоровчої рухової активності як важливого компоненту здорового способу життя і соціалізації особистості школяра, відпочинку й розваг.

Для учнів загальноосвітніх навчальних закладів стратегічної важливості набуває створення умов, які надавали б їм можливість брати участь у цілеспрямованій руховій активності не менше 8–10 годин на тиждень: саме такий обсяг фізичного навантаження забезпечує оздоровчий ефект, сприяє зменшенню асоціальних виявів серед дітей і підлітків, а також допомагає сформувати у них звичку до подальших систематичних занять загальнодоступним спортом.

Практичне розв'язання завдань фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітньому навчальному закладі повинно здійснюватися на спеціально організованих заняттях, які обов'язково мають визначатися: складом тих, хто навчається, місцем і часом занять, змістом занять, характером діяльності учнів, способами керування з боку вчителя.

Фізкультурно-оздоровча робота має здійснюватися на наукових засадах, із застосуванням відповідних методів (перемінний, інтервальний, рівномірний, повторний та ігровий), завдяки яким учитель зможе успішно взаємодіяти з учнями та принципів (поступовості, систематичності, активності, відповідності фізичного навантаження рівню здоров'я учнів, різнобічної спрямованості оздоровчого тренування та диференційованого підходу). Важливим фактором успішної організації фізкультурно-оздоровчої роботи є агітація й пропаганда такого виду діяльності, яка сприяє

тиме залучення школярів до систематичних занять фізичними вправами та оволодінню певним обсягом знань, відомостей, інформації стосовно фізичної культури і спорту.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі ми вбачаємо у розробці теоретичних і практичних засад виховання культури здоров'я школярів.

Список літератури:

1. Богданов Г. П. Школьникам – здоровый образ жизни (Внеурочные занятия с учащимися по физической культуре) / Г. П. Богданов. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 192 с.
2. Волков Л. В. Физическое воспитание учащихся: [учеб.-метод. пособ.] / Л. В. Волков. – К.: Радянська школа, 1988. – 184 с.
3. Жабокрицька О. В. Педагогічні умови виховання основ здорового способу життя підлітків у позакласній діяльності: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Жабокрицька Оксана Валентинівна. – К., 2003. – 289.
4. Зайцев Г. К. Школьная валеология: педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей. – 3-е изд., перераб и доп. / Г. К. Зайцев. – СПб.: «Детство-Пресс», 2001. – 160 с.
5. Кинль В. М. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в группах продленного дня младших школьников: [пособ. для учителя] / В. М. Кинль. – К.: Радянська школа, 1988. – 160 с.
6. Куинджи Н. Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: [метод. пособ.] / Н. Н. Куинджи. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 139 с.
7. Лещенко Г. А. Формування позитивної мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.09 / Геннадій Анатолійович Лещенко. – Кривий Ріг, 2002. – 22 с.
8. Москаленко Н. Рухова активність дітей молодшого шкільного віку / Н. Москаленко, О. Власюк // Збірник наук. праць. – Ч. II. – Рівне, 2003. – С. 65–66.
9. Солопчук Д. М. Формування здорового способу життя молодших підлітків у позаурочній фізкультурно-спортивній роботі: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.07 / Дмитро Миколайович Солопчук. – Київ, 2007 – 20 с.
10. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: [пособ. для учителя] / Под ред. В. И. Ляха, Г. Б. Мейксона. – М.: Просвещение, 2002. – 192 с.
11. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Частина 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 248 с.
12. Шерета В. В. Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота в школі: [навч. посіб.] / В. В. Шерета, В. С. Язловецький. – Кировоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2006. – 336 с.

Стасенко А.А.

Кировоградский государственный педагогический университет
имени Владимира Винниченка

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ: ПУТИ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Аннотация

В статье поднимается вопрос о важности осуществления физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательных учебных заведениях в нынешние время. Физкультурно-оздоровительная работа рассматривается как важное направление внедрения физической культуры в образовательную среду, которая способствует поддержанию и укреплению здоровья детей и подростков и должна осуществляться с обязательным учетом состояния их здоровья, уровня физического и психического развития. Проанализировано систему разнообразных форм физкультурно-оздоровительной работы, которые направлены на совершенствование физических возможностей и интеллектуальных способностей учеников, повышение психоэмоциональной стойкости и адаптационных резервов их организма. Обосновываются теоретико-методические подходы её эффективной организации и проведения путём использования наиболее соответствующих методов и придерживании основных дидактических принципов, которые детально проанализированы в работе. Установлено, что эффективным фактором успешной организации физкультурно-оздоровительной работы, а именно привлечение как можно большего количества учеников к систематическим занятиям есть агитация и пропаганда.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная работа, методы, принципы, физические упражнения, ученики.

Stasenko O.A.

The Kirovohrad Volodymyr Vynnychenko State Pedagogical University

ORGANIZATION OF SPORTS AND HEALTH RECREATION WORK AT INSTITUTIONS OF GENERAL EDUCATION: MEANS AND PROSPECTS

Summary

The article dwells on the importance of realization of sports and health recreation work at institutions of general education at the present time. Sports and health recreation work is viewed upon as an important direction of introduction of physical culture in the educational environment which helps to maintain and improve the health of children and adolescents and should be realized taking into consideration their state of health, level of physical and mental development. There had been analyzed the system of various forms of sports and health recreation activities which are aimed at improving the physical capabilities and mental abilities of pupils, increasing of psycho-emotional resilience and adaptive reserves of the organism. There substantiated theoretical and methodological approaches for the system's effective organization and implementation by using the most appropriate methods and adhering basic didactic principles which are analyzed in detail in the work. It had been established that effective factors of successful organization of sports and health recreation work, namely the involvement of the largest possible number of pupils to the systematic studies are agitation and propaganda.

Keywords: sports and health recreation work, means, principles, physical exercises, pupils.

УДК 378:796.012.6-057.87

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ: СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ

Товкун Л.П.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Досліджено сучасний стан фізичної підготовленості студентів до занять фізичними вправами. Проаналізовано попередні дослідження з даної проблеми та встановлено, що у сучасних вищих навчальних закладах спостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності студентів. Це негативно позначається на фізичному розвитку, фізичній підготовленості та функціональному стані молоді, що обумовлює особливу соціальну значущість збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді. У результаті дослідження встановлено, що досліджувані мають середній рівень фізичної підготовленості до занять фізичними вправами. Проте, високого рівня не має в жодного досліджуваного. Це вказує на те, що необхідно удосконалювати заняття з фізичної культури в школі та вищих навчальних закладах, а також пропагувати здоровий спосіб життя.

Ключові слова: здоров'я, фізична підготовленість, фізичні вправи, фізичні якості, студенти.

Постановка проблеми. Здорове молоде покоління – це запорука стабільного розвитку держави, один із чинників її позитивного міжнародного іміджу.

В останні роки на тлі інтенсифікації навчального процесу у вищих навчальних закладах спостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності студентів. Така тенденція негативно позначається на фізичному розвитку, фізичній підготовленості та функціональному стані молоді, що обумовлює особливу соціальну значущість збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді.

Після проголошення незалежності України введено в дію різноманітні нормативні документи, які спрямовані на розвиток фізичної культури і спорту [4-6]. Проте вжиті на державному рівні заходи суттєво не змінили на краще фізичний стан студентів. На жаль, більшість показників здоров'я студентської молоді України характеризується негативними тенденціями [12; 14].

Зважаючи на це, у грудні 2015 р., Кабінет Міністрів України постановив Міністерству молоді та спорту, Міністерству освіти і науки, Міністерству внутрішніх справ, Міністерству оборони, Раді міністрів Автономної Республіки Крим, обласним, Київській і Севастопольській міським державним адміністраціям упродовж 2016 р. розробити тести і нормативи для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. Забезпечити, починаючи з 2017 р., проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. Щороку вище вказаним міністерствам і державним адміністраціям подавати до 1 грудня інформацію про проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України для її узагальнення та подання до 30 грудня Кабінетові Міністрів України [15].

Затверджений «Порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення

України» визначає механізм проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України, метою якого є визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високопродуктивної праці, захисту суверенітету і територіальної цілісності України, а також сприяння у вихованні патріотизму та громадянської позиції. Починаючи з 2017 року проведення щорічного оцінювання повинно стати головним показником системи контролю за станом фізичного розвитку та здоров'я населення України [13].

Аналіз досліджень і публікацій. Дослідження фізичної підготовленості студентів неодноразово ставали предметом вивчення науковців. Так, у дослідженнях С.М. Канішевського, Є.А. Захаріна, Т.В. Івчатова, О.А. Мартинюк, І.І. Вржесневського відзначається незадовільний стан здоров'я студентської молоді. Встановлено, що впродовж терміну навчання у вищому навчальному закладі чисельність підготовчої і спеціальної медичних груп значно зростає. Близько 90% студентів мають відхилення у стані здоров'я, понад 50% – незадовільну фізичну підготовленість [7].

У зв'язку з погіршенням стану здоров'я та зниженням рівня фізичної підготовленості молоді активно здійснюються пошуки нових шляхів їх поліпшення шляхом удосконалення занять фізичної культури у вищих навчальних закладах. Такі дослідники, як Ю.В. Верхошанский, В. Волков, О. Терещенко, П. Коханець, А. Антонюк, О. Куц, О. Кузнецова, В.М. Платонов, М.М. Булатова та Н.В. Решетников займалися питаннями фізичної підготовленості студентів. У своїх роботах вони вказують на підвищення її рівня за рахунок зміни засобів, переважно тих, які впливають на окремі рухові здібності [1-3; 8; 11-12; 16].

Науковими дослідженнями О.М. Носко (2001) та В.І. Романової (2009) доведено, що систематичні заняття фізичними вправами підвищують нервово-психічну стійкість до емоціональних стресів, підтримують розумову працездатність на оптимальному рівні, сприяють підвищенню успішності студентів, проте обов'язкових занять фізичними вправами недостатньо для підвищення фізичного стану молоді.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Здійснивши аналіз попередніх досліджень, нами встановлено, що питання загальної фізичної підготовленості студентів широко вивчалось, а фізична підготовленість студентів до занять фізичними вправами залишалася поза увагою науковців. Для вирішення цього необхідно досліджувати рівень фізичної підготовленості студентів до занять фізичними вправами, і на основі отриманих результатів, враховуючи індивідуальні особливості, проводити ефективні заняття з фізичного виховання.

Метою статті є оцінка рівня фізичної підготовленості студентської молоді до занять фізичними вправами.

Виклад основного матеріалу. Фізична підготовленість складає основу життєдіяльності людини. Вона визначається станом соціально-економічного і культурного розвитку, залежить від способу життя, індивідуальних, психологічних

особливостей людини, обсягу вільного часу й раціональності його використання, а також від клімато-географічних умов тощо.

Високий рівень фізичної підготовленості є однією з умов доброго здоров'я. Зі зниженням цього рівня погіршується не тільки фізична, але й розумова працездатність людини. Одним із ефективних засобів покращення здоров'я й фізичної підготовленості студентської молоді є виконання фізичних вправ. Тому кожній людині необхідно систематично займатися фізичними вправами, виконання яких потребує належної системи контролю за функціональним станом організму.

Фізична підготовленість – це результат фізичної підготовки, який був досягнутий людиною в результаті оволодіння руховими навичками, які необхідні для засвоєння певного виду діяльності. Оптимальна фізична підготовленість для здійснення будь-якого виду діяльності називається фізичною готовністю [10].

У практиці фізичного виховання фізичну підготовленість поділяють на загальну та спеціальну. Загальна фізична підготовленість характеризує рівень розвитку основних фізичних якостей і навичок, необхідних в усіх видах життєдіяльності людини (сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності тощо).

Спеціальна фізична підготовленість характеризує рівень розвитку основних фізичних і спеціальних якостей, які необхідні під час виконання спеціальної та конкретної рухової діяльності (спортивна, професійна і под.).

