

3. Баласагунский Юсуф. Благодатное знание. – М.: Наука, 1983.
4. Ибн Сина. Об употреблении вина. /Поэма о медицине. // Избранное. – Ташкент, 1981.
5. Рамбам. Сборник трудов. //Под ред.Г.Брановера – Иерусалим, 2004.
6. Хайям Омар Рубаи М., ЭКСМО, 2004.
7. Ходжа Ахмет Ясави. Хикметы. – Алматы, 2004.

Т.Г. Шаповалова

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОЛОГО-ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ВО ВНЕШКОЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ ЭКОЛОГО-НАТУРАЛИСТИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ

Аннотация. В статье раскрывается сущность и особенности формирования эколого-валеологической культуры во внешкольных учебных заведениях эколого-натуралистического профиля с использованием природно-релаксационной тропы «ЛечЭп» (лечебная энергетика природы).

Ключевые слова: эковалеология, эколого-валеологическая культура, внешкольное учебное заведение эколого-натуралистического профиля, здоровье, формирование эколого-валеологической культуры, релаксационно-природные объекты, тропа «ЛечЭп» (лечебная энергетика природы).

Актуальность.

Только ленивый не поднимает вопрос о здоровье и его улучшении. Вопросами здоровья и здорового образа жизни занимаются на всех уровнях: государственном, медицинском, образовательном, социальном, общественном. В последнее десятилетия многие исследователи фиксируют резкое ухудшение здоровья, особенно у детей.

Неблагоприятные социально-экономические условия современной Украины, сложная экологическая ситуация, информационное перенасыщение и интенсификация учебного процесса вызывают тенденции к ухудшению здоровья детей и учащейся молодежи. Здоровья этой возрастной группы особенно важно, потому что, по оценкам специалистов, приблизительно 75% болезней взрослых есть последствием условий жизни в детские и юношеские годы. Почти 90% детей, учащихся, студентов имеют отклонения в здоровье, а более 50% имеют неудовлетворительную физическую подготовку, только 3–7% выпускников Украины заканчивают школу здоровыми [1].

В Украине происходит коренное изменение парадигмы образования и социокультурной политики, в частности переориентация общественного развития на человека, его личностные и культурные ценности. Среди современных социально-

педагогических проблем наиболее актуальной становится проблема формирования эколого-валеологической культуры детей и молодежи.

Существующая тенденция снижения уровня здоровья детей и молодежи выдвигает на первый план необходимость предоставления механизма обеспечения и развития здоровья населения в системе непрерывного образования, приоритетности в образовательном пространстве, осознание глубокой сущности взаимосвязи окружающей природной среды и здоровья человека. Развитие отношений к природе как к субъекту в процессе взаимодействия человека и природы приобретает первостепенное значение.

Основу теоретической разработки модели формирования эколого-валеологической культуры составляет идея эколого-валеологического образования, выдвинутая З. Тюмасевой и разрабатываемая в работах российских и украинских ученых Г. Апанасенко, В. Горашука, Р. Денисенко, О. Крежевского, Е. Кушниной, Л. Моисеевой, Д. Натаровой, В. Оржеховской, Л. Пономаревой, С. Свириденко, В. Соломина, С. Страшко, Л. Татарниковой, Н. Щелчковой и других [4].

Система дополнительного образования рассматривается как совокупность взаимосвязанных образовательных программ, средств, методов и процессов, необходимых для развития личности детей и подростков. Дополнительное образование детей в России и внешкольное образование в Украине имеют свои особенности, т.к. их работа строится на принципах свободы выбора той деятельности, которая отвечает интересам ребенка, успешности взаимодействия педагогов и воспитанников, удовлетворения потребностей ребенка в основных сферах его жизнедеятельности.

Проблемы внешкольной работы, организации свободного времени детей, дополнительного образования освещены в научных работах украинских, российских ученых и ученых других зарубежных стран Л. Балясной, Е. Быковской, В. Вербицкого, О. Газмана, М. Жумаровой, А. Журкиной, А. Золотаревой, А. Егоровой, О. Евладовой, Р. Кларииса, И. Ковалчиковой, М. Коваль, Е. Кратофиловой, Л. Логиновой, Р. Литвак, О. Мамешиной, Н. Морозовой, Г. Пустовита, С. Сальцевой, А. Скачкова, Т. Сущенко, Р. Шамьюнова, М. Шиманского и других [2; 8].

