

11. Reyna Valerie. Risk and rationality in adolescent decision making: Implications for theory, practice, and public policy / Reyna Valerie; Farley Frank // Psychological Science in the Public Interest. – 2006. – №7 (1). – P. 1–44.
12. Salami Samuel O. Personality and Psychological Well-Being of Adolescents: The Moderating Role of Emotional Intelligence / Salami Samuel O. // Social Behavior and Personality: an international journal. – 2011. – Vol. 39, No. 6. – P. 785–794.

УДК 796.5:613

Іваніків Н. М., Кухтій А.
Дрогобицький державний педагогічний університету імені Івана Франка, м. Дрогобич
Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського, м. Львів

ТУРИСТИЧНЕ КРАЄЗНАВСТВО ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Анотація. У статті розглядаються актуальні проблеми ролі туристично-краєзнавчої діяльності у формуванні здоров'я дитини. Висвітлено заходи, спрямовані на збереження та зміцнення фізичного та психічного здоров'я школярів і формування здорового способу життя в умовах сучасної України, які розглядаються як невід'ємна складова навчально-виховного процесу.

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

Аннотация. *Иванюков Н. Кухтий А. Туристическое краеведение как одно из средств здорового образа жизни.* В работе рассматриваются актуальные проблемы значения туристическо-краеведческой деятельности в формировании здоровья человека. Исследуются проблемы сохранения и укрепления физического и психического здоровья школьников и формирования здорового образа жизни в условиях современной Украины, которые рассматриваются как неотъемлемая составляющая учебно-воспитательного процесса.

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

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

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

The way of successful solution to the problem of a child's development and health preservation by means of regional studies is analyzed.

The prospective issues of the research are the study and generalization of the experience of pupils' regional studies activities, the formation of civicism and patriotism by means of regional studies.

Key words: regional studies, regional studies activities, native land, health, children, play, recreation, emotions.

Постановка проблеми. Світова наука розробила цілісний погляд на здоров'я як феномен, що інтегрує принаймні чотири його сфери або складові – фізичну, психічну (розумову), соціальну (суспільну) і духовну. Всі ці складові невід'ємні одна від одної, вони тісно взаємопов'язані і саме разом, у сукупності визначають стан здоров'я людини. Для зручності вивчення, полегшення методології дослідження феномена здоров'я наука диференціює поняття фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я. Цей принцип диференціації був закладений у групування індикаторів опитування з урахуванням змісту кожної сфери. Розвиток демократичної держави вимагає створення якісно нової системи національної освіти, покликаної забезпечити розвиток інтелектуального, духовного й фізичного потенціалу українського народу. У перетворенні суспільного життя, економічної і соціальної сфери на перший план виступають завдання зміцнення та збереження здоров'я дитини, формування здорового способу життя майбутньої генерації. Здоровий спосіб життя – означає дотримання науково обґрунтованих рекомендацій Всесвітньої організації охорони здоров'я та інших медичних організацій. Його необхідність виходить із того, що багато причин пошкодження стану здоров'я можна уникнути. Заснований на загальних рекомендаціях щодо харчування, необхідних фізичних навантажень, гігієни, позбавлення від шкідливих звичок та залежностей, та звернення до превентивної медицини. Також включає в себе психологічний елемент – гармонію з оточуючим середовищем, здорові суспільні відносини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На стан формування здоров'я дітей впливає складний комплекс чинників природного та соціального походження, провідними з яких у шкільному віці є соціально-педагогічні, насамперед, організаційно-педагогічні умови функціонування освітніх закладів (Г. Апанасенко, Г. Даниленко, А. Сологуб та ін.).

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

Сьогодні ні в кого не виникає сумнівів з приводу того, що чинниками деформації здоров'я сучасних школярів є порушення способу їхнього життя. Вивчення стану здоров'я учнів показало, що в останні роки серед дітей суттєво збільшилась чисельність хронічних захворювань та функціональних відхилень стану здоров'я організму (В. Бардов, А. Нагорна, В. Сергета, М. Хижняк та ін.).