Фізичними якостями людини прийнято називати її окремі рухливі задатки, такі як сила, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність. Цими природними здібностями до руху наділені люди від народження. Фізичні якості людини змінюються в процесі росту й розвитку організму. Більшість фізичних якостей людини у процесі особистого розвитку змінюються нерівномірно. У деякі вікові періоди та чи інша фізична якість має дуже високі темпи приросту або ж навпаки спостерігається спад її показників. Тобто розвиток рухової здібності обумовлений віковими та статевими особливостями. Так, наприклад, сенситивні періоди приросту м'язової сили у хлопців і дівчат не збігаються, що слід враховувати в практиці фізичного виховання [10].

Для оцінки фізичної підготовленості до занять фізичними вправами ми обрали студентів першого курсу ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», які за своєю професійною підготовкою не пов'язані зі значними фізичними навантаженнями – це напрям підготовки 6.010104. Професійна освіта, спеціальності: «Економіка», «Туристичне обслуговування», «Товарознавство», «Документознавство». Загальна кількість досліджуваних – 37 осіб (13 юнаків і 24 дівчини) віком 17-19 років.

Щоб досягти мети ми застосували систему контролю «КОНТРЕКС-2» (експрес-контроль). Ця система контролю має 11 показників і тестів. Це визначення: віку за паспортними даними; нормальної маси тіла за формулами у відповідності до статі, віку та зросту; артеріального тиску за формулами у відповідності до статі, маси тіла та зросту; пульсу у спокої; гнучкості

(нахил уперед із торканням оцінки нижче й вище нульової поділки); швидкості («естафетний тест» за швидкістю стискання сильнішою рукою падаючої лінійки); динамічної сили (максимальна висота стрибків угору з місця); швидкісної витривалості (максимальна частота піднімання прямих ніг до кута 90° із положення лежачи на спині за 20 сек., руки за головою); швидкісно-силової витривалості (максимальна частота згинання рук в упорі лежачи за 30 сек.); загальної витривалості відстані (біг за 10 хв., м, а також біг, 2000 м, хв.); відновлення пульсу після 20 глибоких присідань упродовж 30 сек. На основі отриманих результатів визначається рівень фізичної підготовленості до занять фізичними вправами [9].

Отже, результати дослідження визначили, що перша половина виконаних тестів експрес-контролю відповідають нормативам фізичної підготовленості студентів. Так, маса тіла відповідає зросту і віку у 70,3% досліджуваних, а в 29,7% – вона перевищує норму. Показники артеріального тиску у 81,1% досліджуваних у межах норми, а в 18,9% – перевищують її. Пульс у спокої теж відповідний нормі у 89,2% студентів і лише у 10,8% із досліджуваних понад норму. Відмінну гнучкість мають 94,6% студентів, а 5,4% – незадовільну. Високу швидкість реакції мають 91,9% досліджуваних, а у решті 8,1% – вона відсутня.

Проте, решта таких важливих фізичних якостей, які оцінюють фізичну підготовленість людини, як динамічна сила, швидкісна витривалість, швидкісно-силова витривалість, загальна витривалість відстані та відновлення пульсу у досліджуваних мають дуже погані показники відповідно нормам експрес-контролю. Так, динамічна сила досліджуваних відповідає нормам лише у 10,8%, швидкісна витривалість – у 32,4%, швидкісно-силова витривалість – у 8,1%, загальна витривалість відстані – у 8,1%, відновлення пульсу – у 16,2% студентів. Отже, переважній більшості досліджуваних необхідно працювати над підвищенням показників цих важливо необхідних фізичних якостей.

Далі ми проаналізували фізичну підготовленість відповідно статі досліджуваних. Отже, відповідно до статі, то у юнаків показники маси тіла кращі ніж у дівчат. Так, у юнаків маса тіла відповідає нормі у 76,9% досліджуваних, а у дівчат – у 66,7%. У решті 33,3% дівчат цей показник перевищує на 6–13 кг.

Показники артеріального тиску, навпаки, кращі у дівчат – це 91,7%. У юнаків цей показник відповідає нормі у 61,5% досліджуваних. Це можливо пов'язано з тим, що переважна більшість юнаків мають шкідливу звичку – тютюнопаління. І, як наслідок, пульс у спокої кращий у дівчат (95,8%) ніж у юнаків (76,9%).

Проте, показники гнучкості у юнаків на високому рівні – 100%. У дівчат гнучкість також має досить гарні показники – 91,7%.

Швидкість реакції у обох статей майже однакова, як у юнаків (92,3%), так і у дівчат (91,7%).

Динамічна сила відповідає нормам лише у 15,4% досліджуваних юнаків і 8,3% дівчат. Це є низьким показником фізичної підготовленості.

Показники швидкісної витривалості є низькими, але вони дещо кращі у дівчат (33,3%), ніж у юнаків (30,8%). Втім, показники швидкісно-силової витривалості та загальної витривалості значно кращі у юнаків (15,4% і 23,1%) ніж у дівчат (4,7% і 0%).

Результати відновлення пульсу, навпаки, кращі у дівчат (20,8%), ніж у юнаків (7,7%).

Отже, отримавши всі результати тестів ми встановили, що у досліджуваних відсутні низький і високий рівні фізичної підготовленості. 73% досліджуваних мають середній рівень, 18,9% – нижче середнього і лише 8,1% із них – рівень фізичної підготовленості вище середнього.

За статтю рівні фізичної підготовленості розподілилися так: у юнаків – 30,8% нижче середнього рівня, 46,2% середній рівень, 23% вище середнього рівня; у дівчат – 12,5% нижче середнього, і 87,5% середній рівень.

Таким чином, як у юнаків, так і у дівчат переважає середній рівень фізичної підготовленості. Проте у юнаків є, хоч і незначний (23%), рівень фізичного розвитку вище середнього, що відсутній у дівчат. Утім це природно, оскільки юнаки належать до сильної половини людства.

Врешті ми визначили рівні фізичної підготовленості за спеціальностями, за якими навчаються досліджувані. Отже, у досліджуваних: сп. «Товарознавство» – 66,67% фізична підготовленість вище середнього і 33,33% середній рівень; сп. «Економіка» – 85,71% середній рівень і 14,29% фізична підготовленість вище середнього рівня; сп. «Документознавство» – 25% нижче середнього, 50% середній рівень і 25% фізична підготовленість вище середнього рівня; сп. «Туристичне обслуговування» – 10,53% нижче середнього, 68,43% середній рівень і 21,04% фізична підготовленість вище середнього рівня.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальшого розвитку в цьому напрямку. На основі отриманих результатів можна зробити висновки, що досліджувані мають середній рівень фізичної підготовленості (73%). У дівчат він становить 87,5%, а у юнаків – 46,2%. Також юнаки мають рівень фізичної підготовленості вище середнього (23%). Найкращий результат мають досліджувані спеціальності «Товарознавство» (33,33% середній рівень і 66,67% вище середнього). Втішним є те, що у досліджуваних відсутній низький рівень фізичної підготовленості. Проте, високого рівня фізичної підготовленості не має в жодного досліджуваного. Це вказує на те, що необхідно удосконалювати заняття з фізичної культури в школі та вищих навчальних закладах, а також пропагувати здоровий спосіб життя.

Список літератури:

1. Булатова М. М. Здоров'я і фізична підготовленість населення України / М. М. Булатова, О. Литвин // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К.: НУФВСУ, 2004. – № 1. – С. 3–9.
2. Булатова М. М. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні / М. М. Булатова, Ю. А. Усачов // Теорія і методика фізичного виховання; за ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімп. л-ра, 2008. – С. 320–354.

3. Волков В. Основы теории та методики фізичної підготовки студентської молоді: Навчальний посібник / В. Волков – К.: «Освіта України», 2008. – 256 с.
4. Державна програма «Освіта» (Україна XXI ст.) // Освіта, 1993. – № 44-46. – С. 3-6.
5. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / За ред. Зубалія М. Д. – Вид. 2-е, перероб. і доп. – К., 1998. – 18 с.
6. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – К., 1993. – 21 с.
7. Канішевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства: Вид. друге, стереотипне / С. М. Канішевський. – К.: ІЗМН, 1999. – 270 с.
8. Коханець П. Контроль і диференційована оцінка показників фізичної і функціональної підготовленості студентів різного віку / П. Коханець, А. Антонюк // Спортивний вісник Придніпров'я: зб. наук. ст. – Дніпропетровськ: ДДІФКС, 2006. – № 2. – С. 103-115.
9. Коцур Н. І. Валеологія: Навчально-методичний посібник. Видання 2-ге, доповнене / Н. І. Коцур, Л. С. Гармаш, Л. П. Товкун. – К.: Видавництво ТОВ «ПанТот», 2010. – 286 с.
10. Коцур Н. І. Валеологія: Підручник / Н. І. Коцур, Л. С. Гармаш, І. О. Калиниченко, Л. П. Товкун. – Корсунь-Шевченківський, 2011. – 581 с.
11. Куц А. С. Модельные показатели физического развития и двигательной подготовленности населения центральной Украины: монография / А. С. Куц. – К.: ИСКРА, 1993. – 250 с.
12. Куц О. Фізична активність та розумова працездатність студентів [Електронний ресурс]: Молода спортивна наука України: [зб. наук. праць] / О. Куц, О. Кузнецова. – 80 Min / 700 MB. – Львів: ЛДІФК, 2006. – 1 електр. опт. диск (CD-ROM). – Систем. вимоги: Pentium.
13. Лист МОН керівникам вищих навчальних закладів «Щодо підготовки до проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів» за № 1/9-97 від 23.02.16 року.
14. Магльований А. В. Динаміка показників фізичного здоров'я студентів, які займаються силовими вправами / А. В. Магльований, І. М. Шимечко, О. М. Боярчук, Є. І. Мороз // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2011. – № 1. – С. 80-83.
15. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» від 09.12.2015 р. № 1045.
16. Решетников Н. В. Таблица оценки физической подготовленности студентов / Н. В. Решетников // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 4. – С. 37-41.

Товкун Л.П.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Аннотация

Исследовано современное состояние физической подготовленности студентов к занятиям физическими упражнениями. Проанализированы предварительные исследования по данной проблеме и установлено, что в современных высших учебных заведениях наблюдается тенденция к снижению объема двигательной активности студентов. Это негативно сказывается на физическом развитии, физической подготовленности и функциональном состоянии молодежи, обуславливает особую социальную значимость сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи. В результате исследования установлено, что испытуемые имеют средний уровень физической подготовленности к занятиям физическими упражнениями. Однако, высокого уровня нет ни у одного испытуемого. Это указывает на то, что необходимо совершенствовать занятия по физической культуре в школе и высших учебных заведениях, а также пропагандировать здоровый образ жизни.

Ключевые слова: здоровье, физическая подготовленность, физические упражнения, физические качества, студенты.

Tovkun L.P.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Scovoroda

PHYSICAL PREPARATION OF STUDENTS TO LESSONS OF PHYSICAL EXERCISES: MODERN POSITION OF PROBLEMS

Summary

The modern position of physical preparation of students to lessons of physical exercises is researched. Preceding researches from this problem and determined, in the modern higher educational establishments observed the tendencies to lowering of scope of mobile activity of students are analyzed in it. This is bad for physical development, physical preparation and functional state of youth, it stipulates of especial social important of saving and strengthening of health students' youth. In the result of research is fixed, its researching have of middle level of physical preparation to lessons of physical exercises. However, by high level don't have in not any researching. This indicate on it is necessary to improve of lessons from physical culture in the school and higher educational establishments, and also promote of healthy regime of life.

Keywords: health, physical preparation, physical exercises, physical qualities, students.

