

Лях М.В.

ТУРИСТСЬКО-ЕКОЛОГІЧНА СТЕЖКА ЯК ІННОВАЦІЙНА ФОРМА ОЗДОРОВЛЕННЯ, ФІЗИЧНОГО ТА ЕКОЛОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті розглядається один із шляхів вирішення проблеми оздоровлення, фізичного та екологічного виховання молодших школярів у процесі створення та використання такої інноваційної форми екологічного туризму як туристсько-екологічна стежка. Висвітлюється коротка історія прокладання та облаштування подібних туристських стежок в Україні. Розглядається досвід роботи та методика створення привабливої туристсько-екологічної стежки великої протяжності у Ямпільському районі, Сумської області.

Постановка проблеми. Освітній процес сучасної школи передбачає не тільки навчання та різнобічне виховання учнівської молоді, але й її оздоровлення. Вже ніхто не сперечається з тим фактом, що сьогодні обсяг освіти перевищує всі допустимі норми сприйняття та характеризується неможливістю повноцінного засвоєння учнями обсягу знань, який постійно зростає. Великі обсяги інформації, які потрібно запам'ятати, дитині не під силу. Це негативно впливає на розвиток творчих здібностей та здоров'я молодших школярів.

У цьому контексті формування здорової особистості та її культури дозвілля має стати однією з найважливіших сфер діяльності навчальних закладів.

Високий рівень шуму сучасних міст і селищ, негативний вплив інформаційних засобів навчання, значний час перебування учнів у закритих приміщеннях викликає проблему оздоровлення дітей на лоні природи. Ця проблема позитивно вирішується шляхом залучення молодших школярів до створення й облаштування позаміської (чи селищної) туристсько-екологічної стежки. Адже заміські подорожі з цікавими спостереженнями за взаємозв'язками між тваринами й рослинами, захоплюючими відкриттями окремих таємниць природи, приваблюють учнів початкової школи, найкраще сприяють відновленню та поліпшенню особистого здоров'я та природного довкілля, сприяють підвищенню фізичної підготовленості учнів початкової школи у позаурочних формах занять.

Мета дослідження полягає в науковому обґрунтуванні доцільності залучення дітей до створення, облаштування й використання туристсько-екологічної стежки як інноваційної форми їх оздоровлення, фізичного та екологічного виховання.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз наукових і навчальних джерел показав, що одну з найперших туристських стежок в Україні було прокладено та облаштовано у 1899 році. Це була Кримська Штангеевська стежка, що вела від водоспаду Усан-су до Хребта Яйли. Вона проходила через найбільш мальовничі ділянки і мала протяжність понад 8,5

км. Призначалася для екскурсантів будь-якого рівня фізичної підготовки. Вздовж усієї пологої стежки було зроблено маркування на каменях, що вказувало пройдену відстань і подальший напрям руху. Наступною була прокладена Боткінська стежка. Дещо пізніше були створені ще дві стежки, що вели у гори Хрестова та Дмитрієвська. Вище згадані стежки стали прообразами сучасних екологічних стежок і підґрунтям сучасного екологічного туризму, який є формою активного відпочинку з екологічно значущим наповненням [2].

Усі вони були створені й доглянуті на кошти Ялтинського відділення Кримсько-Кавказького гірського клубу.

Важливим внеском у розвиток основ екологічного туризму в контексті пізнання та збереження природи рідного краю, стала видавнича діяльність краєзнавчо-туристського товариства «Плай» (1925 – 1937 роки).

Наступним етапом формування основ екологічного туризму став активний розвиток масового туристсько-екскурсійного руху в Україні, що розпочався в 1960-х роках. У школах починає набувати розвиток природознавчих, а з середини 80-х років – екологічних аспектів туризму [2]. Створюються перші екологічні стежки на Сумщині.

Так, екологічним загоном «Мурашка», що розпочав діяти на базі Імшанської восьмирічної школи, Ямпільського району, Сумської області у 1977 році була створена туристська екологічна стежка довжиною 7км. У 1985 році її маршрут було продовжено до 22 км, На туристській екологічній стежці заgonу «Мурашка» було проведено кілька одnodенних і триденних районних і обласних семінарів-практикумів. Творчий досвід такої роботи було узагальнено на спільній раді Сумського обласного інституту удосконалення учителів і Ямпільського Будинку піонерів 16 травня 1989 року та рекомендовано до практичного впровадження у школах області [4]. Також були видані методичні рекомендації зі створення туристсько-екологічних стежок на матеріалах екологічного заgonу «Мурашка», який згодом об'єднав у спільній праці учнів сільських, селищних і міських шкіл району.