В історико-педагогічній науці ідея краєзнавства знайшла відображення, зокрема, у працях вітчизняних (О. Духновича, С. Рудницького, С. Русової, С. Сірополка, К. Ушинського) та зарубіжних педагогів (Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо, Й. Песталоцці). Вагому роль краєзнавства у формуванні здоров'я, духовності, громадянських переконань і патріотичних почуттів, високої культури і моралі, відводив В. Сухомлинський. Частково проблему краєзнавства висвітлено в історико-педагогічних дослідженнях (Т. Завгородньої, С. Золотухіної, О. Сухомлинської.).

Мета статті – розкрити роль туристичного краєзнавства як одного із засобів формування здорового способу життя.

Виклад основного матеріалу. 20 листопада 1959 року Генеральною Асамблеєю ООН була проголошена Декларація прав дитини, зміст якої визначався двома основними напрямками діяльності суспільства у відношенні до дитини:

- Дитина внаслідок її фізичної і розумової незрілості потребує спеціальної охорони і піклування.
- Людство зобов'язане давати дитині найкраще з того, що воно має.

До основних прав дитини в цьому документі віднесені її права на користування благами соціального забезпечення, здорове зростання, відповідне харчування, житло, розваги і медичне обслуговування. Дитині повинна бути надана можливість ігор та розваг, що були б спрямовані на цілі, які має на меті освіта. Суспільство та органи влади мусять докладати зусиль, щоб сприяти здійсненню вказаного права.

За останні десятиліття в Україні прийняті базові закони та державні програми, що регламентують і визначають зміст державної політики з питань зміцнення та розвитку здоров'я дітей та молоді. Серед них є такі, як Міжгалузева комплексна програма "Здоров'я нації" на 2002-2011 роки, Державна програма „Репродуктивне здоров'я нації” на період до 2015 р. А в Національній доктрині розвитку освіти пропаганда здорового способу життя визнається як один із пріоритетних напрямків державної політики щодо розвитку освіти. Але більшість заходів, спрямованих на покращення здоров'я дітей, які проводяться в навчальних закладах, мають досить низьку віддачу. Ця проблема пов'язана з тим, що у багатьох випадках розуміння здорового способу життя не усвідомлюється підлітками як цінність і тому вони не відчувають у ньому потреби.

Виховання здорового способу життя передбачає становлення у школярів такого способу життєдіяльності, який забезпечує їм здорове буття сьогодні і в майбутньому. Важливими його засадами виступає особистісно-зорієнтована система виховання, яка концентрує увагу на соціально-емоційному аспекті життя – одному з визначальних для життєздатності дитини, її соціальної компетентності. За даними сучасних досліджень, гармонійність розвитку та психологічне здоров'я дитини значною мірою обумовлюється характером її адаптації до навчально-виховного середовища, умовами, які забезпечують її психологічний комфорт, емоційне благополуччя (О. Докукіна, О. Дубогай, О. Кононко, І. Підласий, А. Сологуб, В. Сухомлинська, Т. Суценок та ін.). Більшість дослідників даної проблеми сходяться на думці, що її вирішення повинно базуватись на комплексному підході, врахуванні різних її аспектів. Поряд з екологічними, соціально-економічними, медичними та іншими аспектами, важливе значення мають педагогічні завдання [2].

Туристично-краєзнавча робота є одним з ефективних засобів у становленні особистості, підготовки до дорослого життя і як основа сприяє зміцненню здоров'я на рівні фізичному і духовному. Вона дає педагогам можливість наповнити шкільний процес цікавішими та змістовними формами навчання та виховання сьогодення. Особливу цінність має туристично-краєзнавча діяльність з дітьми, які проживають у місті, і мають значно порушений контакт з природою. Похід молодших школярів за межі міста на прогулянку, екскурсію слід розглядати як відхід в своєрідну екологічну нішу, необхідну для того, щоб уникнути переущільнення фізичного і соціального життєвого простору. Важливим є й те, що участь дітей в прогулянках, екскурсіях, туристично-краєзнавчих походах, змаганнях, подорожах, естафетах, експедиціях, які мають цілком певний приплив романтики, дозволяє задовольнити потреби дитини в пошуку небезпечних "пригод", що допомагають вставленню самого себе, самоствердженню себе як особистості.