УДК 159.922.6:616.89-008.441.44

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

Федосєєва І.В.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Стаття презентує теоретичні дослідження суїцидології та чинників аутоагресивних тенденцій, зокрема проаналізовано провідні наукові джерела з проблематики суїциду, вікові аспекти суїцидальної поведінки. Розглянуто загальні особливості суїцидальної поведінки, такі як: фіксованість позиції, звуження сфери позиції особистості, ізольованість та замкнутість, пасивність. Виявлено, що патологічне протікання вікової кризи підліткового періоду призводить до виникнення кризового стану, який характеризується інтенсивними негативними емоціями. Проаналізовано суїцидальну поведінку як результат багатфакторного процесу дезадаптації, обумовленого соціальними та психологічними чинниками. Вказані детермінанти мають здатність самостійно або спільно з іншими різко посилювати психологічну напругу і обумовлювати розвиток кризових станів та формування суїцидальної поведінки в цілому.

Ключові слова: суїцид, суїцидальна поведінка, суїцидальний ризик, суїцидальна спроба, суїцидальна активність, дезадаптація, вікова криза, підлітковий вік, негативізм, ідентичність.

Постановка проблеми. За останні 45 років рівень самогубств зріс на 60%. До 2020 року, за прогнозами ЮНІСЕФ, суїцид вийде на друге місце в світі як причина смерті, обійшовши рак і поступаючись тільки серцево-судинним захворюванням. За даними ВВС, самогубства стали другою за поширеністю в світі причиною смерті у віковій групі від 15 до 29 років, при тому, що на один завершений суїцид підлітка нараховується близько 200 нереалізованих суїцидальних спроб.

Сьогодні Україна увійшла до групи країн із високим рівнем суїцидальної активності. Постійні труднощі, які переживає особистість, послаблюють її адаптивні можливості. В першу чергу це позначається на підлітках – найбільш вразливій соціальній групі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженню факторів та умов розвитку суїцидальної поведінки серед підлітків та молоді присвячена значна кількість робіт вітчизняних вчених: Л. Артющікіної, С. Борисова, Л. Васильченко, Т. Вашеки, О. Головахи, Л. Шестопалової, О. Пурло, Л. Скаковської, Р. Авакяна, А. Алієва, С. Бородіна, Є. Вроно, І. Кирилової, М. Ковальова, А. Амбрумової, Л. Постовалової, А. Ратінова, І. Паперно та ін. Самогубство та шляхи його попередження вивчали Ю. Александров, В. Глушков, В. Войцех, С. Жабокрицький, О. Моховиков, В. Сулицький, А. Тищенко, А. Чупріков, В. Шаповалов та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Суїцид має свою природу, детермінанти, динаміку перебігу та специфіку вияву у різних вікових періодах. Знання основних напрямів дослідження природи суїциду, методик з'ясування його детермінант і визначення особливостей вияву суїцидальної поведінки у підлітковому віці допоможе фахівцям психологічної служби цілеспрямованіше організувати дослідження особистостей, які схильні до суїцидальної поведінки, з'ясувати соціально-психологічні, психічні та інші аспекти означеної поведінки у соціальному середовищі, своєчасно діагностувати ступінь суїцидального ризику, прогнозувати поведінку в кризових ситуаціях, обґрунтовувати ефективні засоби суїцидальної превенції та реабілітації осіб, які вдавалися до суїцидальних спроб.

Мета статті. Головною метою роботи є вивчення проблематики суїциду в контексті здоров'язберігальних тенденцій сучасної психологічної науки.

Виклад основного матеріалу. Науковий термін «суїцид» уперше почав використовувати лікар і філософ Т. Браун, утворивши його від латинського *sui* (собі) і *caedere* (вбивати) [1, с. 24]. На сьогодні існує безліч визначень поняття суїциду. Одні трактують його як психічне захворювання, інші як явище характерне для осіб з психічними розладами, треті як форму девіантної поведінки. З усього різноманіття визначень суїциду варто виділити деякі, що дають найбільш повне уявлення про це явище. «Самогубство, суїцид (*suicide*) – свідомо відмова людини від життя, пов'язана з діями, спрямованими на його припинення» [1, с. 84].

Здійснений нами аналіз теоретичних досліджень свідчить про те, що феномен суїциду найчастіше пов'язують з уявленням про психологічну кризу особистості, під якою розуміється гострий емоційний стан, викликаний особливими, особистісно значущими психотравмуючими подіями. Причому, це криза такого масштабу, що попередній життєвий досвід людини, яка зважилася на самогубство, не може підказати іншого виходу з ситуації, яку вона вважає нестерпною.

Засновник суїцидології Е. Дюркгейм своєю роботою «Самогубство» дав поштовх новим дослідженням [2] і вже на початку ХХ століття з'явилося три школи суїцидології: соціологічна, антропологічна (суїцидальність, що формується виходячи з аномалій у будові та розвитку організму) та психіатрична.

У статті З. Фрейда «Смуток і меланхолія» автор аналізує суїцид на підставі уявлень про існування в людині двох основних потягів: Ероса – інстинкту життя і Танатоса – інстинкту смерті. Людське життя є полем битви між ними. За Фрейдом, суїцид і вбивство є проявом руйнівного впливу Танатоса, тобто агресією [3].

Відтак, спираючись на наукові доробки З. Фрейда, послідовник школи психоаналізу – американський вчений К. Меннінгер розвинув уявлення вченого про суїцид, дослідивши його глибинні мотиви. Він виділив 3 основні складові

суїцидальної поведінки: бажання вбити; бажання бути вбитим; бажання померти [3, с. 73].

Особливої уваги вартують наукові пошукування Н. Фарберу [2], який створив концепцію саморуїнливої поведінки людини. Його підхід дозволив ширше поглянути на проблему, маючи на увазі не лише завершені самогубства, але й інші форми аутоагресивної поведінки: алкоголізм, токсикоманію, невиправдану схильність до ризику тощо.

У фокусі дослідницької уваги знаходяться наукові праці А. Амбрумової та ряду інших дослідників [5], які розцінюють суїцидальну поведінку як наслідок соціально-психологічної дезадаптації особистості в умовах мікросоціального конфлікту. Соціально-психологічна дезадаптація, як невідповідність організму і середовища, може виявлятися в різних ступенях та формах. Авторка розрізняє лімітуючу (непатологічну) і трансформуючу (патологічну) дезадаптацію. Кожна з цих форм може бути парціальною (частковою) і тотальною (загальною).

Суїцидальна поведінка – це поведінка, що включає різні форми активності, які служать деструктивним засобом вирішення особистісних проблем в умовах конфліктної ситуації. Це прояв суїцидальної активності – думки, наміри, висловлювання, погрози, спроби. Уся поведінка будується так, щоб суїцидальна спроба вдалася. Суїцидальний ризик, у свою чергу, можна визначити як потенційну готовність індивіда вчинити самогубство, як співвідношення суїцидальних і антисуїцидальних чинників його поведінки.

Суїцидальна поведінка є динамічним процесом і складається з наступних етапів [4]:

- етап суїцидальних тенденцій. Період від виникнення суїцидальних думок до спроб їх реалізації називається пресуїцидом;

- етап суїцидальних дій. Період, коли тенденції переходять у конкретні вчинки;

- етап постсуїцидальної кризи. Триває від моменту здійснення суїцидальної спроби до повного зникнення суїцидальних тенденцій, що іноді характеризуються циклічністю прояву.

Суїцидальна поведінка має зовнішній і внутрішній плани, які в єдності утворюють відносно стійку, цілісну й типологічно своєрідну структуру, що відображає індивідуальність суїцидента, тип його особистісної кризи. Психологічну структуру суїцидальної поведінки складають: мотиваційний, афективний, орієнтовний, виконавчий компоненти.

Самогубство є проявом складної взаємодії суїцидальних якостей особистості та соціального середовища. З-поміж усіх концепцій суїцидології найбільшого поширення набула теорія соціально-психологічної дезадаптації.

Підлітковий вік – один з найскладніших кризових періодів розвитку людини. Переконливими особливостями є різкі якісні зміни, що відображаються на всьому розвитку. Процес анатомо-фізіологічної перебудови є фоном, на якому протікає психологічна криза. Активізація і складна взаємодія гормонів росту та статевих гормонів викликають інтенсивний фізіологічний та психічний розвиток. Емоційну нестабільність посилює сексуальне збудження, що супроводжує процес статевого дозрівання [7].

Вартує уваги ще й той факт, що це період, коли дитина починає по-новому оцінювати свої стосунки з сім'єю. Прагнення утвердити себе як особистість породжує потребу у відчуженні від усіх тих, хто з року в рік чинив на неї вплив, і в першу чергу це стосується батьківської сім'ї. Негативізм – первинна форма механізму відчуження, саме вона є початком активного пошуку підлітком власної унікальної суті, власного «Я» [5].

Особливість підліткового віку – це криза ідентичності (за Е. Еріксоном), яка тісно пов'язана з кризою сенсу життя [6]. Набуття підлітком ідентичності є ціннісно-рольовим аспектом розвитку особистості. Саме невпевненість в стабільності свого внутрішнього світу, стурбованість тим, що світ може бути загублений, складають основу постійного стресу. Розвиток кризового стану призводить до появи соціально-психологічної дезадаптації. Деструктивний вихід з вікової кризи, проявляючись в поведінкових девіаціях, може призвести до суїцидального ризику [9].

У підлітків, які різняться за віком і статтю, спостерігається різна міра суїцидального ризику. Відтак, існує три міри підліткового суїцидального ризику: незначний ризик (є суїцидальні думки без певних планів); ризик середньої міри (є суїцидальні думки, план без термінів реалізації); високий ризик (є думки, розроблений план, є терміни реалізації і засоби для цього) [8].

У цьому контексті важливим уявляється аналіз наукових розвідок психологів О.М. Вроно і Н.О. Рагінової, які детально описали види суїциду підлітків та їх причини: це, зокрема самоушкодження; демонстративно-шантажні суїциди з агресивним компонентом; демонстративно-шантажні суїциди з маніпулятивною мотивацією; суїциди з мотивацією самоусунення [10].

Враховуючи різні концепції можна стверджувати, що особливості проявів і перебігу підліткового періоду онтогенезу залежать від конкретних соціальних обставин життя й розвитку особистості підлітка, його соціальної позиції у світі дорослих. Вирішальна роль у його психічному розвитку належить передусім системі соціальних відносин. Біологічний чинник діє на підлітка опосередковано – через соціальні стосунки з оточенням.

Отже, кризові стани і суїцидальна поведінка підлітків є наслідком патологічного протікання вікової кризи, яка проявляється в емоційних, когнітивних і особистісних порушеннях.

Для кращого розуміння особливостей суїцидальної поведінки підлітків необхідно розглянути, що саме спричиняє її появу.

У межах анатомо-антропологічного, соціологічного, психіатричного та психологічного підходів у різні часи науковцями означених галузей знань було розроблено різні уявлення про детермінацію суїцидальної поведінки. Представники анатомо-антропологічної концепції дотримуються ідеї структурно-морфологічних і психофізіологічних причин самогубства (А. Крюків, І. Леонов, Ч. Ломброзо та ін.). Важливу роль також відіграє несприятлива спадковість [8].

Представники соціологічної концепції (М. Гернет, Е. Дюркгейм, П. Сорокін та ін.) головні причини самогубства вбачають в соціально-політичних та економічних чинниках, ступені соціальної інтеграції індивіда та впливі соціальних норм [8, с. 92].

Цікавою з огляду на досліджувану проблему є психопатологічна концепція (І. Гвоздьов, Д. Ескіроль та ін.), яка мала сильний вплив на суспільну свідомість щодо уявлень про психічну патологію будь-якого суїцидента. Це, своєю чергою, до останнього часу значно знижувало ефективність науково-практичної розробки проблеми самогубства [8, с. 110].

Більш гнучкою пояснювальною моделлю суїцидальної поведінки є концепція, згідно з якою така поведінка розглядається як наслідок дезадаптації особистості в умовах мікросоціального конфлікту (А.Г. Амбрумова). Цей підхід продуктивно розвивається в останні роки (О. Боєнко, О. Полєєв, О. Слуцький, М. Занадворов) [5, с. 70].