Важная роль в формировании молодой современной генерации принадлежит внешкольному учебному заведению как одному из звеньев непрерывного образования. Внешкольное учебное заведение эколого-натуралистического профиля является одним из социально-педагогических институтов, влияющих на формирование эколого-валеологической культуры. В последнее время внешкольные учебные заведения начали перестройку учебно-воспитательной работы с учетом эколого-валеологических проблем [7].

Цель исследования – раскрыть особенности формирования эколого-валеологической культуры детей и молодежи во внешкольных учебных заведениях эколого-натуралистического профиля на примере использования релаксационно-природного объекта: тропы «ЛечЭП» (Леч – лечебная, Э – энергетика, П – природы).

Изложение основного материала

Проблема эколого-валеологического воспитания и формирования эколого-валеологической культуры детей и молодежи во внешкольных учебных заведениях Украины на сегодня является одной из актуальных. Внешкольный педагогический процесс имеет свои определенные особенности. Одной из задач внешкольного образования является содействие развитию способностей ребенка и, главное, формирование сенсорных качеств на основе умения слушать, видеть, ощущать, понимать.

Прежде, чем говорить об особенностях формирования эколого-валеологической культуры во внешкольных учебных заведениях, необходимо уточнить понятия «эковалеология», «эколого-валеологическая культура» и показать наше виденье этой проблемы. Эковалеология – современная интегрированная наука. С нашей точки зрения суть понятия *эковалеология* состоит в том, что *это наука о взаимооздоровлении природы и человека*. Эколого-валеологическая культура – это процесс формирования гармоничных взаимоотношений человека с окружающей средой, проявляющиеся через когнитивные, морально-нравственные, эстетические и практические составляющие в сочетании с активным отношением к собственному здоровью и природе.

Процесс формирования эколого-валеологической культуры детей и молодежи во внешкольных учебных заведениях эколого-натуралистического профиля должен быть целостной, динамичной педагогической системой, в которой структура, содержание и методика направлены на формирование качественного здоровья воспитанника в экологически здоровой окружающей среде, и совершатся на принципах природо- и культуросоответствия, а также духовно-физической гармонии человека и природы.

Ухудшение состояния окружающей природной среды и здоровья человека заставило нас разработать и создать интегрированные программы кружков по эковалеологии, которые дадут возможность вооружить знаниями кружковцев о природной среде, природных и натуралистических факторах здоровья, умениями и навыками адаптации к окружающей природной среде, самооздоровления и саморегуляции.

Основной целью деятельности руководителя кружка является формирование у воспитанников позитивной мотивации на здоровый образ жизни, создание внутреннего убеждения в его преимуществе с использованием целебных свойств природы. Исходя из этого, мы должны создать благоприятные условия для полноценного здоровьесберегающего влияния природы на здоровье детей [3, с. 65-71].

Анализ психолого-педагогической литературы, исследований ведущих ученых в этой сфере Украины и ближнего зарубежья, практика внешкольных учебных заведений, наш практический опыт способствовали определению организационно-педагогических условий формирования эколого-валеологической культуры:

- координация целей формирования эковалеологической культуры во внешкольном учебном заведении эколого-натуралистического профиля и в общеобразовательной школе;
- создание образовательно-воспитательного пространства, направленного на воспитание и формирование эковалеологической культуры;

- реализация личностно ориентированного подхода к формированию эколого-валеологической культуры у кружковцев;
- организация самостоятельной деятельности воспитанников по вопросам самооздоровления, саморазвития и самовоспитания;
- практическая направленность учебных планов и программ кружковой работы на формирование позитивной мотивации на здоровый образ жизни, эковалеологической культуры.