Останнім часом все більше фахівців з різних галузей знань – педагогів, психологів, медиків приділяють увагу дослідженню різних аспектів проблеми здорового способу життя дітей та підлітків, умов оптимізації цього процесу. Аналізують феномен здорового способу життя старших підлітків в контексті формування в них ціннісних орієнтацій, спираються при цьому на засади особистісно-зорієнтованого виховання [8].

Відомо, що стан здоров'я дітей та підлітків формується під впливом цілого комплексу соціальних, біологічних та психологічних факторів. Такий висновок розробки теорії факторів ризику і дозволив приступити до реалізації концепції конструювання здоров'я, яка передбачає втручання в процес його формування до виникнення порушень з метою подолання або зменшення дії факторів ризику. Одним із важливих факторів формування психофізичного здоров'я дитини і виступає туристично-краєзнавча робота в школі, яка покликана зміцнювати фізичне здоров'я і позитивно впливати на почуттєву сферу[6].

Щодо здоров'я дітей, то вже стало класичним уявлення про групи факторів, що його формують, та питому вагу їх внеску в стан здоров'я: 50% – спосіб життя, 20% – фактори зовнішнього середовища, 20% – обтяжений анамнез дитини та

вроджена реологія та лише 10% припадає на рівень медичного обслуговування. При цьому у дітей шкільного віку серед соціальних факторів впливу на здоров'я провідну роль відіграють фактори, обумовлені умовами навчання і виховання.

Серед соціальних факторів у дитячому віці головну роль відіграють фактори навчання та виховання, особливо якщо врахувати, що вплив їх триває протягом всього відповідального періоду росту та формування органів та систем дитячого організму.

У процесі туристично-краєзнавчої діяльності відбувається посилений розвиток емоційно-почуттєвої сфери, що позитивно впливає на формування психофізичного здоров'я дитини. Вона пізнає і сприймає світ, оточуюче середовище, почуттями, емоціями, душею. „Всяке нове уявлення, що входить у душу дитини, неодмінно має свій особливий почуттєвий характер, і в пам'яті дитини зберігається не тільки слід самого уявлення, а й слід того почуття, з яким його сприйняла душа” [4, с. 325].

Основним принципом краєзнавчої діяльності є вираження неповторного внутрішнього змісту в адекватному образі. Спрощення, до якого вдаються діти в туристично-краєзнавчій діяльності, забезпечує максимальну виразність передачі їхнього неповторного світосприймання. Спрощена "змістовність форми" забезпечує "сприймання почуттями" дитячого оточення. Спрацьовує вищезазначений принцип вираження внутрішнього змісту в адекватному образі. З точки зору психології, туристично-краєзнавча діяльність дитини як діяльність, зорієнтована на сам процес, а не на його результат, що дозволяє зауважити позитивний внесок у розвиток психіки дитини [5].

Людина, яка в дитячому віці мала практику туристських походів, змагань, екскурсій чи експедицій, і ця практика викликала позитивні емоції та не стала причиною хвороб чи травм, на все життя «спровокована» і зацікавлена на нові подорожі. І людина знову йде в гори, сідає на велосипед, в байдарку, хоч уже і здоров'я не те, і хвороби дошкуляють, і труднощів багато!

Вивчаючи природу, діти навчалися бачити її красу, розумно її сприймати і спостерігати, підмічати ті об'єкти і явища, що оточували їх з самого дитинства. Через безпосереднє вивчення свого краю, дитяча уява ставала яснішою, думкам надавався певний лад, зміцнювався, розширювався і поглиблювався розумовий горизонт дитини [1].

Природа – це унікальне джерело емоційного та духовного виховання. Милювання природними ландшафтами впливає на послаблення стресового стану, зближує людину із природним середовищем, залишає у його свідомості відчуття гармонії. І порушення цієї гармонії сприймається як своєрідна хвороба. Підсвідомо, це відчуття екстраполюється і на власне здоров'я, що, в свою чергу стає мотивацією до здорового способу життя.