В цілому можна стверджувати, що суїцидальна поведінка залежить від ряду факторів, які можуть бути розділені на внутрішні й зовнішні. Внутрішніми чинниками суїцидальної поведінки є індивідуальні особливості особистості суїцидента (характер, психофізичний та емоційний стани тощо), що підвищують ризик суїциду. До зовнішніх факторів належать: мікросоціальні умови біографічного характеру, перш за все сімейне виховання; міжособистісні стосунки в референтній групі – сімейній, дружній або професійній; дезадаптаційні об'єктивні чинники діяльності (екстремальність, відповідальність тощо) [11].

Аналіз причин суїцидальної поведінки, наведений в науковій літературі останнього часу, дозволив згрупувати їх у вигляді трьох головних чинників, що спричиняють появу суїцидальної поведінки у підлітків.

Сім'я для підлітка – це модель світу, якщо життя у родині гнітюче та негармонійне, у підлітка немає ґрунту для міцної життєстійкості; негативні переживання виникають як відповідь на сімейні конфлікти, часті покарання, невдоволення батьків друзями дітей, нав'язливе моралізування старших.

Шкільні проблеми є однією з головних причин формування суїцидальної поведінки серед підлітків та пов'язані з перевантаженнями, неуспішністю, конфліктами з учителями або однолітками. Саме в школі формуються такі важливі соціальні запиту підлітка як: потреба в самоповазі; потреба в позитивній оцінці значущих для нього дорослих; потреба в спілкуванні.

Таким чином, стосунки, пов'язані з навчальним процесом, можуть бути тригером суїцидальної поведінки, тому школи потребують розробки спеціальних превентивних програм з активним залученням професійної допомоги [9].

Не можна також не порушити питання про рекламування і створення атмосфери соціального схвалення суїцидальних моделей поведінки, які найлегше засвоюються та відтворюються соціально незрілими людьми, частіше підлітками, як найбільш сприйнятливими до нових поведінкових зразків [12].

Вказані соціально-психологічні детермінанти суїцидальної поведінки зумовлюють психологічні стани підлітка, які обумовлюють його дії: соціальна (соціально-психологічна) ізоляція (вимушене тривале перебування людини в умовах обмежених стосунків чи цілковита відсутність соціальних контактів); групове неприйняття (невизнання людини групою, неприйняття її норм,

цінностей, способу мислення); зниження толерантності до «Значущих інших» (нетерпимість людей один до одного зумовлене напруження міжособистісних стосунків, неадекватність поведінки, розбіжності взаємооцінювання); особистісний конфлікт між статусом і домаганнями (викликає дискомфорт у взаєминах, призводить до бурхливої реакції несумісності тощо); самотність (породжена розчаруванням у людях, втратою соціальних контактів, невизнанням індивіда на рівні міжособистісної взаємодії, групи і суспільства); соціально-психологічне відчуження (передбачає послаблення міжособистісних контактів, збіднення комунікативних дій тощо); зростання незадоволення (може виникати як наслідок суттєвих статусно-рольових розбіжностей); неадекватність ціннісного ставлення та самооцінки (неадекватні дії спричинені розбіжністю в самооцінці й оцінці цінностей індивіда іншими); комунікативна неспроможність (нездатність індивіда виявляти такі комунікативні якості й здібності, які допомагали б йому адекватно сприймати соціально-психологічну реальність); зниження престижу, авторитету, що є причиною дискомфорту, стресу, конфлікту й призводить до втрати волевого контролю; міжособистісний конфлікт (наявність суперечностей, які можуть викликати глибокі психологічні потрясіння).

Висновки і пропозиції. Отже, суїцидальна поведінка – це аутодеструктивна поведінка людини, спрямована на навмисне позбавлення себе життя, а також відмова від реальних можливостей уникнути смерті в критичній ситуації. Загальними особливостями суїцидальної поведінки є: фіксованість позиції, звуження сфери позиції особистості, ізолюваність та замкнутість, пасивність. Суїцидальний ризик – це готовність особистості вчинити самогубство, співвідношення суїцидальних і антисуїцидальних чинників поведінки. Головними механізмами суїцидального ризику є: егоцентризм, аутоагресія, песимістична установка, паранояльність.

Виявлено, що патологічне протікання вікової кризи підліткового періоду призводить до виникнення кризового стану, який характеризується інтенсивними негативними емоціями. Серед форм суїцидальних дій підлітків виділяють такі як: самоушкодження, демонстративно-шантажні суїциди з агресивним компонентом, демонстративно-шантажні суїциди з маніпулятивною мотивацією, суїциди з мотивацією самоусунення.

Суїцидальна поведінка, як результат багатofакторного процесу дезадаптації обумовлений соціальними чинниками: проблемами у сімейному колі, проблемами у спілкуванні з однолітками, шкільними проблемами, впливом ЗМІ, несформованим розумінням смерті, нещасним коханням, раннім статевим життям, саморуйнівною поведінкою (алкоголізм, наркоманія), депресіями, складним та суперечливим станом у країні, та рядом психологічних чинників: віковими індивідуально-психологічними особливостями; фрустрація потреб в прояві почуття «дорослості»; формування негативної «Я-концепції»; принизливе ставлення підлітка до себе, що проявляється в низькій самооцінці і відсутності самоповаги; криза ідентичності. Вказані чинники мають здатність самостійно або спільно з іншими різко по-

силювати психологічну напругу і детермінувати розвиток кризових станів та формування суїцидальної поведінки.

Високий рівень суїцидального ризику підлітків є відображенням соціально-психологічних проблем оточення, неспроможності суспільства

вийти на якісно оновлений рівень сприйняття людини як багатогранного безмежного феномена у пізнанні світу; дбати про наступне покоління з урахуванням того, що все у нашому бутті, у тому числі людська свідомість, схильне до історично обумовленого часовим простором розвитку.

Список літератури:

1. Моховиков А. Н. Введение к клинко-психологическому разделу / [сост. А. Н. Моховиков] // Суицидология: прошлое и настоящее. – М.: Когито-центр, 2001. – 569 с.
2. Дюркгейм Э. Самоубийство: социологический этюд / Э. Дюркгейм // Суицидология: прошлое, настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов в художественных текстах. – М., 2001. – С. 239-254.
3. Меннингер К. А. Война с самим собой / К. А. Меннингер. – М.: Эксмо-Пресс, 2000. – 234 с.
4. Подольский А. И. Диагностика подростковой депрессивности: теория и практика / А. И. Подольский, О. А. Идобаева, П. Хейманс. – СПб.: Питер, 2004. – 202 с.
5. Амбрумова А. Г. Суицид как феномен социально-психологической дезадаптации личности / А. Г. Амбрумова, В. А. Тихоненко // Актуальные вопросы суицидологии. – М.: Просвещение, 1978. – С. 6-28.
6. Мартинюк І. Самогубство / І. Мартинюк // Директор школи України. – 2008. – № 5. – С. 68-72.
7. Александрова Ю. В. Характеристика психологических особенностей подростков и юношей / Ю. В. Александрова. – М.: МГУ, 2002. – 85 с.
8. Психологія суїциду: посібник / [під ред. В. П. Москальця]. – К.: Академвидав, 2004. – 288 с.
9. Аверин В. А. Психология детей и подростков: учебн. пособ. / В. А. Аверин. – Издание 2-е, переработанное и дополненное. – СПб.: Издательство Михайлова В. А., 1998. – 379 с.
10. Вроно Е. М. Предотвращение самоубийства. Руководство для подростков / Е. М. Вроно. – М.: Академический Проект, 2001. – 40 с.
11. Биркин А. А. Профилактика суицидального поведения / А. А. Биркин, В. Ф. Войцех, В. А. Закондырина, А. А. Кучер. – Мурманск: Пазори, 2004. – 77 с.
12. Гроллман Э. Суицид: превенция, интервенция, поственция / Э. Гроллман // Суицидология: прошлое и настоящее. Проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах. – 2001. – С. 270-352.

Федосеева И.В.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Аннотация

Статья представляет теоретические исследования суицидологии и факторов аутоагрессивных тенденций, в частности проанализированы ведущие научные источники по проблематике суицида, возрастные аспекты суицидального поведения. Рассмотрены особенности суицидального поведения, такие как: фиксированность позиции, сужение сферы позиции личности, изолированность и замкнутость, пассивность. Выявлено, что патологическое протекание возрастного кризиса подросткового периода приводит к возникновению кризисного состояния, которое характеризуется интенсивными отрицательными эмоциями. Проанализировано суицидальное поведение как результат многофакторного процесса дезадаптации, обусловленного социальными и психологическими факторами. Указанные детерминанты обладают способностью самостоятельно или совместно с другими резко усиливать психологическое напряжение и обуславливать развитие кризисных состояний, формирование суицидального поведения в целом.

Ключевые слова: суицид, суицидальное поведение, суицидальный риск, суицидальная попытка, суицидальная активность, дезадаптация, возрастной кризис, подростковый возраст, негативизм, идентичность.

Fedoseeva I.V.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

AGE CHARACTERISTICS OF SUICIDAL BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS

Summary

Article represents theoretical research of an extremely urgent problem of the present days – suicidal behaviour in teenage environment. The life of the individual in a constant state of emotional stress becomes the norm in the time of general social reconstruction, powerful pressure information, socio-economic instability. The tempo and conditions of today's reality sometimes prevent finding the desired psychological balance and help from friends, parents and others, and this, in its turn, leads to alienation, arouses the feeling of emptiness, loneliness, uselessness. As a result, people can finally plunge into their own «I», lose the sense of life, understand their uselessness and commit fatal attempt upon his own life. So the problem of theoretical and experimental study of adolescent disposition to suicidal behaviour actualizes. The general features of suicidal behaviour: the fixation position, narrowing the scope of the individual positions, isolation, and passivity. Found that abnormal flow of adolescence age crisis leads to a crisis, characterized by intense negative emotions. Among the forms of adolescent suicidal actions highlighted such as self-harm, suicidal demonstratively-blackmailing with an aggressive component of demonstratively-blackmailing suicide with manipulative motivation, the motivation of suicide withdrawal. Prevention of suicide risk and intentions should include all relevant links for teen relationships, and early and timely diagnosis is desperately needed in today's conditions. First of all, it requires more sophisticated tools of psychodiagnostic study of suicide risk, which will enable at the early stages to prevent suicidal teen activity; secondly, it is necessary the presence of social and psychological services in each school that enable timely determination of teenagers risk group and conduct classes with teens by parents as well as teachers.

Keywords: suicide, suicidal behaviour, suicidal risk, suicide attempt, suicidal activity, disadaptation, age crisis, adolescence, negativism, identity.

УДК 159.923.956.2-049.2

ВПЛИВ МАНІПУЛЯЦІЇ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

Хаметова Л.М.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Досліджується проблема маніпуляції у контексті психічного здоров'я особистості. Знання про різноаспектність маніпулятивного спілкування у суспільстві дозволять краще зрозуміти специфіку станів психічного здоров'я особистості, та, за потребою, протистояти, хоча б частково, прихованим зовнішнім діям, та мінімалізувати прояви вторгнення у власну психіку та керування нею. Ознакою психічного здоров'я є здатність пристосовуватися особистості до різноманітних впливів зовнішнього середовища, не тільки природного, а й соціального. Соціальні трансакції та інтеракції протягом життя впливають на формування особистісних і на стан психічного здоров'я, а також обумовлюють використання маніпуляцій у процесі життєдіяльності. Однак маніпулятивний вплив не слід завжди сприймати як негативний фактор. Лікар, який не говорить пацієнту про його страшний діагноз, священник, котрий не порушує таїнство сповіді тощо, ми не можемо віднести до негативних аспектів маніпуляції, вони не погіршують стану психічного здоров'я особистості.

