



Дитина і природа: форми взаємодії

Лариса ПРИСЯЖНЮК, канд. пед. наук,
доцентка кафедри дошкільної освіти,
Вінницький ДПУ імені Михайла Коцюбинського



Природа — унікальне джерело сили, здатне зміцнювати фізичне здоров'я, знімати стрес, збагачувати позитивними емоціями, надихати на добрі вчинки, сприяти інтелектуальному розвитку. Це далеко не повний перелік проявів чудодійного впливу природи на дітей. У руках умілого педагога ця палітра значно розширюється. Спробуймо разом з авторкою розібратися в тому, що, як і навіщо слід робити вихователеві, аби природа стала інструментом збереження і зміцнення життєвих сил дитини, чинником її повноцінного розвитку.

ДЖЕРЕЛО ФІЗИЧНИХ СИЛ

Передусім варто зауважити, що використання сил природи для зміцнення фізичного здоров'я дитини не є новомодною тенденцією чи запозиченою із зарубіжної дошкільної педагогіки технологією. Уявлення про цілющі властивості води, повітря, сонця, землі та їхній вплив на організм людини міцно закарбовані в наших народних звичаях і традиціях, відображені в українському фольклорі.

Чотири стихії, що дарують здоров'я

Вода. Наші пращури вважали воду основою життя, наділяли її животворчою силою, здатною зцілювати хвороби і зміцнювати здоров'я. Було помічено, що вода “змиває” втому, додає сили й бадьорості. Її здавна використовували для лікування багатьох захворювань (компреси, трав'яні ванни, парення в лазні тощо), для загартування організму. Сучасні дослідження доводять ефективність водних загартувальних процедур для оздоровлення дітей.

Сонце. Ще в давнину люди помітили, що сонячне світло й тепло необхідні для росту всього живого. Сьогодні відомо, що під впливом ультрафіолетового проміння в організмі дитини утворюється кальциферол (вітамін D), який сприяє засвоєнню кальцію, а відтак зміцненню кісток скелета. Дозоване перебування дитини на сонці поліпшує обмінні процеси, кровообіг, дихання, покращує стан нервової системи.

Земля. З давніх-давен вважалося, що земля надає сили, саме тому ходіння босоніж у теплу

пору року було звичною практикою як для дітей, так і для дорослих. Нині доведено, що така процедура є ефективною профілактикою плоскостопості та хвороб ніг, вона підвищує м'язовий тонус стопи, ніг та всього організму загалом, сприяє зміцненню його опірних сил (імунітету), забезпечує звільнення від негативної енергії.

Повітря. Тривале перебування на свіжому повітрі, якому віддавали перевагу наші пращури, покращувало їхню працездатність, зміцнювало здоров'я. І це цілком очевидно, адже організм, насичений киснем, здатний до активної продуктивної діяльності. До того ж фітонциди, які виділяють рослини, сприятливо впливають на нервову систему, забезпечуючи її активний функціональний стан і запобігаючи перевантаженню, ефективно борються з патогенними бактеріями, сприяють зміцненню й оздоровленню дихальної системи тощо.

Використання оздоровчого впливу природи в сучасній педагогіці

Українська дошкільна педагогіка володіє надзвичайно багатою спадщиною щодо використання сил природи для формування, збереження та зміцнення фізичного здоров'я дітей. Її осмислення з позиції сучасних педагогічних концепцій і парадигм приводить до створення нових напрямів педагогіки, які набувають популярності й стають трендами. Прикладом є, зокрема, “Педагогіка калабані” (К. Крутій), в основу якої покладено ідею використання ресурсів природного середовища у вихованні та розвитку дитини.



Журнал “ДОШКІЛЬНЕ ВИХОВАННЯ”

пункт незламності
українського дошкілля

тут завжди:



необхідна
інформація

зв'язок
з колегами



психологічна
підтримка



натхнення
для творчості



інструменти
для роботи



енергія
для боротьби



Оформіть
ВИГІДНУ ПЕРЕДПЛАТУ
на сайті
dv.in.ua/peredplata