Содержание учебно-воспитательного процесса формирования эковалеологической культуры обусловлено особенностями внешкольного образования, характером взаимоотношений руководителя кружка и воспитанников и обеспечивает:

- взаимосвязь учебно-воспитательной работы внешкольных и общеобразовательных учебных заведений по вопросам формирования эколого-валеологической культуры;
- учет возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей кружковцев, которые обучаются на разных образовательных уровнях;
- более свободное общение, нежели в школе: «кружковец – кружковец», «кружковец – руководитель кружка» помогает воспитанникам приобрести субъект-субъективные взаимоотношения;
- углубление ранее полученных знаний, умений, навыков эколого-валеологического направления;
- использование индивидуальных, групповых и массовых форм работы;
- использование традиционных и нетрадиционных методов природного оздоровления.

Нами разработаны программы кружков по эковалеологии для всех возрастных групп (начальный, основной и высший уровни). Эти программы дают возможность более глубоко изучить взаимоотношения между человеком и природой, акцентируя основное внимание на самооздоровление человека и окружающей природной среды. Их можно адаптировать для конкретного кружка, секции, творческого коллектива. Вербальная информация дополняется большим количеством учебно-дидактического материала, который могут создавать сами дети. Воспитанники имеют возможность обучаться методам оздоровления, которые предоставляет нам природа, приобретать навыки и умения общения с природой, не нанося ей вреда.

С 2000 г. на территории станции юных натуралистов г. Бердянска Запорожской области (Украина) разработана и усовершенствована эколого-валеологическая тропа «Здоровье» [9]. На сегодняшний день ее составляющей частью является природно-релаксационная тропа «ЛечЭП» (лечебная энергетика природы), созданная с целью использования энергетических свойств природных объектов для восстановления психического и физического здоровья детей, формирования эковалеологической культуры. Учебно-воспитательная работа на тропе «ЛечЭП» проводится по таким последовательным этапам:

1 этап – *информационно-когнитивный* (расширение и углубление знаний воспитанников об энергетических свойствах живой природы);

2 этап – *деятельно-практический* (овладение методикой общения с релаксационными природными объектами);

3 этап – *оздоровительно-релаксационный* (личностно-ориентированный подход к общению воспитанников с релаксационными объектами);

4 этап – *итогово-результативный* (сенсорно-вербальные педагогические наблюдения за влиянием релаксационного действия природных объектов на эковалеологическое сознание и здоровье воспитанников);

5 этап – *корректирующий* (использование нетрадиционных методов оздоровления).

Тропу используют для проведения учебно-просветительской работы. На ней систематически проходят учебные экскурсии-практикумы для всех возрастных групп кружковцев и учащихся школ, викторины «Энергетические свойства природы», открытые занятия «Биоэнергетические и лечебные свойства живой природы», семинар-практикумы, мастер-классы «Релаксационные природные объекты (деревотерапия, зернотерапия, анималорелаксация)» для воспитателей детских дошкольных заведений, учителей города и района, студентов учебных заведений.

Структура занятий позволяет уделять внимание здоровью каждого воспитанника. На занятиях кружковцы не только знакомятся с теорией формирования культуры здоровья, здорового способа жизни, но и исследуют собственное здоровье, разрабатывают индивидуальную программу оздоровления. Кроме того, каждый воспитанник имеет возможность систематически под руководством руководителя кружка вести свой паспорт здоровья, заполняя его, проследить за изменениями в своем организме и провести коррекцию. Занятия, в основном, состоят из теоретической и практической части с обязательным перерывом, во время которого детям предлагаются фиточаи, свежеприготовленные из травяных сборов. Сырье выращивается на лекарственных огороде и саду станции юннатов. Во время занятий дети свободно перемещаются, так как проведение игровых подвижных моментов является обязательным. Многие массовые мероприятия проводятся в динамике на свежем воздухе на территории дендрария станции юннатов, что тоже способствует укреплению здоровья.

Процесс формирования эколого-валеологической культуры воспитанников внешкольного учебного заведения реализуется поэтапно: самопознание здоровья и природы, самооценка здоровья во взаимосвязи с природой, самооздоровление и самоконтроль собственного здоровья, пропаганда здорового образа жизни среди сверстников, что составляет основу структурной модели формирования эколого-валеологической культуры.