Ключові слова: здоров'я, психічне здоров'я, особистість, психологічний вплив, маніпуляція, ігри.

Постановка проблеми. Сучасна наука знову і знову звертає особливу увагу на здоров'я людини, і, не тільки, фізіологічного, а й психічного (нині актуалізуються дослідження й психологічного здоров'я) та соціального. Оскільки нове суспільство, до якого ми прагнемо, повинно більшою чи меншою мірою задовольняти потреби особистості, як біологічні, так і духовні, задля комплексного її розвитку, що в результаті неможливе без психологічного благополуччя. Психологічна наука постійно апелює до психічного здоров'я, що містить такі складові, як прийняття людиною себе, гідного поваги; уміння підтриму-

вати позитивні, теплі, щирі, дружні тощо відносини з іншими; незалежність у регуляції свої поведінки без зовнішнього втручання; здатність обирати та створювати своє оточення, яке б відповідало особистим психологічним умовам життя; наявність мети і сенсу життя і, відповідно, діяльності, спрямованої на досягнення цієї мети та реалізацію сенсу, а також самовдосконалення. Тобто, психічне здоров'я залежить від стану тіла й психіки людини та її соціального оточення.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Попри те, що людина завжди прагне кращого, гармонічнішого перебування у

соціумі створює своє соціальне середовище, вона неубезпечена від маніпулятивного типу інтеракцій, що мають як позитивний та негативний впливи на формування с особистості та стан психічного здоров'я.

Формування цілей статті. Стаття присвячена дослідженню проблеми маніпуляції у контексті психічного здоров'я особистості. Знання про різноаспектність маніпулятивного спілкування у суспільстві дозволять краще зрозуміти специфіку станів психічного здоров'я особистості, та, за потребою, протистояти, хоча б частково, прихованим зовнішнім діям, та мінімізувати прояви вторгнення у власну психіку та керування нею.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукової психологічної, філософської медичної літератури дозволяє зробити висновок, що проблему психічного здоров'я у тривимірній площині, що містить концепти: біологічну, психічну, соціальну. Дослідження психічного здоров'я та впливу на нього маніпулятивного спілкування базується на теоретичних концепціях особистості. Психоаналітична теорія (З. Фрейд), індивідуальна теорія (А. Адлер), аналітична теорія особистості (К. Юнг), гуманістична теорія особистості («психічне здоров'я» і «зрілий розвиток» Е. Фромм, «самоактуалізація» А. Маслоу та «стань тим, ким ти є» К. Роджерс).

Різні аспекти феномена маніпуляції, серед яких механізми, технології, критерії та чинники маніпулятивної поведінки, розглядали зарубіжні та вітчизняні вчені такі як: Е. Берн, С. Брачченко, Г. Грачев, С. Доценко, А. Елліс, С. Кара-Мурза, Г. Ковальов, О. Коннор, Е. Фромм, Г. Шиллер, Е. Шостром, та інші.

Слід відмітити таких вітчизняних дослідників даної проблематики, як Н. Бачеріков, В. Петленко, Е. Щербина (визначають психічне здоров'я як такий відносно стійкий стан організму особистості, який дає можливість людині усвідомлено, враховуючи свої фізичні й психічні можливості, а також навколишні природні й соціальні умови, здійснювати та забезпечувати свої індивідуальні й суспільні (колективні), біологічні та соціальні потреби на основі нормального функціонування психофізичних систем, здорових психосоматичних і соматопсихічних відносин в організмі [2]); І. Коцан, Г. Ложкін, М. Мушкевич (психологія здоров'я людини розглядають у контексті основних аспектів взаємовпливу позитивних (негативних) емоційних станів, способів психологічного захисту, профорієнтації, професійного довголіття, що може сприяти переглядові ставлення до способу життя особистості [4]).

А. Напреенко, К. Петров (психічне здоров'я розглядають через прийняття образів до об'єктивних аналогів, адекватність відображення обставин дійсності в емоціях людини, відповідність психічних реакцій інтенсивності зовнішніх подразників, упорядкованість та причинну зумовленість психічних явищ, критичну самооцінку та оцінку зовнішніх обставин, зміну поведінки відповідно до змін зовнішніх обставин, здатність організації власної поведінки відповідно загальноновизнаних морально-етичних норм, почуття доброзичливості та прихильності до близьких людей і відповідальність за них, здатність планувати своє життя і втілювати ці плани [5]).

Н. Коцур розглядає психічне життя особистості у контексті здорового способу життя.

Виклад основного матеріалу. Теоретична психологія розглядає особистість з оптимальним рівнем психічного здоров'я у контексті природного (біологічного), людина частина природа зі своїми властивостями живого організму, що дані як данність, психічного, структура та особливості психіки, та соціального, зовнішнього утворення регулюючої структури завдяки поєднанню духовної та фізичної діяльності.

Загальноприйнято, що здоров'я – це нормальний стан організму, який характеризується оптимальною саморегуляцією, повною узгодженістю при функціонуванні всіх органів та систем, рівновагою поміж організмом та зовнішнім середовищем при відсутності хворобливих проявів. За яких умов людину сприймають нормальною, і сама вона відчуває себе повноцінною? Що означає нормальний стан? Це адекватний до загальноновизнаних суспільних норм щодо існування людини у певний історичний проміжок часу, зі своїми цінностями. На основі цих цінностей та ціннісних орієнтацій будь-яке соціальне утворення розробляють систему соціальних норм поведінки особистості. Вони виступають як засобом впливу соціуму на формування та розвиток особистості, регуляції її поведінки, а відтак і психічного здоров'я, так і відповідністю, мірилом, «нормального».

У перекладі з лат. *Norma* – правило, взірць. У Стародавньому Римі «нормою» називали тягарець на ниточці, за допомогою якого мулярі зв'язали вертикальність стіни. Фактично, подібне значення це слово зберегло і до нині у більшості контекстів: це ніби своєрідний вимірювальний інструмент, який використовується для оцінювання «правильності» певного явища, його відповідності наперед заданому взірцю, релевантно до статі, віку, функціонального стану організму, місця проживання (перебування), професії, характеру та інтенсивності діяльності, способу життя, особливостей харчування тощо. Однією із найважливіших ознак соціальної норми є її імперативність, яка виявляється у тому, що поведінка, яка не відповідає нормі, обов'язково викликає негативну реакцію в інших людей.

Тому, однією з ознак психічного здоров'я є здатність пристосовуватися особистості до різноманітних впливів зовнішнього середовища, не тільки природного, а й соціального. Завдяки цьому людина може витримувати значні фізичні та психічні навантаження, навіть екстремальні фактори впливу зовнішнього середовища. Тому доцільно вважати психічно здоровою особистість таку, яка активно та повноцінно пристосовується до зовнішніх змін.

У преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) говориться, що здоров'я – це не тільки відсутність хвороб або фізичних дефектів, а стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя.

Однак, стан здоров'я, як загальний так і психічний, не можна розглядати, як щось статичне. Навпаки, це динамічний процес з властивими йому змінами, може покращуватися або погіршуватися. Кожна особистість є відкритою динамічною системою зі своїми особливостями

психіки та зовнішніми соціальними нормами, які регламентують поведінку людини. Тому й про психічне здоров'я можемо говорити у діапазоні: нормального, граничного із захворюванням, нездорового психічного стану.

У науці здоров'я у цілому визначається як форма життєдіяльності організму, що забезпечує йому необхідну якість життя і максимально можливу, за даних умов, тривалість. Відповідно зумовлюється різними зовнішніми впливами на організм, у тому числі природних, виробничих, побутових, психологічних, та внутрішньою специфікою психіки, що окреслюють спосіб життя та ставлення до себе і оточення. Однак, слід зауважити, що фізичні та психічні показники організму людини змінюються навіть протягом декількох годин (одразу після пробудження і після вставання з ліжка, до прийому їжі та після її прийому). Про це слід пам'ятати під час визначення рівня психічного здоров'я.

Узагальнюючи вище сказане, слід зазначити, що під здоров'ям у психологічній науці розуміють процес збереження і розвитку біологічних, фізіологічних, психологічних функцій, оптимальної працездатності та соціальної активності при максимальній тривалості активного життя. А процес збереження психічного здоров'я особистості передбачає своєчасне попередження психоемоційного перенавантаження. Для цього існують психологічні прийоми, які дозволяють володіти собою в екстремальних ситуаціях та допомагають звільнитись від негативних емоцій, або нав'язливих думок. Проте не всі люди психологічно грамотні, а динамічний спосіб сучасного життя досить часто стає причиною психологічно нестабільних станів та неврозів.

Важливими факторами збереження психічного здоров'я є саморегуляція – свідоме управління психічними процесами свого організму, самовдосконалення – розкриття можливостей індивідуальних резервів та максимальне використання свого потенціалу, що забезпечують регуляцію поведінки людини та її діяльності. Крім внутрішніх потенцій психічне здоров'я залежить і від зовнішніх чинників. Одним з таких, його можна віднести до домінуючих, є вплив громадської думки. Це відбувається під впливом безпосереднього способу життя, віри в авторитети, того, що оточує, засобів масової інформації неререфлексивного, некритичного відношення до дійсності інформаційного потоку тощо. Все це спричинює неадекватне та необ'єктивне сприйняття дійсності та призводить до частого використання маніпуляційних психологічних впливів у міжособистісній інтеракції.

Е. Фромм вважав, що в особистості немає нічого природженого. Всі її психічні прояви – це наслідок заглибленості особистості в різні соціальні середовища: «Незалежно від того, говоримо ми про «психічне здоров'я» чи про «зрілий розвиток» людини, ці поняття об'єктивні, вони отримані в результаті вивчення «становища людини» і потреб людини, що впливають з цього становища. Неможна визначити «психічне здоров'я» через «приспособування» індивіда до суспільства, в якому він живе, а навпаки його треба визначати з точки зору приспособування суспільства до потреб людини, виходячи із того, чи сприяє чи перешкоджає воно розвитку «психічного»

здоров'я. Здоров'я індивіда в першу чергу залежить від структури даного суспільства. «Здорове суспільство» розвиває здібність людини любити людей, стимулює творчу працю, розвиток розуму, об'єктивність, набуття відчуття власного «Я», заснованого на відчутті власних творчих сил. «Нездорове суспільство» породжує взаємну ворожнечу, недовіру, перетворює людину в об'єкт маніпуляції, експлуатації, позбавляє його відчуття «Я», яке зберігається лише тією мірою, якою людина підкорюється іншим або стає автоматом. Суспільство може виконувати дві функції і сприяти здоровому розвитку людини, так і перешкоджати цьому. Практично у більшості випадків воно робить і те, й інше; питання тільки у тому, яка ступінь і направленість позитивного і негативного впливів» [7, с. 512].

У праці «Man for Himself» зазначає, що людина може бути обдуреною щодо своїх інтересів, якщо вона не усвідомлює та не знає повною мірою ні себе, ні своїх потреб, ні обов'язку та відповідальності перед соціумом. Е. Фромм переконаний у тому, що «бути собою» – це необхідна умова досягнення фізичної і духовної цілісності, тобто «бути для себе» в нормах моральної поведінки без егоїзму і ірраціонального авторитету. А головним завданням у побудові психічно здорового суспільства є виховання продуктивного характеру. Непроductивність проявляється у неспроможності любити, а відтак, реалізуватися, використовувати свій потенціал повною мірою, який, натомість, замінений формами активності, нав'язані несвідомою тривогою. Е. Фромм описує чотири типи непродуктивної орієнтації характеру, що виникли історично: рецептивний, експлуататорський, накопичувальний і ринковий. Productивність, за Е. Фроммом, – це здатність людини любити, використовувати свої сили, здатність до самореалізації [1].

