

УДК 615.83:373.3

**Леся КОЛТОК,**

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та методики початкової освіти Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка  
(Україна, Дрогобич) [lesia\\_koltok@ukr.net](mailto:lesia_koltok@ukr.net)

**Марія ЧАПЛЯ,**

вчитель початкових класів вищої категорії Медвежанської СЗШ І-ІІ ст.  
(Україна, Дрогобич) [lesia\\_koltok@ukr.net](mailto:lesia_koltok@ukr.net)

### ТЕХНОЛОГІЇ ПРИРОДОТЕРАПІЇ ЯК ЗАСОБИ КОРЕКЦІЇ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті представлено теоретичні аспекти використання природотерапії у навчальному процесі початкової школи. Розглядається поняття «природотерапії» як специфічної технології корекції здоров'я та активізації пізнавальної діяльності учнів молодших класів на засадах впливу на них об'єктів природного оточення.

**Ключові слова:** природотерапія, технологія, екотерапія, фізичне здоров'я, природне оточення, інтенсифікація навчання, корекція здоров'я.

**Лит.** 9.

**Lesja KOLTOK,**

Ph.D. in Education, Associate Professor of Pedagogy and Primary Education Methods Department, Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University (Ukraine, Drohobych)  
[lesia\\_koltok@ukr.net](mailto:lesia_koltok@ukr.net)

**Maria CHAPLIA,**

primary school teacher of higher category, Medvezhanska secondary school I-II levels  
(Ukraine, Drohobych) [lesia\\_koltok@ukr.net](mailto:lesia_koltok@ukr.net)

### NATURE THERAPY TECHNOLOGIES AS A MEANS OF CORRECTING PRIMARY SCHOOL CHILDREN'S HEALTH

The theoretical and methodological aspects of nature therapy using in the primary school learning process is presented in the paper. We consider the «nature therapy» notion as a specific technology correcting health and cognitive activity of younger students based on their impact on the natural environment objects.

**Key words:** nature therapy, technology, eco therapy, physical health, natural environment, learning intensification, body care.

**Ref.** 9.

**Леся КОЛТОК,**

кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и методики начального образования Дрогобычского государственного педагогического университета имени Ивана Франко (Украина, Дрогобыч) [lesia\\_koltok@ukr.net](mailto:lesia_koltok@ukr.net)

**Мария ЧАПЛЯ,**

учитель начальных классов высшей категории Медвежанский СОШ I-II ст.  
(Украина, Дрогобыч) [lesia\\_koltok@ukr.net](mailto:lesia_koltok@ukr.net)

Колток А., Чапля М. Технології природотерапії як засоби корекції...

## ТЕХНОЛОГИИ ПРИРОДОТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВА КОРРЕКЦИИ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

*В статье представлены теоретические аспекты использования природотерапии в учебном процессе начальной школы. Рассматривается понятие «природотерапии» как специфической технологии коррекции здоровья и активизации познавательной деятельности учащихся младших классов на основе воздействия на них объектов природного окружения.*

**Ключевые слова:** природотерапия, технология, экотерапия, физическое здоровье, природное окружение, интенсификация обучения, коррекция здоровья.

*Лит. 9.*

**Постановка проблеми.** Одним з основних завдань сучасної школи є реалізація потенційних можливостей кожної дитини. Успіх дитини у навчанні переважно залежить від того, наскільки умови навчання та виховання відповідають її можливостям. Зміна філософії людини вимагає й змін філософії освіти, особистісного розвитку. На таких засадах має формуватися нова педагогіка, центром якої є учень з його потребами, можливостями, потенціалом.

Відтак школа покликана виховати особистість, яка прагне до постійного саморозвитку, самовдосконалення, реалізації власного потенціалу, здатна усвідомлювати й відповідати за свої вчинки тощо. Проте, як показують результати психолого-педагогічних і медико-соціологічних досліджень, будь-які соціальні й освітні реформи не будуть дієвими, допоки учні не будуть здоровими, розвиненими, не оберуть свідомо здоровий спосіб життя.

