

СЕКЦІЯ 17. МЕДИКО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

УДК 796:504

ВПЛИВ НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Г.П. Грибан¹, К.В. Плотіцин²

¹Житомирський державний університет імені Івана Франка, вул. В. Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна ²Житомирський національний агроекологічний університет, Старий бульвар, 7, Житомир, 10008, Україна

Життєдіяльність людини відбувається в навколишньому середовищі, а здоров'я залежить як від спадковості, так і формується під впливом природних чинників. Внутрішнє середовище людини, яке забезпечує гомеостаз організму, тісно пов'язане з навколишнім середовищем. Життєдіяльність організму перебуває у безперервному динамічному взаємозв'язку з дією чинників навколишнього середовища. Ця взаємодія знаходиться на рівні адаптаційних механізмів людини.

Одним з найважливіших показників успішного природокористування і збереження навколишнього середовища є здоров'я людей. Стан навколишнього середовища і здоров'я людей тісно взаємопов'язані явища. Здорове природне середовище сприяє оздоровленню людського організму, відновленню працездатності. Негативні екологічні чинники сприяють виникненню різних захворювань, зумовлюють підвищення смертності, скорочення тривалості життя. Здоров'я людини є також наслідком взаємодії соціальних та природних чинників. Негативний вплив чинників навколишнього середовища може бути нейтралізований, тобто зведений до мінімуму рядом факторів соціального характеру, серед яких: умови проживання людей, культурний рівень населення, система охорони здоров'я, відповідальні виробничі відносини тощо.

Здоров'я людини це не лише відсутність хвороби. Це також здатність організму швидко адаптуватись до постійно змінюючих умов навколишнього середовища, здатність до оптимального виконання професійних та інших функцій. За визначенням ВООЗ: «Здоров'я – стан повного фізичного, духовного і соціального добробуту, а не лише відсутність захворювання або фізичних дефектів». За своєю природою здорова людина не здатна пристосовуватись до будь-яких змін навколишнього середовища тому, що адаптація має свої межі. Це пов'язано з тим, організм людини формувался протягом тривалого періоду еволюції і він не здатний змінюватись з такою швидкістю, як іноді змінюються технологічні процеси і відбувається забруднення навколишнього середовища.

Навколишнє середовище є місцем мешкання і виробничої діяльності людини. Воно формує умови праці, побуту, відпочинку та харчування. Виробниче середовище включає дію на організм людини здебільшого виробничих чинників в умовах трудової діяльності. За межами виробничих і житлових приміщень на людину впливає ще велика кількість інших різноманітних чинників довкілля, що оточують людину. У спортивній діяльності, яка характеризується підвищеним обміном речовин, споживанням більшої кількості повітря, їжі тощо, негативні чинники середовища матимуть ще більший негативний вплив. Це, зокрема фізичні, хімічні, біологічні і психогенні чинники.

Тому здоровий спосіб життя є вирішальним у зміні споживацького ставлення людини до природного середовища, так як містить у собі елементи екологічної культури. Він змінює свідомість особистості, сприяє формуванню в неї відповідального ставлення до свого здоров'я і навколишнього середовища. Збереження та зміцнення здоров'я дозволяє людині швидше адаптуватися до несприятливих умов довкілля. Такий підхід сприяє створенню нової парадигми екологічної освіти [1, 2].

Основними стратегічними завданнями концепції екологічної освіти і виховання в Україні є: збереження життєздатного природного середовища, біологічного різноманіття, в тому числі й генофонду людей; корінна перебудова екологічної освіти та виховання

особистості на наукових і релігійних принципах, що є необхідною умовою побудови незалежної України; формування нового екологічного мислення, яке базується на дотриманні принципів науковості, гуманності у взаємовідносинах людини, суспільства й природи; розвиток екологічної освіти з урахуванням національних надбань, формування екологічного мислення не тільки у вузьконаціональному, а й у планетарному аспекті; сприяння екологічній освіті, що служить удосконаленню особистості, її внутрішнього світу, розвиває людську гідність, гуманізм, альтруїстичні якості; усвідомлення людиною себе як частки природи, пов'язаної з нею чисельними нерозривними зв'язками, що дає змогу будувати адекватні взаємовідносини з навколишнім середовищем [3].

Зміст екологічної освіти спирається на систему наукових знань, які відображають методологічні природно-наукові, соціально-економічні, правові, філософські, моральноетичні, технічні та світоглядні аспекти існування природного середовища і природних умов життєдіяльності людей, екологічно орієнтовану любов до природи і людини, вивірену історичним досвідом і збагачену знаннями законів екосфери. Знання як компонент екологічної освіти являють собою цілісну структуру і складаються з пізнавальних та діяльних елементів навчання. Пізнавальні елементи включають екологічні знання та формування внутрішньої культури особистості, що сприятиме гармонізації взаємин людини з природою [1, 3]. Усе це допомагає людині усвідомити своє місце у природі та з'ясувати свою відповідальність перед нею.

Література

1. Грибан Г.П. Проблеми екології у фізичному вихованні: монографія / Г.П. Грибан. Житомир : Вид-во «Рута», 2008. – 182 с.

Грибан Г.П. Зміцнення здоров'я і фізичної підготовленості студентів в умовах малих доз радіаційного забруднення: навч. посіб. / Г.П. Грибан, В.П. Краснов, С.І. Присяжнюк, Ф.Г. Опанасюк. – К.: Аграрна освіта, 2005. – 113 с.

Методологія і методика виховання студентів: навч.-метод посіб. / О.А. Дереча, А.І. Обиход, О.А. Заглада та ін. – Житомир, ДААУ, 2000. – С. 4–11.