Під поняттям «соціальний характер він розуміє характерні типи особистості, які найбільше відображають тенденції суспільства і культури, до яких належить людина. Під впливом вимог суспільства одні з таких рис згасають, інші активно формуються, треті гіпертрофуються. Чим ближче характер індивіда до соціального характеру, тим більш повною є його адаптація. Від соціальної структури суспільства, його психологічного і морального клімату залежить соціальний характер. Найпрестижніший у суспільстві особистісний тип визначає соціальну структуру. У випадку, коли типовий соціальний характер і суспільна структура вступають в протиріччя, суспільство втрачає рівновагу.

М. Простаков пише «Різноманіття людських характерів настільки ж невичерпне, як і різноманіття, що визначають характер генетичних комбінацій.

Однак, кожна людина змушена пристосовуватися до соціального середовища, більш того, людині властива органічна потреба в такій адаптації. Тим часом особистісні властивості індивіда не завжди відповідають вимогам, які висуває до своїх членів суспільство. Як сполучну ланку між психікою індивіда і структурою соціуму Е. Фромм вводить поняття «соціального характеру» [6].

Очевидно, що у процесі соціальних інтеракцій для задоволення потреб самовдосконалення та

самоактуалізації міжособистісне спілкування неможливе без використання засобів психологічного впливу, зокрема маніпуляції. Оскільки кожна людина воліє не просто пристосуватися до існуючих соціальних норм, а й впливати на суспільний розвиток та зміну цих норм у процесі задоволення ієрархічних потреб. Сучасний світ зі своїми швидкоплинними змінами змушує людину змінюватися і не просто пристосовуватися до нього, а ще й інтеріоризуватися та підлаштовувати світ до своїх не настільки мінливих психічних потенцій. Г. Шиллер порівнює маніпуляцію ринковому світі та світі ідей – матеріальному та духовному. «Маніпуляція у ринковій економіці подібна оптичному обману, якого всі бояться і від якого всі намагаються позбутися, але замість того, щоб боротися з ним, намагаються просто його не помічати. Те ж саме відбувається і на ринку ідей. Маніпулятори стверджують, що не існує ніякої ідеології, яка виступає в якості механізму управління. Є лише, стверджують вони, інформаційно-науковий спектр, з якого нейтральний вчений, вчитель, урядовець або будь-яка людина вибирає інформацію, найбільше підходить до тієї моделі істини, яку він намагається побудувати» [9].

Цікавими, в контексті даної теми, є погляди Е. Берна. Досліджуючи між особисті стосунки, він зазначив, що люди постійно стурбовані тим, як структурувати свій час. На його думку, однією з найважливіших функцій життя в суспільстві є допомога іншим з цього приводу. Структурування часу він називає плануванням. Воно має три сторони: матеріальну, соціальну та індивідуальну. «Найбільш звичайним практичним методом структурування часу є взаємодія в першу чергу з матеріальною стороною зовнішньої реальності: те, що зазвичай називають роботою. Результатом соціального планування є ритуальний або напівритуальний способи спілкування. Його основний критерій – соціальна прийнятність, тобто те, що прийнято називати хорошими манерами. У всьому світі батьки вчать дітей хорошим манерам, вчать їх вимовляти при зустрічі вітання, навчають ритуалам їжі, залицяння, жалоби, а також вмінню вести розмови на певні теми, підтримуючи необхідний рівень критичності і доброзичливості. Останнє вміння якраз і називають тактом або мистецтвом дипломатії, причому деякі прийоми мають суто місцеве значення, а інші універсальні. Наприклад, стиль поведінки за столом під час їжі або звичай довідуватися про здоров'я друзини може заохочуватися або заборонятися місцевими традиціями. ... Чим більше люди пізнають один одного, тим більше місця в їхніх взаєминах починає займати індивідуальне планування, яке може привести до інцидентів. І хоча ці інциденти на перший погляд здаються випадковими (саме такими найчастіше вони представляються учасникам), все ж уважний погляд може виявити, що вони слідує певними схемами, піддаються класифікації. Такі послідовності трансакцій, засновані, на відміну від часу, що не на соціальному, а на індивідуальному плануванні, ми називаємо іграми. Різні варіанти однієї і тієї ж гри можуть протягом декількох років лежати в основі сімейної та подружнього життя або відносин всередині різних груп» [3, с. 4-5]. «Суттєвою рисою ігор людей ми вважаємо не прояв нещирою характеру емоцій, а

їх керованість. Це стає очевидним особливо в тих випадках, коли невгамовний прояв емоцій тягне за собою покарання. Гра може бути небезпечною для її учасників. Однак тільки порушення її правил загрожувє соціальним осудом» [3, с. 5].

На відміну від попереднього автора Е. Шостром інтерпретує маніпуляцію як, по-перше, «систему ігор або стиль життя, а не якусь певна гра, скажімо, з метою уникнути залучення у відносини. Маніпулювання ближче того, що Берна називає «життєвим сценарієм», який регламентує всю систему відносин даної людини з людьми; по-друге, маніпулятор використовує ігри, поряд з іншими прийомами, щоб експлуатувати і контролювати не тільки оточуючих, але і самого себе; по-третє, маніпулювання – не якийсь приватний прийом, а всеосяжна псевдофілософія життя» [10].

Він виокремлює типи маніпуляторів «Активний маніпулятор намагається керувати іншими за допомогою активних методів. Він уникає проявляти слабкість і грає роль сильною особистості. Як правило, для цього він використовує своє статусне або соціальне становище: батько, сержант, вчитель, начальник. Він грає роль «зневажає» і отримує задоволення від безпорадності інших, користуючись нею для встановлення контролю.

Пасивний маніпулятор являє собою протилежність активному. Він вирішує, що не в силах контролювати своє життя, і поступається можливістю управління активному маніпулятору. Демонструє свою безпорадність, слабкість і тупість. Якщо активний маніпулятор домагається свого за допомогою перемоги, пасивний домагається того ж за допомогою поразки. Дозволяючи активному маніпулятору думати за нього, приймати за нього рішення і робити за нього його роботу, пасивний маніпулятор своєї «пасивністю» і «некмітливостю» в певному сенсі бере верх».

Маніпулятор, який змагається, розглядає життя як стан, що вимагає постійної пильності, оскільки тут можна або виграти, або програти: третього не дано. Для нього життя – це поле битви, а все решта – суперники чи вороги, реальні або потенційні.

Байдуже маніпулятор, контактуючи з людьми, робить вигляд, що зустрічі з ними не викликають для нього інтересу, він байдужий до них, і що він взагалі їх уникає. Його улюблена фраза: «Мені наплювати». Він відноситься до іншої людини так, немов того не існує, немов це манекен, нездатний змінюватися і розвиватися. Оскільки маніпулятор поводить з іншим, як з лялькою, неживим предметом, таке байдуже ставлення поволи вищою якістю бездушності і в ньому самому. Ось чому таке ставлення до людей може бути названо самогубством [10].

Висновки. З вищезазначеного, можна зробити висновок, що соціальні трансакції та інтеракції, починаючи з сім'ї і закінчуючи найбільшими соціальними утвореннями, протягом життя впливають на формування особистісних якостей, а, відтак, і на стан психічного здоров'я, а також обумовлюють використання маніпуляцій у процесі життєдіяльності. Міжособистісне спілкування, пов'язані з тенденціями до різноманітних форм маніпулювання іншими людьми. Це аж ніяк не може не позначитися на психічному здоров'ї особистості. Однак маніпулятивний вплив не слід

завжди сприймати як негативний фактор. Лікар, який не говорить пацієнту про його страшний діагноз, священник, котрий не порушує таїнство сповіді тощо, ми не можемо віднести до негативних аспектів маніпуляції, оскільки вони не погіршують стану психічного здоров'я особистості.

Список літератури:

1. Fromm Erich. Man for Himself. An Inquiry in to the Psychology of Ethics Holt, Rinehart and Winston. – New York, 1964 Мн.: «Коллегиум», 1992 / електронний ресурс – Режим доступу – <http://psylib.ukrweb.net/books/fromm04/index.htm>
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: пер. с англ. / З. Берн; М. С. Мацковский (ред.). – СПб.: Спец лит., 1996. – 399 с.
3. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. К 75 Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана. – Луцьк: РВВ – Вежа // Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. – 430 с.
4. Напреенко Александр. Психическая саморегуляция [Текст]: руководство / А. К. Напреенко, К. А. Петров. – Київ: Здоров'я, 1995. – 238 с.
5. Простаков М. Ю. Концепция социального характера в учении Эриха Фромма // Министерство здравоохранения Украины. Одесский медицинский институт им. Н. И. Пирогова. Итоговая 61-я студенческая научная конференция. Тезисы докладов и программа. – Одесса, 1992. – 64 с. – С. 13–14 – Электронный ресурс.
6. Фромм Эрих. Гуманистический психоанализ / Э. Фромм / [сост. и общая редакция В. М. Лейбина]. – СПб.: Питер, 2002. – 544 с. – (Серия «Хрестоматия по психологии»).
7. Шаронова І. В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України.
8. Шиллер Г. Манипуляторы сознанием / Шиллер Г. – М.: Мысль, 1980. – 324 с.
9. Шостром Э. ЧЕЛОВЕК-МАНИПУЛЯТОР внутреннее путешествие от манипуляции к актуализации. Перевод В. Данченко, Shostrom E. L. Man, the manipulator: The inner journey from manipulation to actualization. Nashville, TN: Abingdon, 1967 К.: PSYLIB, 2003. – <http://psylib.ukrweb.net/books/shost01/index.htm>

Хаметова Л.М.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды

ВЛИЯНИЕ МАНИПУЛЯЦИИ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ

Аннотация

Исследуется проблема манипуляции в контексте психического здоровья личности. Знание о манипулятивном общении в обществе позволят лучше понять специфику состояний психического здоровья личности, и, при необходимости, противостоять, хотя бы частично, скрытым внешним воздействиям, и минимизировать проявления вторжения в собственную психику и управления ею. Социальные трансакции и интеракции в течение жизни влияют на формирование личности и на состояние психического здоровья, а также обуславливают использование манипуляций в процессе жизнедеятельности. Однако манипулятивное воздействие не следует всегда воспринимать как негативный фактор. Врач, который не говорит пациенту о его страшном диагнозе, священник, который не затрагивает таинство исповеди и т.д., мы не можем отнести к негативным аспектам манипуляции, они не ухудшают состояния психического здоровья личности.

Ключевые слова: здоровье, психическое здоровье, личность, психологическое воздействие, манипуляция, игры.

Khametova L.M.

Pereyaslav-Khmel'nitsky State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda

INFLUENCE OF MANIPULATION IS ON THE PSYCHICAL HEALTH OF PERSONALITY

Summary

The problem of manipulation in the context of mental health is explored in the article. Knowledge of manipulative communication in the community will better understand the specifics of the state of mental health, and, if necessary, to resist, at least partially, hidden external influences and minimize the symptoms invasion of their own psyche and management. A sign of mental health is the ability to adapt the individual to the various influences of the environment, not only the natural but also the social. Man can withstand considerable physical and mental stress, even extreme influences of the environment. Therefore, it is advisable to be considered mentally healthy person such that active and fully adapt to external changes. Social interactions and transactions throughout life influence the formation of personality and mental health, as well as determine the use of manipulation in the process of life. Interpersonal communication associated with a tendency to various forms of manipulation of other people. This affects the mental health of the individual. However, the manipulative influence should not always be seen as a negative factor. A doctor who does not speak to the patient about his terrible diagnosis, the priest, which does not affect the sacrament of confession, etc., we can not be attributed to the negative aspects of manipulation, they do not adversely affect the mental health of the individual.

Keywords: health, mental health, personality, psychological effects, manipulation games.

ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ

Шапран Ю.П., Шапран О.І.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

Обговорюється проблема використання здоров'язбережувальних освітніх технологій в практиці професійної підготовки педагогічних кадрів. Запропоновано визначення досліджуваної дефініції як цілісної системи педагогічних прийомів, форм, засобів та методів, спрямованих на побудову психологічно-комфортного освітнього середовища, що детермінує фізичний, психічний і духовний розвиток компетентної особистості, її соціалізацію. Розглянуті вимоги до проведення уроків із елементами здоров'язбережувальних технологій під час педагогічних практик. У процесі проведення експериментальної роботи ефективним виявилось використання кольоротерапії, дихальної гімнастики, пальчикової терапії, гімнастики для очей, коригуючої фізичної гімнастики і психогімнастики. У структурі здоров'язбережувальних технологій виокремлено змістовний, ціннісно-орієнтаційний і операційно-діяльнісний компоненти.

Ключові слова: здоров'язбережувальні технології, компоненти здоров'язбережувальних технологій, освітні технології, професійна підготовка, урок, майбутні вчителі.

Постановка проблеми. Питання підготовки майбутнього вчителя до здоров'язбережувальної діяльності в умовах освіти набувають останні роки особливу гостроту в наслідок погіршення показників здоров'я школярів, негативних демографічних тенденцій, розповсюдженості соціально-небезпечних хвороб й адиктивної поведінки та ін. Наведені негативні тенденції мають довготривалі соціокультурні та економічні наслідки, впливають на міжнародний рейтинг країни у світі. В такому контексті підготовка майбутніх учителів природничих дисциплін до використання здоров'язбережувальних технологій є досить актуальною із соціальних та економічних причин, відповідає запитам практики сучасної освіти.

Збереження та зміцнення здоров'я молоді є пріоритетним завданням соціальної програми кожної держави. Його виконання передбачає формування у студентів стійкої мотивації до здорового способу життя, впровадження комплексу здоров'язбережувальних заходів, що спрямовані на усвідомлення цінності здоров'я. Негативні тенденції погіршення стану здоров'я молоді, демографічна криза, економічна скрута, поширення інфекційних хвороб призводять до негативних соціальних та економічних наслідків.

Серед визначальних детермінантів безвідповідального ставлення студентської молоді до здоров'я є не сформованість у них стійкої мотивації на тривале, здорове життя, відсутність спеціальних знань і переконань у необхідності дотримання здорового способу життя, нездатність до обмеження впливу руйнівних факторів на здоров'я організму тощо. Аналіз результатів сучасних наукових досліджень і педагогічних спостережень дозволяє стверджувати, що зниження рівня здоров'я студентської молоді є стійкою тенденцією. Інтенсифікація навчального процесу, перенавантаження навчальних програм, обмежене використання новітніх освітніх технологій, малорухливий спосіб життя, тривала робота з комп'ютерними технічними засобами та наявні шкідливі звички призводять до погіршення їх здоров'я. Розвитку патологічних станів студентської молоді значною мірою сприяє не-

дотримання гігієнічних вимог при складанні розкладу занять, невідповідність мікрокліматичних умов навчальних приміщень гігієнічним вимогам, відсутність якісного освітлення робочого місця, порушення режиму провітрювання та природної вентиляції, недотримання раціону харчування, режиму дня, низька фізична активність тощо. Не виправданою виявилася норма міністерства освіти і науки України про переведення занять із фізичного виховання у форму факультативних занять. Результатом цього є зниження імунітету організму, розвиток нервово-психічних розладів, прояви хронічних захворювань серцево-судинної системи, органів дихання, травлення, порушення постави, різноманітні розлади імунної системи, що стають типовими для майбутніх учителів.

Підготовка майбутніх учителів загальноосвітніх шкіл до ефективного використання здоров'язбережувальних освітніх технологій є досить актуальною і відповідає запитам практики сучасної вищої освіти.

Аналіз останніх джерел і публікацій. Сутнісні ознаки та різновиди здоров'язбережувальних технологій віднайшли своє відображення в працях таких науковців як В. Бобрицька, М. Гончаренко, Н. Грицай, Ю. Лукашин, А. Маджуга, О. Брунько, С. Хакутдинова, Н. Семченко та ін. Окремі аспекти їх змісту і впровадження у навчальний процес наведені в публікаціях Т. Ахутіної, Т. Бойченко, Ю. Бойчука, О. Ващенко, Д. Вороніна, О. Дорошенко, Ю. Драгнева, О. Дубогай, В. Єфімової, І. Царенко та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Зважаючи на обставину, що у сучасних дослідженнях із проблем збереження здоров'я напрацьований значний теоретичний матеріал, можна стверджувати про наявність певних протиріч: з одного боку, виникнення потреби в спеціалістах зі стійкою мотивацією на здорове й творче життя, що спроможні реалізувати здоров'язбережувальну компетентність у професійній діяльності, а з іншого – відсутність ґрунтовних науково-практичних і методичних рекомендацій щодо використання і впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі.

Метою даної статті є обговорення досвіду використання здоров'язбережувальних технологій у процесі професійної підготовки майбутніх учителів.

Виклад основного матеріалу. Модернізація національної освітньої системи вимагає нових підходів до організації навчально-виховного процесу у вищій школі з урахуванням індивідуальних особливостей здоров'я студентів. Результативне розв'язання проблеми збереження здоров'я студентської молоді, формування у них уявлень про здоровий спосіб життя повинно виявляти системний характер і відбуватися впродовж усього періоду їх навчання в університеті. Наведена теза наводить на думку щодо важливості і доцільності використання здоров'язбережувальних технологій у процесі професійної підготовки педагогічних кадрів.

Аналіз напрацювань із означеної проблематики дозволяє стверджувати, що здоров'язбережувальні технології науковці трактують як: елементи спеціально-організованого педагогічного процесу, що сприяють забезпеченню здоров'я його суб'єктів; сукупність принципів, прийомів, форм, засобів та методів формування здорової особистості; систему факторів, що впливають на рівень здоров'я населення; сприятливі умови навчання, комфортність, оптимальну організацію навчально-виховного процесу тощо.

При визначенні сутності здоров'язбережувальних технологій доцільно враховувати основні ознаки педагогічних технологій. Пропонуємо визначення цього феномену як *цільну систему педагогічних прийомів, форм, засобів та методів, спрямованих на побудову психологічно-комфортного освітнього середовища, що детермінує фізичний, психічний і духовний розвиток компетентної особистості, її соціалізацію.*

У сучасній педагогічній літературі дискусійним лишається питання щодо класифікації здоров'язбережувальних технологій. О. Ващенко та С. Свириденко, аналізуючи технології збереження здоров'я, диференціюють їх на *здоров'язберігаючі; оздоровчі; навчання здоров'ю; виховання культури здоров'я* [1].

Серед досліджуваних технологій М. Смирнов виокремлює медико-гігієнічні, фізкультурно-оздоровчі, екологічні здоров'язбережувальні, технології забезпечення безпеки життєдіяльності, здоров'язбережувальні освітні, соціально-адаптовані й особистісно-розвивальні, лікувально-оздоровчі тощо [2, с. 77]. Варто зазначити, що на наш погляд медико-гігієнічні та лікувально-оздоровчі здоров'язбережувальні технології доцільно об'єднати у групу медичних.

Провідними у наведеній класифікації є здоров'язбережувальні освітні технології, котрі диференціюються на:

- *організаційно-педагогічні* (визначають структуру навчального процесу, регламентовану санітарно-гігієнічними нормами і сприяють запобіганню стану перевтоми, гіподинамії та інших дезадаптаційних станів);

- *психолого-педагогічні* (пов'язані з безпосередньою роботою викладача на занятті та психолого-педагогічним супроводом усіх елементів освітнього процесу);

- *навчально-виховні* (вміщують програми, що спрямовані на зміцнення здоров'я і формування

культури здоров'я студентів, виховання мотивації до ведення здорового способу життя, превенцію шкідливих звичок тощо).

Науковці висловлюють думку, що поняття «здоров'язбережувальна» можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – студентів і викладачів. Варто зазначити, що будь-яка педагогічна технологія повинна виявляти здоров'язбережувальну спрямованість. Здоров'язбереження доцільно вважати однією з ознак педагогічних технологій.

Варто зазначити, що впровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій передбачає здійснення валеологічного супроводу навчального процесу. Ця робота повинна носити системний характер, проводитися на різних заняттях та об'єднувати зусилля викладачів, медичних працівників, студентів, кураторів груп, органів студентського самоврядування тощо.

Навчання у вищій школі – достатній за тривалістю період для формування в студентів внутрішньої мотивації на тривале й здорове життя. З одного боку, університет може забезпечити суттєвий вплив на спосіб життя студента, сприяти його оздоровленню у процесі навчання, з іншого – необхідно спонукати самих студентів до різних видів оздоровлення. Так, багато із них вважають, що турбота про здоров'я віднесена до компетенції медичних працівників. Але діюча система охорони здоров'я зацентрована, на жаль, на прояви наявних хвороб. У педагогічній науці, не дивлячись на зростання числа хворої молоді до критичних показників, процес навчання і виховання орієнтований на абсолютно здорову молодь. У світлі цього загострюється суперечність між формальною освітою і доцільністю її орієнтації на вікові, особистісні особливості студентів, їх індивідуальні можливості, здатності і схильності. Тож необхідно організувати навчальний процес таким чином, щоб викладач на кожному занятті не лише сприяв збереженню здоров'я студентів, але й формував це здоров'я. Для досягнення зазначеної мети він повинен максимально розкрити власні педагогічні можливості в аспекті здоров'язбереження, володіти теоретичними основами здоров'язбережувальної педагогіки і вміти впроваджувати її ідеї у майбутній професійній діяльності.

У процесі проведеного дослідження під час педагогічних і виробничих практик студентам Перейслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди пропонувалося провести уроки з елементами здоров'язбережувальних технологій, на яких бралися до уваги такі основні вимоги щодо їх проведення:

- раціональна щільність уроку (час навчальної діяльності учнів) повинна бути в межах від 60% до 80%;

- змістова частина уроку повинна передбачати розгляд питань, які пов'язані із формуванням здоров'я організму, цінностей здорового способу життя;

- кількість видів навчальної діяльності (опитування, відповіді на запитання, розв'язування задач, розповідь, робота з наочними посібниками, виконання практичних завдань тощо) повинна

коливатися в межах чотирьох-семи тривалістю сім-десять хвилин кожна;

– урок повинен передбачати такі види діяльності, які сприяють розвитку пам'яті і логічного мислення;

– на уроці необхідно використовувати декілька технологій навчання, які б сприяли активізації ініціативності та творчого самовираження особистості;

– навчання необхідно здійснювати із використанням аудіовізуального і кінестетичного каналів сприйняття інформації;

– необхідно забезпечити науковість навчального матеріалу;

– на уроці вчитель-практикант повинен формувати зовнішню і внутрішню мотивацію учнів;

– необхідно забезпечити здійснення індивідуального підходу до учнів із врахуванням їх особистісних можливостей;

– на уроці необхідно створювати комфортний психологічний клімат, ситуації успіху та емоційного розвантаження;

– на уроці потрібно впроваджувати технологічний підхід, який сприяє формуванню самопізнання і позитивної самооцінки особистості;

– із метою підвищення працездатності і профілактики втоми на уроці необхідно забезпечувати доцільну рухову активність школярів (паузи здоров'я, рухові дидактичні ігри та різноманітні активні дії, пересування дітей у просторі класу, фізкультхвилинки) і цілеспрямовану рефлексію;

– на уроках потрібно сприяти формуванню у дітей механізму гармонізації стосунків із самим собою, з іншими, зі світом природи та світом культури шляхом усвідомлення власного життя, своєї поведінки, стосунків із людьми, засвоєння позитивних думок про здоров'я.

Під час проведення таких уроків особливо ефективним виявилось використання кольоротерапії (метод психологічного лікування з метою розслаблення, зняття стресів, підняття настрою та тону су за допомогою кольорів), фізкультхвилинки (дихальна гімнастика, пальчикова терапія, різноманітні спрямовані рухи очима, вправи на гармонізацію роботи великих півкуль головного мозку тощо).