Водночас, сучасне суспільство, досягнувши високого технологічного рівня розвитку, нехтує законами природи, змінюючи акценти і визначаючи напрями взаємодії з природою, що досить часто призводить до негативних невідворотних наслідків. Провідною метою екологічної освіти нині є не лише усвідомлення новітніх науково-екологічних розробок і досягнень, а необхідність формування нового екологічного мислення, яке зможе здійснити синтез наукових знань та естетичного ставлення до навколишнього середовища, необхідність «навчити жити» сучасну громадськість в реаліях сьогодення.

**Аналіз досліджень.** Крізь призму соціології, педагогіки, психології відбувається теоретичне осмислення головних концептуальних ліній проблеми (А. Биков, І. Бех, В. Бондар, С. Болтвінець, А. Панов, В. Синьов, О. Хохліна, Т. Шульга та ін.). Значна кількість робіт присвячена впливу природотерапії на дітей (Г. Іващенко, Н. Каншоністова, В. Кондрашин, Л. Обухова, Л.К. Одинченко, М. Плоткін, О. Чебикіна, М. Щибрик та ін.). Заслужують на увагу роботи, які розглядають альтернативні підходи до організації навчальної діяльності через методи природотерапії (Савченко, Н. Бібік, І. Срмаков, М. Фролов, А. Маслоу, Л. Алексєєва, Т. Зінкевич-Свєтігнеєва, А. Копитін, А. Панова, Б. Шапіро, О. Холстова, О. Біда, І. Малишевська, Л. Різник, Л. Шаповал, В. Ясвин).

**Мета статті** полягає в аналізі технології природотерапії як засобу корекції здоров'я молодших школярів.

**Виклад основного матеріалу.** Провідною метою сучасної школи, поряд із підготовкою учня до суспільного, самостійного повноцінного життя, є формування його фізичного, психічного і морального здоров'я, організація навчально-виховного процесу в такий спосіб, який дає можливість максимально зменшити навантаження, уникнути неврозів, забезпечити своєчасну діагностику і корекцію, систематичну медико-психологічну допомогу кожному учневі.

Такий підхід вимагає від освіти подолання усталених стереотипів щодо сприйняття дитини як пасивного об'єкта виховного впливу, пошуку ефективних технологій відновлення фізичного, психічного, духовного здоров'я учнів молодших класів, максимального використання позитивного впливу всіх природних об'єктів на його особистість як у навчальній, так і позанавчальній час.

Аналіз даних медичної статистики свідчить про загрозливий стан здоров'я дітей. Так, внаслідок соціально-політичних, демографічних змін і глобальної екологічної кризи в Україні зростає кількість дітей, які страждають психічними і фізичними хворобами. На молодший шкільний вік припадає всього 10–12 % здорових дітей, на середній – 8–10 %, на старший – 5–8 %. Майже половина дітей шестирічного віку в Україні наприкінці робочого дня відчуває перевтому. З кожним роком ці показники погіршуються на 3–5 %. При цьому невпинно зростають нервово-психічні, соматичні захворювання та вроджені аномалії. Окрім того, близько 90 % першокласників мають ті чи інші відхилення від норми, а 10 % загальної кількості дітей шкільного віку мають певну затримку психічного розвитку. Почастішали випадки порушень психічного розвитку неорганічного походження, соціальної та педагогічної занедбаності, порушень поведінки, спілкування. Усе вищезазначене свідчить про нагальну потребу наповнити зміст початкової освіти турботою про здоров'я дітей. Це передбачає запровадження системи педагогічних, медичних, соціальних заходів, спрямованих на відновлення, корекцію або компенсацію порушених психофізичних функцій, станів, особистісного та соціального статусу дітей. Йдеться про допомогу дитині у кризових ситуаціях, в оптимальній адаптації до нових соціально-економічних і політичних умов. Особливої актуальності набуває сьогодні формування готовності майбутнього вчителя, зокрема учителя початкової школи, як високопрофесійного фахівця, зорієнтованого на особистість дитини, до цілеспрямованої, системної роботи з учнями, ефективного використання можливостей природних об'єктів у підтриманні їхнього психічного і фізичного здоров'я. Більшість учителів не в змозі визначити приховані можливості дітей, не володіють методикою позитивного впливу природи на них.

