



ПРИРОДНИЙ ПАВЕРБАНК: практики емоційного спілкування з довкіллям

Інна КОНДРАТЕЦЬ, канд. пед. наук,
старша викладачка кафедри дошкільної освіти,
факультет педагогічної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка



Сьогодні, як ніколи, актуальним і для дорослих, і для дітей є пошук способів відновлення фізичних сил та психологічної рівноваги. Потужним джерелом сили завжди була і залишається природа. Свої роздуми про те, як за нинішніх умов забезпечити повноцінне емоційне спілкування малечі з природою, а також дієві форми такої взаємодії пропонує авторка.

Стрес, який сьогодні переживають усі українці, як дорослі, так і малеча, висуває на передній план проблему відновлення фізичного і психологічного здоров'я. І тут неможливо переоцінити роль природи. На жаль, у наш час більшість дорослих і самі не "підживлюються" від природи, і дітям цього з різних причин не дають робити. Причини, на перший погляд, ніби й серйозні: небезпечність багатьох локацій для прогулянок, тимчасово закриті зони лісових і паркових смуг (прикрі реалії життя українців), надмірна зайнятість дорослих професійною діяльністю...

Звісно, є чимало родин, які зберігають традиції сімейних походів, вечірніх або недільних прогулянок до парку / скверу; проведення вихідних у природі (щоправда, нерідко йдеться про завзяту працю на дачі, але така вже українська ментальність — маємо непереборний потяг до "активного відпочинку"). І все ж перелічені форми сімейного дозвілля — радше про зміну формату "робота — відпочинок", аніж про спрямоване прагнення "природної підзарядки". Пропоную поглянути на природу саме з цього боку: як на своєрідний акумулятор, павербанк — потужний накопичувач і передавач енергії.

ВЗАЄМОДІЯ З ПРИРОДОЮ: БЕЗПОСЕРЕДНЯ Й ОПОСЕРЕДКОВАНА

Цілющий вплив природи на фізичне та психічне здоров'я людини здійснюється у два способи: безпосередньо й опосередковано. Скажете,

це неможливо — спілкуватися з природою опосередковано? Далі ви переконаєтесь, що й такий формат цілком дієвий. Та спершу розглянемо більш зрозумілий.

Безпосередній спосіб взаємодії

Цей спосіб взаємодії з природою для нас звичний, хоча за останні роки ми могли й призабути деякі його форми. Тож відновлюємо в пам'яті разом:

- ♦ прогулянки;
- ♦ хвилинки милування;
- ♦ спостереження в природі;
- ♦ праця в природі тощо.

У дошкільному просторі, крім вищезгаданих форм, використовуємо:

- ♦ ігри природничої тематики;
- ♦ подорожі "екологічними стежинами";
- ♦ цільові прогулянки;
- ♦ ведення календаря природи / щоденника спостережень у природі тощо.

Безпосередній спосіб взаємодії дає змогу дорослим і дітям: бачити зміни в житті природних об'єктів; закріплювати й удосконалювати власні знання та уявлення про природне довкілля; проводити аналогії між природними об'єктами і життям людини, між реальним природним світом і його відображенням у мистецьких творах тощо.

Опосередкований спосіб взаємодії

Бувають дні, коли безпосередній контакт із природою через погодні умови або в силу обставин неможливий. Тоді перебування в природно-



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