Люди з незапам'ятних часів знали, що живе спілкування з природою, сонячне світло, чиста вода і свіже повітря – це і цілители, і надійні союзники у боротьбі з хворобами. Після перебування у лісі, на річці у людини непомітно зникає підвищена збудливість, поліпшується сон, з'являються бадьорість і життєрадісний настрій. Під впливом сонячного опромінення підвищується тону центральної нервової системи, поліпшується обмін речовин і склад крові, активізується діяльність залоз внутрішньої секреції. Особливо великий вплив оздоровчих сил природи спостерігається у дитячому і юнацькому віці.

На підтримку краєзнавства Кабінетом міністрів України була затверджена Міжгалузева програма «Пізнай свою країну». Серед основних завдань програми є залучення дітей і молоді до активної діяльності з вивчення рідного краю та довкілля, географічних, етнографічних, історичних об'єктів і явищ соціального життя, проведення краєзнавчих наукових досліджень. Основними розпорядниками даної програми є Міністерство освіти і науки, Міністерство культури і туризму, Міністерство у справах молоді та спорту, Національна академія наук [3]. Крім цього дані органи влади здійснюють реалізацію заходів для забезпечення виконання Програми розвитку краєзнавства. Зокрема, Міністерством освіти і науки України і Академією педагогічних наук проводиться робота з розробки науково-методичного забезпечення викладання краєзнавства у ВНЗ, професійно-технічних та загальноосвітніх навчальних закладів.

Для забезпечення краєзнавчої роботи у Міністерстві освіти і науки була створена Всеукраїнська координаційно-методична рада з питань розвитку дитячо-юнацького туризму, краєзнавства й екскурсій головними завданнями якої є реалізація державної політики в галузі освіти засобами туризму, краєзнавства й екскурсій, організації науково-методичного, програмного та інформаційного забезпечення навчальних закладів з туристично-краєзнавчого напрямку позашкільної освіти [3]. Під керівництвом цієї ради розроблені програма і методичні рекомендації проведення факультативних занять з краєзнавства у школах, що включають в себе різноманітні форми і методи навчання.

Висновки. Туризм – передусім, краєзнавчий – сприяє розвитку самосвідомості особи, допомагає не лише краще відчувати і збагнути світ, але й чіткіше усвідомити власні життєві позиції стосовно суспільного життя і людської поведінки. Всього цього можна досягти засобами, внутрішньо притаманними лише туристичній діяльності: екскурсії, відвідування різних славетних та знакових місць, гостювання в родинах місцевих мешканців, зустрічі та спілкування з групами за інтересами, професійні зустрічі, відвідування священних місць, прощі до святинь, історико-культурний, освітній туризм і т. ін. Туристичні контакти допомагають їхнім учасникам оволодіти новими "моделями мислення", націленими, передовсім, на здоровий спосіб життя, удосконалити товариські та комунікативні навички, краще зрозуміти себе, а це в кінцевому підсумку спричиняється до зростання ідентичності.

Література

1. Дрок Н. Роль краєзнавчого туризму в формуванні громадської активності підлітків // Рідна школа. – 2002. – № 10. – С. 31 - 33.
2. Литвин-Кіндратюк С.Д., Кіндратюк Б.Д. Народознавство та організація здорового способу життя школярів / АПН України; Прикарпатський ун-т ім. В.Стефаника.– Івано-Франківськ: Плай, 1997.- 279 с.
3. Наказ 11.05.2004 N 379 Про затвердження Положення про Всеукраїнську координаційно-методичну раду з питань розвитку дитячо-юнацького туризму, краєзнавства й екскурсій.
4. Ушинський К. Почування // Вибрані педагогічні твори: В 2-х т. – Т. 1. – К.: Рад. школа, 1983. – С. 323 - 417.

5. DEMEL M, HUMEN W: Wprowadzenie do rekreacji fizycznej, Sport i Turystyka, Warszawa 1970.
6. JETHON Z: Ekologia człowieka w wychowaniu fizycznym i sporcie, AWF, Wrocław 1994, ISBN 83-85279-46-6.
7. Key Concepts in Communication and Cultural Studies/ Tim O.Sullivan et.al. – London; New York, 1995.
8. TOCZEK – WERNER S: Podstawy rekreacji i turystyki, AWF, Wrocław 2005, ISBN 978-83-89156-64-8.