Для збереження і зміцнення здоров'я учнів молодших класів необхідна науково обгрунтована система засобів, спрямована на поліпшення медичного, психологічного і педагогічного супроводу дитини в розвивально-освітньому середовищі початкової школи. Раціональний режим передбачає передусім чергування різних видів навчальної діяльності й відпочинку молодших школярів. Створення навчального середовища, спрямованого на оздоровлення учнів, передбачає впровадження системи природовідповідних засобів, сприятливих для його всебічного розвитку, зміцнення і збереження їх здоров'я.

Нині для означення лікувального впливу природи на організм людини вживаються терміни-синоніми «екотерапія» і «природотерапія», проте їх використанню у навчальному контексті приділяється ще мало уваги. Враховуючи актуальність вищезазначеного, зупинимось більш детально на дефініції «природотерапія».

Природне оточення (вода, повітря, сонце, холод, запахи, шум лісу тощо) з давніх часів використовувалось різними народами для оздоровлення і профілактики захворювання. Народна природотерапія – це сукупність народних знань, прийомів і методів використання лікувальних чинників природи для профілактики і лікування захворювань, для підтримки і зміцнення здоров'я людини. Природотерапія, у нашому розумінні, – це, в першу чергу, оздоровчий вплив на організм людини засобами природи. Потужний ефект природотерапії – відновлення здоров'я через спілкування з природою – полягає

Колток А., Чапля М. Технології природотерапії як засоби корекції...

не тільки в значному поліпшенні фізичного та психічного стану, але й у підвищенні інтелектуальних здібностей дитини.

В. Сухомлинський застерігав від надмірного словесно-понятійного впливу, який спричиняє швидке стомлення мозку і неуспішність у навчанні. Відпочинок серед природи і «вбирання всіма фібрами душі» звуків, кольорів, пахощів, казкових розповідей з їх інтонаційним розмаїттям (музикотерапія, кольоротерапія, ароматотерапія, словотерапія) – всі ці педагогічні прийоми він пропонував використовувати з метою зміцнення імунної системи дітей, турботи про їхнє тіло і душевну рівновагу. Педагог вбачав шлях розвитку здорової дитини у врахуванні емоційного, валеологічного і культуро-оздоровчого компонентів змісту навчання, у врахуванні функціональної асиметрії півкулі мозку.

Види природотерапії ми розглядаємо як засоби формування особистісного інформаційного середовища учня молодших класів, у межах якого відбувається реалізація оздоровчої мети навчально-виховного процесу початкової школи.

#### **Нюхова природна інформація.**

Ароматична терапія – метод впливу на стан почуття організму людини за допомогою запахів.

*Таласотерапія* (від грецьк. *thalassa*– море + терапія) – лікування морем – це лікування морською водою, морським повітрям, водоростями, сонячними променями.

*Аеротерапія* (від грецьк. *aer*– повітря + терапія) – застосування з профілактичною та лікувальною метою чистого повітря.

*Альготерапія* (від грецьк. *algos*– біль + терапія) – лікування водоростями.

#### **Звукова природна інформація.**

*Музикотерапія* – лікування музикою. Музикотерапія – це ліки, які потрібно слухати.

*Казкотерапія* – лікування казковою атмосферою, в якій можуть виявитися потенційні риси особистості, щось нереалізоване; може матеріалізуватися мрія; а найважливіше – виникає відчуття захищеності та смак тасмниці

#### **Візуальна природна інформація.**

*Зоотерапія* (від грецьк. *zoo*– тварина + терапія).

*Рослинотерапія.* Натуральні засоби безпечні для життя людини. Серед рослинних засобів більш ефективною силою лікування володіють ті, що ростуть у середовищі існування людини.

#### **Смакова природна інформація.**

*Фітотерапія* (від грецьк. *phyton*– рослина + терапія) – давній спосіб лікування травами.

