

напруженням й виконується у вимушеній позі на фоні обмеженої загальної м'язової активності (гіподинамії) під впливом комплексу фізичних факторів – шуму, електростатичного поля, неіонізуючих та іонізуючих електромагнітних випромінювань тощо.

Недотримання правил з великою ймовірністю може призвести до ефекту комбінованої дії, коли вплив кожного з окремих факторів сам по собі незначний, а їхня сукупність викликає помітну шкідливу дію на організм людини [2].

Загалом, правильне використання комп'ютерів вимагає особливої уваги стосовно обладнання робочого місця учня. Виконання правил гігієни та ергономічних вимог [1] при цьому відношенні значно зменшить кількість порушень функціонального стану організму і збільшить працездатність користувачів [2].

Інтенсивне застосування у навчально-виховному процесі комп'ютерних засобів потребує відповідального і уважного розгляду питань безпеки учнів і вчителів та розробки відповідних рекомендацій, дотримання яких зможе захистити психічне й фізичне здоров'я людей від негативного впливу ІКТ.

Таким чином, діяльність педагога при організації роботи учнів з комп'ютером має бути обов'язково узгоджена з дотриманням педагогічних, психологічних та ергономічних вимог щодо їх безпечного й ефективного використання, що, в свою чергу, повинно сприяти збереженню оптимального рівня працездатності і функціонального стану організму учнів.

Література:

1. Державні санітарні правила та норми «Влаштування і обладнання кабінетів комп'ютерної техніки в навчальних закладах та режим праці учнів на персональних комп'ютерах» ДСанПіН 5.5.6.009-98 (затверджені Постановою Головного державного санітарного лікаря України 30.12.1998 р. № 9).
2. Дорошенко О.Ю. Вплив комп'ютера на здоров'я користувача [Електронний ресурс] : режим доступу <http://ukped.com/predmetni-metodiki/informatika/713.html>
3. Кузьменко М. Компьютер и здоровье [Текст] / Энциклопедия для детей. Том 22. Информатика / Глав. ред. Е.А. Хлебалина. – Москва : Аванта +, 2003. – С. 454-458.
4. Міщенко О. Вимоги щодо використання мультимедійних засобів у навчально-виховному процесі [Текст] / Збірник наукових праць Гуманізація навчально-виховного процесу. – Слов'янськ, 2009. – Випуск XLVI. – С. 240-243.
5. Наказ Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України від 09.03.2004 р. № 121/185 «Про вдосконалення профілактики та оздоровлення дітей з порушенням зору».
6. Шевчук Н. Якщо віртуальний світ цікавить більше, ніж реальність [Електронний ресурс] / Рівненський обласний науково-практичний тижневик «Медичний Вісник» : режим доступу <http://medvisnyk.org.ua/content/view/2016/28/>

Проблеми екологічної культури в нашому житті

І.Г. Полевая, ст. гр. ЕО-12

**Л.М. Липчанська, ст. викладач кафедри фізичного виховання
Кіровоградський національний технічний університет**

Екологія, екологічні проблеми, екологічне виховання та освіта, сьогодні ці та інші вирази, в яких вживається слово екологія, доводиться чути майже щодня. Ці слова ми чуємо на вулиці, мимоволі стаючи свідками чужих розмов, чуємо із екранів телевізорів та з динаміків радіо, читаємо про це в різноманітних друкованих ЗМІ, а про Інтернет, як то кажуть, і говорити не доводиться. Але разом з тим, що слово екологія ввійшло в наше повсякденне життя, і майже все населення в більшій чи меншій мірі є екологічно освіченим, ми бачимо, що екологічна ситуація в країні не покращується.

Шукаючи причини цього, все більше і більше людей приходить до думки, що екологічну освіту та виховання потрібно розпочинати ще зі шкільного віку. Природне середовище було, є і буде незмінним партнером людини в їх повсякденному житті. Ми черпаємо із скриньки природи всі наші багатства. Природа, її краса і велич залишаються нашим головним скарбом, нашою святинею, якій непідвладні час, мода...