21 лютого 1989 року членами районного еко-клубу «Мурашка» при Ямпільському Будинку піонерів і школярів було завершено створення туристсько-екологічної стежки протяжністю 130 кілометрів – найдовшого, визнаного й зареєстрованого владою, туристсько-екологічного маршруту України. Паспорт на туристсько-екологічну стежку був затверджений рішенням Ямпільської районної Ради народних депутатів № 150 від 16.10 1991 року [3].

Згідно паспорту, – туристсько-екологічна стежка являє собою розчищений дитячими руками від хмизу, диких заростей і бур'янів досить довгий маршрут, за яким постійно доглядають школярі. Стежка розрахована на багатоденне проходження туристами-екологами з обов'язковим виконанням навчальної, дослідницької та природоохоронної роботи. Вона багата чудовими пам'ятниками природи, які охоплюють цікаві лісові, лугові і болотні ділянки. Компактно розміщені природні об'єкти дозволяють вивчати

їх в комплексі і взаємозв'язку. Бачити вплив одного явища на інше. Якщо пройти по всій стежці, то можна побачити різні форми рельєфу: рівнинну місцевість, тераси, яри. Туристсько-екологічний маршрут перетинають ріки Івотка, Свеса, Шостка, багато їх приток та інших красивих водоймищ. Увагу туристів будь-якого віку приваблюють результати праці школярів по захисту, поліпшенню та примноженню природного середовища. Руками дітей виготовлено й облаштовано біля 3000 будиночків для птахів, 800 годівниць, 12 – для диких копитних звірів, 30 солонців. Створено 2 заказника для рудих лісових мурашок. Обладнано 7 туристських стоянок. На стежині встановлено 36 інформаційних щитів, які розповідають відвідувачам про об'єкти природи, дають наукові дані про дерева, кущі, трави, птахів, про створення підземних вод та різних водоймищ, їх значення для здоров'я людини. Наприклад: «Ліс захищає наше здоров'я. В лісі іонізація кисню в 5 – 10 разів вища, ніж у місті. Багато рослин щедро виділяють фітонциди, які вбивають шкідливі мікроби. Шелест листя тішить наш слух, а різнобарвні фарби і форми дають відпочинок нашим очам. Все це благотворно впливає на нашу нервову систему, знімає втому» [3].

У змісті інформаційних щитів відображено й працю дітей. Як наприклад: «Дорогі друзі! Ви знаходитеся в зоні відпочинку, створеній руками дітей та підлітків. Ми бажаємо вам приємного настрою. Будьте великодушні, цінують працю дітей і залишайте стоянку в доброму стані!». або ж «Дорогі друзі! Ми даруємо вам цю стежину, щоб ви, пройшовши по ній, побачили, дізнались і відкрили для себе багато нового і цікавого про природу, що нас оточує, зрозуміли, що для всякого початку потрібна маленька зернинка. Вчитися можна і в дуже малому домі. Творити можна і в тісному кутку. Охороняти можна навіть в ранньому дитячому віці!» [3].

Якщо взяти до уваги, що діти й підлітки активно долучаються до пошуку об'єктів показу незмінних природних взаємозв'язків, складання текстів для багатьох інформаційних щитів, що власноруч виготовляються та встановлюються на туристсько-екологічній стежці, то виявляється, що весь цей процес з її створення й облаштування є творчим, а діяльність – інноваційною формою оздоровлення, фізичного та екологічного виховання молодших школярів і підлітків. Адже дітям потрібно долати значні відстані до необхідної ділянки маршруту, пробиратися через лісові хащі у пошуках цікавих об'єктів природи.

Результати творчої праці дітей зі створення й облаштування вище вказаної туристсько-екологічної стежки були представлені у Павільйоні народної освіти Виставки досягнень народного господарства СРСР, отримали високу оцінку й належне висвітлення на стендах Виставки. Вперше в історії Сумщини дитяча праця була відзначена Головним комітетом ВДНГ СРСР 22-ма нагородами, у числі яких – 11 медалей (постанова № 21-Н від 10.04.91 року).

Аналіз навчально-методичної літератури засвідчує, що в останні роки накопичений немалий досвід із створення екологічних стежок. Створювати їх стало модно. Більшість учителів і методистів позашкільних закладів схильні

вважати, що екологічну чи туристську стежку можна створити за досить короткий час. Можливо, що саме такий підхід до створення й облаштування стежок, робить їх нецікавими й нецікавими [1, 2, 4].