*Гідротерапія* (від грецьк. *hydor* – вода + терапія) – водолікування – використання води в будь-яких її проявах (лід, холодна, гаряча, свіжа, мінеральна, пара) у профілактичних і лікувальних цілях.

*Літотерапія* (від грецьк. *lithos*– камінь + терапія) – лікування каменями.

Природотерапія – це позитивний вплив природної інформації на учня з метою формування активної операційно-діяльнійшої життєвої позиції та збереження його особистого здоров'я.

Водночас ми розглядаємо природотерапію як специфічну педагогічну технологію збереження і корекції здоров'я учнів молодших класів та активізації їх пізнавальної діяльності на засадах впливу об'єктів природного оточення, як педагогічне «лікування» засобами природи у навчально-виховному процесі початкової школи, усвідомлюючи при цьому необхідність розробки сукупності відповідних технологічних прийомів

щодо підготовки майбутніх учителів початкової школи до використання природотерапії у педагогічній діяльності. Готовність до використання природотерапії у навчальному процесі початкової школи ми розглядаємо як специфічну здатність майбутнього педагога, спрямовану на реалізацію природотерапевтичного впливу на психофізичне здоров'я молодших школярів. Вона полягає у формуванні в учнів нової наукової картини світу й адекватної природовідповідної системи діяльності шляхом оздоровлення їхнього психофізичного здоров'я.

Різномасштабність і диференційованість сучасної екологічної освіти ставлять перед нами серйозні питання: яким повинен бути зміст екологічної освіти у молодшій школі, у чому повинні бути пріоритети. З одного боку, загально визнана необхідність екологічної освіти дітей усіх вікових категорій, а з іншого – невизначеність у предметному полі, мала частка, а іноді й відсутність, екологічного (і природотерапевтичного зокрема) компоненту у змісті обов'язкових предметів молодшої школи.

Ключовою ланкою механізму підготовки студентів спеціальності «Початкова освіта» до використання природотерапії є процес поєднання еколого-професійних знань з набутим у ході практик досвідом і підведення їх до суб'єктивного стану в еколого- та оздоровчо-орієнтованої педагогічній діяльності.

Новий підхід до характеру рівня нової якості професійної діяльності сучасного вчителя пов'язаний з прагненням відійти від стереотипів у навчанні, вихованні й всебічному розвитку особистості. Він будується на індивідуально-творчій діяльності педагога, здатного створювати й впроваджувати нові екологічні та природотерапевтичні технології, що ефективно реалізують вимоги особистісно-орієнтованого освітнього простору.

Технологія підготовки до використання природотерапії є важливою складовою екологічної освіти, зміст якої спрямовано на формування у майбутніх вчителів початкової школи екологічних норм, цінностей, установок, зразків екологічної поведінки. Ставлення до оточуючого природного середовища формується у процесі взаємодії емоційної, інтелектуальної і вольової сфер психіки людини. Тільки у цьому разі утворюється система психологічних установок особистості.

Технологія підготовки майбутнього вчителя початкових класів до використання природотерапії у роботі з молодшими школярами на засадах міждисциплінарності та інтеграції передбачає формування системи ціннісного ставлення до природи, знань, умінь і навичок, що забезпечують можливість майбутніх вчителів початкової школи використовувати засоби природотерапії у навчальній, а згодом і в професійній діяльності. За основу методів підготовки студентів до використання природотерапії було взято класифікацію методів психолого-педагогічної корекції суб'єктного ставлення до природи В. Ясвіна. Сукупність методів було вдосконалено й адаптовано до процесу підготовки майбутнього вчителя початкових класів до використання природотерапії у роботі з учнями.

**Висновки.** Педагогічні умови, що сприяють ефективному впровадженню технології підготовки майбутніх вчителів початкової школи до використання засобів природотерапії у професійній діяльності, – це сукупність елементів навчального середовища у поєднанні з специфікою підготовки фахівця певної галузі, які впливають на здоров'я, працездатність учасників навчального процесу та ефективність і результати їхньої діяльності.