Екологічна культура – складова частина світової культури, якій властиве глибоке і загальне усвідомлення важливості сучасних екологічних проблем у житті і майбутньому розвитку людства.

Метою екологічної культури виховання є формування системи наукових знань, поглядів, переконань, які закладають основи відповідального ставлення до навколишнього природного середовища. Свідоме засвоєння й оволодіння екологічною культурою має розпочинатися ще із шкільної парти, одночасно з засвоєння положень загальної культури. У дітей ще не сформовані стійкі погляди, переконання, інтереси. Тому перед батьками та вчителями стоїть завдання сформувати мислення та екологічну культуру кожного учня, навчити молоде покоління жити за законами природи, домогтися, щоб почуття особистої відповідальності за все живе на Землі, турбота про збереження природи стали рисами характеру кожної людини[3].

Подальший розвиток взаємодії в системі «людина-природа» вимагає опанування екологічною культурою не стільки тими, хто має безпосереднє відношення до природи та її багатств, а й тими, хто зайнятий у різних сферах діяльності, які, на перший погляд, далекі від природи.

Руйнуючи природні ландшафти в процесі виробництва, притупляючи при цьому власну екологічну свідомість, людина тим самим руйнує і свій духовно-моральний світ, позитивну поведінкову матрицю. Тому висока екологічна культура – екологічний стиль мислення, загальна духовна налаштованість на раціональне використання природних ресурсів, збереження природних ландшафтів і загалом навколишнього природного середовища (НПС) – має бути притаманна різним фахівцям – і фахівцю екологу, і конструктору літака, і пілоту, який ним керує.

У розвинених державах розроблені та вдосконалюються різні програми й концепції розвитку екологічної освіти, програми й плани підготовки спеціалістів-екологів сучасного рівня. Буквально за кілька останніх років видано багато посібників і підручників, науково-популярної й публіцистичної літератури, знято фільми й розроблено рекомендації еколого-освітнього змісту.

В більшості країн світу екологія стала обов'язковою дисципліною в усіх школах і вищих закладах освіти, в багатьох вищих навчальних закладах створено кафедри або факультети екологічного профілю, проведено сотні екологічних національних і міжнародних семінарів, конференцій, з'їздів.

Велику еколого-просвітницьку роботу провадять у всьому світі організації «зелених», товариства з охорони природи, серед них такі відомі, як «Грінпіс», «Легамбіенте» та ін.

Ці важливі для цивілізації процеси екологізації свідомості населення, формування нового — екологічного світогляду, нової — екологічної культури цілком характерні й для України.

За останні п'ять років у нашій державі також розроблено програми й концепції розвитку екологічної освіти й виховання, видано посібники й підручники з екології, створено десятки кафедр і факультетів екологічного профілю в інститутах та університетах, започаткувалося багато журналів загальноєкологічного, еколого-економічного, еколого-географічного змісту («Ойкумена», «Світ у долонях», «Пролісок», «Паросток», «Рідна природа» та ін.).

Ще в 1975 р. учасники Міжнародного семінару з екологічної освіти (Белград, Югославія) запропонували глобальну схему екологічної освіти. Відповідно до цієї схеми головною метою екологічної освіти має бути формування в населення планети усвідомлення того, що виникла життєво важлива глобальна проблема довкілля й усього, що з ним пов'язане, усвідомлення того, що довкіллям необхідно опікуватися й що для цього треба мати відповідні знання, досвід, уміння, мотивації та зобов'язання як для індивідуальної, так і для колективної роботи задля порятунку біосфери та запобігання майбутнім екологічним катастрофам.

Хто обчислить ту велику шкоду й той жахливий спадок, який ми залишаємо майбутньому через затримку та слабе поширення освіти, через неправильне витрачання коштів, через обмеження вільної, благородної людської особистості? (В. І. Вернадський).

У 1977 р. на Міжнародній конференції (Тбілісі) завдання й мету екологічної освіти було конкретизовано:

- сприяти чіткому усвідомленню того, що суспільство розвивається за тісних взаємозв'язків усіх природних і соціальних процесів;

- забезпечити кожній людині можливість здобути знання, право, досвід і умови їх реалізації, необхідні для захисту довкілля та його поліпшення;

- розробити нові алгоритми поведінки окремої людини, груп людей і суспільства як єдиного цілого стосовно довкілля.