В связи с этим важным становится образование в области здоровья человека, так как, с одной стороны, современная система российского образования характеризуется прогрессивными тенденциями, связанными с гуманизацией, гуманитаризацией, личностно ориентированным подходом в обучении и воспитании подрастающего поколения, а с другой стороны – здоровьеразрушающей организацией педагогического процесса, приводящей к

замедлению физического и психического развития детей и молодежи, ухудшению их здоровья [8].

Опираясь на статистические данные ВОЗ (2008 г.), можно констатировать тот факт, что у детей сформирован низкий уровень культуры здоровья и ответственности за него.

В педагогической науке проблема формирования культуры здорового образа жизни у детей рассматривалась в исследованиях педагогов-валеологов и физиологов: Н. Абаскаловой, Г. Апанасенко, Р. Айзмана, Л. Байкаловой, Н. Бирюкова, Э. Вайнера, В. Ирхина, Э. Казина, Г. Калачева, Б. Классова, А. Кокшарова, В. Кулюткина, С. Лядовой, Т. Романенко, А. Сухейл, С. Чаркина, А. Щедриной и др.

Значимость валеологического образования по формированию здорового образа жизни рассматривали такие ученые как Г. Зайцев, В. Колбанов, Г. Кураев, Л. Татарникова и др.

В научных исследованиях последнего десятилетия отражены здоровьесберегающие технологии В.Базарного, Л. Ждановой, Н. Ивановой, Т. Русовой.

Проведенный теоретический анализ современной научной педагогической литературы позволил выявить многоплановость подходов к проблеме формирования эколого-валеологической культуры личности. Она рассматривается как часть общей культуры человека, отражающая его системное и динамическое состояние, и характеризуется определенным уровнем специальных знаний физической культуры, социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и самовоспитания (А. Жданов, А. Заворыкин, Г. Францев и др.).

Для нашего исследования особое значение имеют выделенные Л. Пономаревой два направления понимания культуры здоровья (валеологическая культура). Исходя из первого, валеологическая культура включает типичные формы жизнедеятельности людей, укрепляющие адаптивные возможности организма, способствующие полноценному выполнению социальных функций и достижению активного долголетия. Второе направление имеет организационно-содержательное значение, выражающееся в создании специальных условий воспитания культуры здоровья человека, включающих в себя правильно организованный, физиологически оптимальный труд, нравственно-гигиеническое воспитание, психогигиену, физическую культуру, закаливание, активный двигательный режим, продуманную организацию досуга, отказ от вредных привычек и бережное отношение к живому организму и природе [6].

На современном этапе развития общества неопределимое значение приобретает развитие отношения к природе как к субъекту в процессе взаимодействия человека и природы, осознается глубокая сущностная взаимосвязь состояния окружающей природы и здоровья человека [4].

В процессе реформ, осуществляемых в обществе и образовании, создаются организационные основы такого обучения, воспитания и целенаправленного развития подрастающего человека, которое обеспечивает формирование у него эколого-валеологической культуры.

Крайне необходимой становится в условиях перехода человечества в техносферную, искусственную среду жизнедеятельности организация эковалеологического образования, где *эковалеология* понимается как становящаяся комплексная наука о формировании физического, психического и социального здоровья человека в органической взаимосвязи с формированием здоровой окружающей среды, экопоселениями и экожилищами. Становление «техносферного человека», или биотехносоциального существа, сопровождается глубочайшей трансформацией образа жизни и даже деградацией тела и природных качеств человека. Около двух третей населения планеты сегодня пребывает в так называемом «третьем состоянии» – между здоровьем и болезнями.

Как показывают последние исследования, абсолютное большинство «болезней техногенной цивилизации» – сердечно-сосудистых, онкологических, психических, аллергических, генетических, а также наплыв инфекционных заболеваний "нового поколения" связаны с ослаблением иммунной системы и соответственно иммунной защиты человека. Требуется, с одной стороны, организация системы укрепления здоровья населения и систематического контроля за его изменениями, профилактики заболеваний, а, с другой стороны, повседневная забота самого индивида о своем организме на основе полученных в ходе образования и самообразования знаний.