При проведенні семінарських і практичних занять як допоміжний метод використовувалася психогімнастика, яка опирається на невербальну експресію, перш за все на міміку та жести – взагалі на рух. Це заспокоювало нервову систему, знімало напруження, надало можливість зрозуміти переживання інших. Головною метою психогімнастики було зняття фізичних блоків. Студентам пропонувалося заплющити очі та уявити себе на галявині лісу, березі моря або у горах. Хвилинка психогімнастика допомагала зняти втому та стрес. Із цією ж метою використовувалася музикотерапія, яка передбачала прослуховування «звуків лісу», «співу птахів», «шуму моря», «музики дощу» або перегляд наперед відібраних тематичних відеофрагментів тощо.

Для студентів із хронічними захворюваннями, або патологіями були розроблені адресні комплекси коригуючої фізичної гімнастики: зміцнен-

ня серцево-судинної системи, комплекси дихальної гімнастики, формування правильної постави, зміцнення м'язів, розвиток гнучкості тіла тощо. Заняття проводилися на спортивних майданчиках, у гімнастичних і тренажерних залах. Студентам рекомендувався комплекс фізичних вправ для виконання у домашніх умовах. Ефективним виявилось проведення різноманітних спортивних заходів (легкоатлетичні кроси, перетягування линви, козацькі розваги, ігрові змагання та ін.) у яких одночасно брали участь викладачі, спортсмени-випускники, студенти, учні загальноосвітніх шкіл, вихованці спортивних закладів. Це викликало прояв позитивних емоцій і спонукало молодь до здорового способу життя.

Використання різноманітних здоров'язбережувальних технологій передбачало проведення серед молоді продуманої пропаганди раціонального харчування, організацію продуктивної навчально-пізнавальної та практичної діяльності студентів (відповідно до правил наукової організації праці), формування в них культури здорового способу життя.

Використані у процесі експериментального дослідження здоров'язбережувальні технології включали в себе такі компоненти:

1) змістовний (підбір, систематизація та методичний супровід навчальних матеріалів, що складають змістовну основу проведення роботи з формування культури здоров'я);

2) ціннісно-орієнтаційний (формування переконань, що здоров'я є найголовнішою життєвою цінністю особистості);

3) операційно-діяльнісний (активне, діяльнісне засвоєння отриманих знань про здоров'я, способи його розвитку та збереження; функціонування служби психологічної допомоги студентів щодо подолання стресів, тривожності; підготовка й організація культурно-масових та спортивно-ігрових заходів);

4) оціночно-результативний (медико-психолого-педагогічний моніторинг стану здоров'я, фізичного і психічного розвитку студентів; контроль за дотриманням санітарно-гігієнічних норм організації навчально-виховного процесу у вищій школі, нормування навчального навантаження і профілактика перевтоми студентів).

Висновки і пропозиції. Отже, використання здоров'язбережувальних технологій у навчальному закладі призводить до створення відповідного освітнього середовища, що гарантує збереження студентами власного здоров'я, профілактику захворювань, негативне ставлення до шкідливих звичок, залежностей, привчання до піклування про здоров'я майбутніх учнів.

Упровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій у практику роботи вищих навчальних закладів передбачає дотримання системного підходу на теоретичному, практичному і дослідницькому рівнях.

Подальші наукові розвідки варто спрямувати на з'ясування проблеми еколого-валеологічного супроводу процесу професійної підготовки майбутніх учителів.

Список літератури:

1. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1–6.
2. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н. К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2003. – 284 с.

Шапран Ю.П., Шапран О.И.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ

Аннотация

Обсуждается проблема использования здоровьесберегающих образовательных технологий в практике профессиональной подготовки педагогических кадров. Предложено определение исследуемой дефиниции как целостной системы педагогических приемов, форм, средств и методов, направленных на построение психологически комфортной образовательной среды, которая детерминирует физическое, психическое и духовное развитие компетентной личности, ее социализацию. Рассмотрены требования к проведению уроков с элементами здоровьесберегающих технологий во время педагогических практик. В процессе проведения экспериментальной работы эффективным оказалось использование цветотерапии, дыхательной гимнастики, пальчиковой терапии, гимнастики для глаз, корректирующей физической гимнастики и психогимнастики. В структуре здоровьесберегающих технологий выделены содержательный, ценностно-ориентационный и операционно-деятельностный компоненты.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, компоненты здоровьесберегающих технологий, образовательные технологии, профессиональная подготовка, урок, будущие учителя.

Shapran Yu.P., Shapran O.I.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University
named after Hryhoriy Skovoroda

USING HEALTH-SAVING EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN THE SYSTEM OF PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE TEACHERS

Summary

The article deals with the issue of using health-saving educational technologies in the practice of professional training of pedagogical specialists. The definition of the research concept is an integral system of pedagogical techniques, forms, means and methods aimed at creating a psychological-friendly educational environment which determines physical, psychological and spiritual development of a competent individual and its socialization. The requirements to giving lessons with elements of health-saving technologies during pedagogical practices are studied. Using color-therapy, breathing gymnastics, finger therapy, eye gymnastics, correcting physical gymnastics and psychogymnastics is proven efficient, while carrying out experimental work. Content, value-orientation and operation-activity components are defined in the structure of health-saving technologies.

Keywords: life-saving technologies, components of life-saving technologies, educational technologies, professional training, lesson, future teachers.

НАШІ АВТОРИ

1. **Андрєєва Тамара Титівна** – кандидат філософських наук, доцент кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
2. **Андрющенко Тетяна Костянтинівна** – доктор педагогічних наук, завідувач кафедри дошкільної освіти та професійного розвитку педагогів КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»
3. **Бокшиц Олена Миколаївна** – кандидат історичних наук, старший викладач кафедри теорії та методики професійної підготовки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
4. **Бондаренко Рімма Іванівна** – старший викладач кафедри географії, екології і методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
5. **Буц Марина Анатоліївна** – аспірантка Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
6. **Вареник Олег Миколайович** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач кафедри менеджменту і економіки спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України
7. **Варивода Катерина Сергіївна** – викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
8. **Видолоб Наталія Олексіївна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
9. **Вінс Вікторія Анатоліївна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
10. **Воловик Людмила Михайлівна** – кандидат географічних наук, доцент, доцент кафедри географії, екології і методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
11. **Гамалія Віра Миколаївна** – доктор історичних наук, завідувач кафедри історії науки і техніки Державного економіко-технологічного інституту транспорту
12. **Гамалія Катерина Миколаївна** – кандидат історичних наук, доцент, докторант Київського національного університету культури і мистецтв
13. **Глуха Вікторія Валеріївна** – кандидат наук з державного управління, науковий співробітник наукового відділу з проблем управління у сфері цивільного захисту Національного університету цивільного захисту України
14. **Годун Наталія Іванівна** – кандидат історичних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
15. **Гозак Світлана Вікторівна** – доктор медичних наук, старший науковий співробітник, завідувач лабораторії соціальних детермінант здоров'я дітей Державної установи «Інститут громадського здоров'я імені О.М. Марзєєва Національної академії медичних наук України»; доцент кафедри фізичної культури та спортивної майстерності Київського університету імені Бориса Грінченка
16. **Горденко Світлана Іванівна** – кандидат історичних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
17. **Джуран Василь Миколайович** – кандидат біологічних наук, професор кафедри біології та методики викладання природничих дисциплін Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
18. **Дзюбенко Олена Володимирівна** – кандидат біологічних наук, старший викладач, кафедри географії, екології та методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
19. **Єлізарова Олена Тарасівна** – кандидат медичних наук, старший науковий співробітник лабораторії соціальних детермінант здоров'я дітей Державної установи «Інститут громадського здоров'я імені О.М. Марзєєва Національної академії медичних наук України»
20. **Єрїчева Тамара Юрїївна** – Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди
21. **Каменська Ірина Степанівна** – кандидат сільськогосподарських наук, старший викладач кафедри теорії та методики професійної підготовки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
22. **Карпенко А.П.** – старший викладач кафедри мистецьких дисциплін і методик навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
23. **Кашпур Юрїй Михайлович** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри теоретичної та консультативної психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова

24. **Кебкало Тамара Григорівна** – кандидат біологічних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
25. **Ковальська Катерина Володимирівна** – кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри географії, екології і методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
26. **Ковальська Катерина Володимирівна** – кандидат історичних наук, доцент, кафедри географії, екології та методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
27. **Козубенко Юрій Леонідович** – кандидат історичних наук, викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
28. **Коцур Надія Іванівна** – доктор історичних наук, професор кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
29. **Куриленко Світлана Василівна** – студентка Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
30. **Красножон Неоніла Григорівна** – кандидат історичних наук, доцент кафедри загальної історії, правознавства та методик навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
31. **Левінець Наталія Валентинівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри методик та технологій дошкільної освіти факультету педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова
32. **Лила Микола Миколайович** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
33. **Литвин Андрій Федорович** – аспірант, викладач кафедри теорії та методики професійної підготовки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
34. **Лиховид Олена Романівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
35. **Лохвицька Любов Василівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
36. **Миздренко Оксана Миколаївна** – кандидат історичних наук, старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
37. **Онищенко Наталія Петрівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
38. **Палієнко Ольга Адольфівна** – кандидат історичних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
39. **Панасенко Тетяна Валеріївна** – викладач природничих дисциплін КВНЗ КОР «Богуславський гуманітарний коледж імені І.С. Нечуя-Левицького»
40. **Підборський Роман Григорович** – вчитель-методист Братської гімназії Братського району Миколаївської області
41. **Підборський Юрій Григорович** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
42. **Розсоха Антоніна Павлівна** – кандидат педагогічних наук, професор кафедри педагогіки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
43. **Рубан Алла Олексіївна** – кандидат філософських наук, доцент кафедри політології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
44. **Руда Світлана Петрівна** – доктор історичних наук, професор, професор кафедри історії науки і техніки Державного економіко-технологічного інституту транспорту
45. **Сиротюк О.А.** – викладач кафедри «Теорія та методика професійної підготовки» Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
46. **Стариченко Оксана Анатоліївна** – студентка Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
47. **Стасенко Олексій Анатолійович** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка
48. **Товкун Лідія Павлівна** – кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
49. **Федосєва Ірина Володимирівна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди

50. **Філоненко Ольга Олександрівна** – старший науковий співробітник лабораторії соціальних детермінант здоров'я дітей Державної установи «Інститут громадського здоров'я імені О.М. Марзєєва Національної академії медичних наук України»
51. **Хаметова Людмила Михайлівна** – старший викладач кафедри психології Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
52. **Чернов Борис Олексійович** – кандидат педагогічних наук, професор кафедри географії, екології та методики навчання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
53. **Шапран Ольга Іллівна** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
54. **Шапран Юрій Петрович** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і методики професійної підготовки Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
55. **Шумак Оксана Василівна** – кандидат біологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії соціальних детермінант здоров'я дітей Державної установи «Інститут громадського здоров'я імені О.М. Марзєєва Національної академії медичних наук України»

НОТАТКИ

Науковий журнал
«Молодий вчений»

№ 9.1 (36.1) вересень, 2016 р.

Щомісячне видання

Коректор: В. Бабич
Дизайн: Г. Кривогуз
Комп'ютерна верстка: Н. Ковальчук

Контактна інформація редакції журналу.
Поштова адреса: 73005 Україна, м. Херсон,
а/с 20, Редакція журналу «Молодий вчений»
тел.: +38 (0552) 399 530
info@molodyvcheny.in.ua
www.molodyvcheny.in.ua

Підписано до друку 02.09.2016 р.
Формат 64x90/8.
Папір офсетний. Цифровий друк.
Ум.-друк. арк. 19,53. Тираж 100 прим.
Зам. 0916-46.

ТОВ «Видавничий дім «Гельветика»
73034, Україна, м. Херсон, вул. Паровозна, 46-а
E-mail: mailbox@helvetica.com.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:
ДК № 4392 від 20.08.2012 р.