Сьогодні активно розвиваються як формальна екологічна освіта (в школах, вищих навчальних закладах, інститутах підвищення кваліфікації), так і неформальна (за допомогою засобів масової інформації, кіно, музеїв, виставок, заходів природоохоронних товариств тощо).

Особливе значення розвитку екологічної освіти й культури надається в усьому світі останніми роками, коли стало очевидно, що одними з головних причин невиконання ухвал міжнародних екологічних форумів, угод і конвенцій з охорони природи є саме низька екологічна культура більшості населення планети, низький рівень екологічної освіти й свідомості, зокрема осіб, які приймають важливі рішення. Тому в період з 1997 по 2003 р. на багатьох міжнародних зібраннях активно обговорювалися проблеми екологічної освіти й виховання та їхня роль в еколого-збалансованому розвитку людства (Нью-Делі, 1997; Париж, 1998; Цюріх, 1999; Брюссель, 1999; Дакар, 2000; Йоганнесбург, 2002 та ін.).

В усьому світі поширюються такі поняття, як «екологічна філософія життя», «екологічні пріоритети», «екологічний імператив», «екологічна парадигма» (система цінностей, підходів, принципів). Ці поняття обґрунтовуються й використовуються в системі екологічної освіти.

Сьогодні в світі екологічна освіта визнається одним із основних факторів екологізації всіх видів людської діяльності. Вона розглядається як самостійна й нагальна

проблема, як важливий інструмент управління, головний важіль для вдосконалення моделі виробництва і споживання з урахуванням можливостей біосфери.

Період з 2005 по 2015 р. на Всесвітньому Самміті в Йоганнесбурзі рекомендовано об'явити десятиліттям освіти задля еколого-збалансованого розвитку.

У цей самий період в Україні також відбулася низка важливих подій, пов'язаних із розвитком екологічної освіти: наприкінці 2001 р. затверджено Концепцію екологічної освіти України, на початку 2002 р. — план заходів з її реалізації, наприкінці 2002 р. до Верховної Ради подано проект Закону України про екологічну освіту.

Вивчення педагогічних умов екологічного виховання здійснюється на основі ознайомлення з теоретичними даними з наукових джерел, узагальнення передового педагогічного досвіду та власного досвіду роботи.

Це зокрема, такі вимоги:

комплексний підхід до вивчення природи, з використанням міждисциплінарних зв'язків;

врахування вікових, індивідуально-психологічних особливостей дітей;

організація безпосередньої діяльності дітей по охороні та поліпшенню природного середовища своєї місцевості під час навчальної та суспільнокорисної праці;

вибір оптимальних норм, методів і прийомів екологічного виховання;

вплив вчителів на вихованців власним прикладом бережливого, дбайливого ставлення до навколишнього середовища;

Література:

Глазачев С. Екологічна культура світу - пріоритет безпеки планети // Зелений світ. - № 9-10. - 2003. - С.17

В.Н. Лавриненко. Філософія: Людський вимір культури
http://society.polbu.ru/lavrinenko_philosophy/ch67_i.html

Туренко Ф.П. Екологічна культура людини в ноосферу. "Успіхи сучасного естествознания" № 9, 2004

З чого починається екологічна культура?

Екологічна культура <http://www.ecopolicy.ru/index.php?id=110>

http://www.ecoculture.ru/ecolibrary/art_11_03.php

Здоровый образ жизни

Я.В. Радионов, кафедра физическо и психо-физической подготовки
Кировоградская летная академия Национального авиационного университета

Здоровый образ жизни - образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. В психолого-педагогическом направлении здоровый образ жизни рассматривается с точки зрения сознания, психологии человека, мотивации. Они нацелены на решение одной проблемы - укрепление здоровья индивидуума.

Занятия физкультурой - одна из основных составляющих здорового образа жизни

Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций, для активного участия в трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой формах жизнедеятельности.