Есть и еще один подход к решению проблемы здоровьесбережения подрастающего человека, предложенный Л. Пономаревой, который в настоящее время разрабатывается как приоритетный. Обуславливается он специфической интеграцией экологии и валеологии, экологического и валеологического образования, приводящей к возникновению феномена «эколога-валеологическое образование». Современные экология и экологическое образование соотносятся не только с окружающей средой, но и со здоровьем человека, так как во-первых, организм является микроэкосистемой; во-вторых, современная концепция здоровья представляет его как состояние равновесия (баланса) между адаптивными возможностями организма и условиями среды обитания, и тем самым определяет здоровье на языке экологических понятий «адаптация», «среда», «равновесие», «гомеостаз», вскрывающих экологическую сущность здоровья» [6, с. 141-149].

Выводы

Частично раскрытые и обозначенные в публикуемой статье биоэнергетические здоровьесберегающие технологии самооздоровления воспитанников позволяют формировать эколого-валеологическую культуру во внешкольных учебных заведениях эколого-натуралистического направления.

Противоречие между здоровьем и окружающей средой можно разрешить путем введения в образовательный процесс непрерывного эколого-валеологического образования, обеспечивающего преемственность в развитии ребенка, не забывая о важности внешкольного образования, потому что:

- 1) только через обучение, минуя воспитание, невозможно формирование личности;
- 2) исходя из современных взаимоотношений человека с окружающей средой, необходимо дать эколого-валеологическому образованию более глубокий личностный

смысл, то есть показать взаимосвязь экологии со здоровьем конкретного человека, а также пути сохранения этого здоровья [5, с. 82-84].

Таким образом, формирование эколого-валеологической культуры во внешкольных учебных заведениях эколого-натуралистического направления в контексте преемственности и непрерывности – это длительный этап, включающий в себя становление сначала непрерывного экологического, затем валеологического образования, который приведет к формированию феномена непрерывного эколого-валеологического образования.

Перспективы дальнейших исследований сводятся к разработке структурной модели формирования эколого-валеологической культуры детей и молодежи во внешкольных учебных заведениях эколого-натуралистического направления с использованием биоэнергетических здоровьесберегающих технологий самооздоровления воспитанника.

Список литературы

1. Горашук В.П. Теоретичні і методологічні засади формування культури здоров'я школярів : дис. д-ра пед. наук: 13.00.01 / Харківський національний педагогічний ун-т ім. Г.С.Сковороди. – Х., 2004. – 385 с.
2. Биковська О.В. Теоретико-методичні основи позашкільної освіти в Україні : дис. Д-ра пед. наук: 13.00.07 /
3. Джелалі В.І., Кулініченко В.Л. Іноваційно-валеологічні технології у вихованні та освіті. Проблеми освіти : наук.-метод. зб. / Кол. авт. – К. : Наук.-метод. центр вищої освіти, 2002. – Вип.. 28. – С. 65-71.
4. Денисенко Р. Н. Формирование у младших школьников эколого-валеологической культуры : дис. канд. пед. наук. 13.00.02 – теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования). – Екатеринбург, 2007. – 218 с.
5. Крежевских О.В. Становление и развитие эколого-валеологического образования в контексте его преемственности и непрерывности // Современные проблемы науки и образования. – 2008. – № 4 – С. 82–84.
6. Пономарева Л. И. Предпосылки становления эколого-валеологического образования / Л.И. Пономарева, О.В. Чащина // Известия Уральского государственного университета. – 2009. – № 4(68). – С. 141–149.
7. Сущенко Т.І. Позашкільна педагогіка : навчальн. посібник. – К. : ІСДО, 1996. – 144 с.
8. Шамьюнов Р.Я. Воспитание культуры здоровья подростков в учреждениях дополнительного образования детей : автореф. дис. канд. пед. наук. – Челябинск, 2009. – 24 с.
9. Шаповалова Т.Г. Валеологія : навч.-метод. посібник. – Донецьк : Видавництво “Юго-Восток”, 2008. – 140 с.