Процес підготовки майбутніх вчителів початкової школи до використання природотерапії у роботі з учнями буде успішним за умови реалізації комплексних міждисциплінарних та інтегративних підходів; усвідомленого ставлення майбутніх вчителів

**Колток А., Чапля М. Технології природотерапії як засоби корекції...**

початкової школи до набуття екологічних знань як невід'ємної складової особистісного і професійного розвитку; створення відповідних педагогічних умов технологічної підготовки, що забезпечують творче засвоєння студентами знань, умінь і навичок і сприяють формуванню готовності до використання природотерапії у роботі з учнями початкової школи і професійній самореалізації майбутнього вчителя упродовж життя.

Перспективними напрямками цієї проблеми є: вивчення теоретичних і методичних підходів зарубіжного досвіду щодо використання природотерапевтичних технологій у навчальній діяльності; обґрунтування можливостей упровадження елементів розробленої технології у систему післядипломної педагогічної освіти тощо.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Волкова А. Екологічне виховання школярів / А. Волкова. – К. : Знання. – 1985. – 48с.
2. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2004. – № 12. – С. 4–6.
3. Дерябо С. Экологическая педагогика и психология / С. Дерябо, В. Ясвин. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1996. – 480 с.
4. Малишевська І. Методика використання природотерапевтичних засобів у професійній підготовці майбутнього вчителя : метод. реком. / І. Малишевська. – Умань : Алмі, 2010. – 47 с.
5. Малишевська І. Природотерапія у роботі з учнями початкової школи : навч.-метод. пос. [для вчителів і студентів] / І. Малишевська. – Умань : Алмі, 2009. – 162 с.
6. Мамешина О. Екологічні ігри як метод екопедагогіки / О. Мамешина // Екологічне виховання в початковій школі / [упоряд. І. Васильченко, О. Кондратюк]. – К. : Ред. загально пед. газ., 2005. – 128 с.
7. Пономарьова Г. Педагогічні умови формування екологічної культури студентів педагогічного коледжу : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Г. Пономарьова. – Х., 1997. – 175 с.
8. Сухомлинский В. О воспитании / В. Сухомлинский. – М. : Политиздат, 1982. – 270 с.
9. Ясвин В. Психологияотношения к природе / В. Ясвин. – М. : Смысл, 2000. – 456 с.

**REFERENCES**

1. Volkova A. Ekologichne vyhovannja shkoljariv / A. Volkova. – K. : Znannja. – 1985. – 48s.
2. Denysenko N. Ozdorovchi tehnologii' v osvith'omu procesi / N. Denysenko // Doshkil'ne vyhovannja. – 2004. – № 12. – S. 4–6.
3. Derjabo S. Ekologicheskaja pedagogyka u psyhologija / S. Derjabo, V. Jasyvn. – Rostov-na-Donu : Fenyks, 1996. – 480 s.
4. Malyshevs'ka I. Metodyka vykorystannja pryrodoterapevtychnyh zasobiv u profesijnij pidgotovci majbutn'ogo vchytelja : metod. rekomend. / I. Malyshevs'ka. – Uman' : Almi, 2010. – 47 s.
5. Malyshevs'ka I. Pryrodoterapija u roboti z uchnjami pochatkovoï shkoly : navch.-metod. pos. [dlja vchyteliv i studentiv] / I. Malyshevs'ka. – Uman' : Almi, 2009. – 162 s.
6. Mameshyna O. Ekologichni igry jak metod ekopedagogiky / O. Mameshyna // Ekologichne vyhovannja v pochatkovij shkoli / [uporjad. I. Vasyl'chenko, O. Kondratjuk]. – K. : Red. zagal'no ped. gaz., 2005. – 128 s.
7. Ponomar'ova G. Pedagogichni umovy formuvannja ekologichnoi' kul'tury studentiv pedagogichnogo koledzhu : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.01 / G. Ponomar'ova. – H., 1997. – 175 s.
8. Suhomlinskyj V. O vospytany / V. Suhomlinskyj. – M. : Polityzdat, 1982. – 270 s.
9. Jasyvn V. Psyhologijaotnoshenja k pryrode / V. Jasyvn. – M. : Smysl, 2000. – 456 s.

*Статтю подано до редакції 08.02.2015 р.*