УДК 373.3:37.037

Каличак Ю. Л.

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, м. Дрогобич

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ ДО ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І РОЗВИТКУ ДІТЕЙ В УМОВАХ ДОШКІЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Анотація. У статті розглянуто питання, пов'язані з процесом формування необхідних теоретичних, практичних знань і творчих умінь майбутніх педагогів при підготовці їх для роботи з дітьми дошкільного віку та розвитку у дітей фізичних якостей, бажання піклуватися про своє здоров'я, займатися фізичною культурою і спортом. Охарактеризовано професійні цінності вихователя дошкільного навчального закладу та обґрунтовано необхідність їх цілеспрямованого формування в умовах вищого навчального закладу.

Ключові слова: професійна підготовка, фізичне виховання, фізичні якості, нетрадиційні методики, педагогічні вміння, педагогічні здібності.

Аннотация. Каличак Ю.Л. Подготовка будущих воспитателей к процессу физического воспитания и развития детей в условиях дошкольного учебного заведения. В статье рассмотрены вопросы, связанные с процессом формирования необходимых теоретических, практических знаний и творческих умений, будущих педагогов при подготовке их для работы с детьми дошкольного возраста и развития у детей физических качеств, желания заботиться о своём здоровье, заниматься физической культурой и спортом. Охарактеризованы профессиональные ценности воспитателя дошкольного учебного заведения и обоснована необходимость их целенаправленного формирования в условиях высшего учебного заведения.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, физическое воспитание, физические качества, нетрадиционные методики, педагогические умения, педагогические способности.

Annotation. Kalichak Yu. L. Preparation of Future Teachers For Physical Training Process and Children's Development In Conditions Preschool Education Institutions. The paper highlights issues concerning the process to formation of necessary theoretical, practical, knowledge and creative skills in future teachers during their preparation for work with preschoolers in order to develop in them proper physical qualities, volition to care of their health and go in for physical culture and sport. The publication provides characteristics of a preschool educator' professional values and proves their purposeful formation in conditions of a higher educational establishment.

The most important tasks of professional training of future teacher to teaching of physical training in preschool educational institutions are determined, which include evoking love for their future profession, development of independent thinking, desire to increase their knowledge and skills, finding creative solutions for problems of physical development of preschool children, a responsible attitude to children's life and health.

It was found that high level of physical development of preschool children can be achieved only if the true adherence to the profession, anticipating the end result, teacher's ability to learn himself, to live by the requirements not of the past but those of the future. A creative caregiver does not use the material which is not interesting to himself when working with children of preschool age, he always tries to find around amazing, unusual and interesting things. Creatively applying the theoretical knowledge acquired during studies in higher education establishment, the educators must be prepared to demonstrate and theoretically justify various methods and techniques for working with children.

It has been proved that the success of a future educator will depend on how he can navigate the special scientific literature, find the necessary traditional forms, methods and tools for sports and recreation work in a kindergarten. Using unconventional methods teachers of physical education and development of children in kindergarten will help optimize and diversify the process of physical training and valeological education and increase the level of professional training and pedagogical skills.

Key words: professional training, physical education, physical abilities, innovative techniques, pedagogical skills, teaching abilities.

Постановка проблеми. Відповідно до Законів України «Про дошкільну освіту» і «Про фізичну культуру», одним із пріоритетних напрямків освітнього процесу в дошкільних навчальних закладах залишається фізичне виховання дітей. Воно спрямовується на охорону та зміцнення здоров'я, підвищення спритності й захисних сил дитячого організму, поліпшення його працездатності, своєчасне формування у малюків життєво важливих рухових вмінь та навичок, розвитку фізичних якостей і забезпечення належного рівня фізичної підготовленості й фізичної культури взагалі, на виховання стійкого інтересу до рухової активності, вироблення звички до здорового способу життя [6, с. 23].

На сучасному етапі функціонування системи дошкільної освіти велику тривогу викликає інформація медиків і педагогів про погіршення стану здоров'я дітей дошкільного віку. Прогресує порушення екологічної рівноваги, негативно