Практика переконує, що створення туристсько-екологічних стежок малої й великої протяжності займає багато часу та вимагає значних матеріальних затрат. У нашому випадку робота зі створення й облаштування туристсько-екологічної стежки багатоденного проходження тривала впродовж трьох років. Адаже на таку працю кошти не виділялися. Вона створювалася силами зацікавлених учнів, за власний рахунок у вільний від навчання час.

На основі тривалого досвіду з фізичного та екологічного виховання засобами екологічного туризму, ми можемо упевнено стверджувати, що створення туристсько-екологічної стежки, як і будь-якої іншої пізнавальної стежини, вимагає немало творчих зусиль і цілеспрямованої праці. Тому ця діяльність має складатися з таких основних етапів: 1) формування ініціативної групи; 2) вибір району туристсько-екологічної стежки; 3) розвідка; 4) розчистка й маркування маршруту; 5) збір наукової інформації про природне середовище та його мешканців; 6) облаштування стежки [4].

На першому етапі нами було сформовано ініціативну групу учнів, які зацікавлені у дослідженні природи, вдосконаленні особистих фізичних якостей і задля цього, готові були працювати разом з наставником у позаурочний час. На цьому етапі ми провели збори батьків дітей ініціативної групи. Розповіли батькам про свої плани, перспективи, порадилися з ними. Дорослі підтримають таку діяльність, а дехто з них стали нашими однодумцями і помічниками.

На другому етапі при виборі району туристсько-екологічної стежки нам знадобилися консультації працівників товариств охорони природи, мисливців, рибалок, лісництв, учителів, старожилів, співробітників музеїв, знавців природи та історії рідного краю. Ми подбали про те, щоб район запропонованої стежки був багатим на історичні події, мальовничі куточки природи, джерела питної води, виключав багате розмаїття рослинного та тваринного світу. Також наполягли, щоб стежка проходила неподалік транспортних доріг, що необхідно у випадку надання швидкої допомоги та підвозу екскурсантів для проведення тематичних екскурсій.

Третій етап став для нас найвідповідальнішим і найбільш тривалим, адже від якості здійснення розвідки у повній мірі залежали і зміст, і дієвість, і значущість маршруту в екологічному і фізичному вихованні школярів. На цьому етапі ми мали передбачати ретельне обстеження та вивчення природного оточення району запропонованої туристсько-екологічної стежки, складання мапи й нанесення на неї: лісових масивів, різноманітних водойм, джерел, луків, місць корисних копалин, ділянок землі яким загрожує ерозія та забруднення, нір звірів, гнізд великих хижих птахів, комплексів мурашників і других корисних комах, пам'ятників природи, малих річок і струмків, які потребують очищення від лісних завалів тощо. Впродовж весни, літа та осені діти з'ясовували, які перелітні та які осілі птахи гніздяться на

окремих ділянках стежки. З цією метою, окрім спостережень за птахами, учні оволодівали прийомами лазіння по стовбурах дерев з тим, щоб восени зняти застарілі гнізда й за їх будовою та матеріалом визначати птахів. Також займалися пошуком лікарських та рідкісних рослин, грибів і ягід, що ростуть на території, обраної для створення стежки і є життєво важливими для зцілення й оздоровлення людини. Впродовж року, а особливо взимку визначали місця концентрації диких звірів з тим, щоб облаштувати майданчики для підгодівлі лісових тварин, встановити тут годівниці та солонці. Як правило, на цьому етапі відпрацьовувалися навички подолання природних перешкод, розвивалися рухові якості, сила, витривалість, координація рухів.

Четвертий етап – розчищення та маркування стежки. При здійсненні цього етапу ми навідувалися до лісництв, просили дозволу лісників, через обходи яких мала проходити стежка, на розчистку окремих ділянок маршрути та їхньої присутності під час такої діяльності. Ми розчищали маршрут шириною в 1 метр, для чого вирубували чагарники, обрізали гілки дерев та кущів, які заважали проходженню групи туристів. Як правило, на цьому етапі учні разом з нами починали своє втручання в закони природи. Отже, нам ні на хвилину не можна було забувати, що у цей час очі дітей зосереджені саме на нас. Молодші школярі завжди намагаються копіювати дії наставника. Чим бережливіше буде ставитися до природи учитель, тим свідоміше й відповідальніше до неї будуть відноситися діти. Недопустимо забивати у стовбури дерев сокири й ножі, що досить часто спостерігається на туристських злетах (при чому нерідко це роблять і вчителі). Правильна поведінка в природі починає формуватися у школярів саме тут, під час безпосередньої участі у створенні стежки. Учитель повинен бути готовим дати правильну відповідь на питання: «Чому ми замість охорони, вирубуємо молоді дерева та кущі?». Йому також слід рішуче засудити або призупинити ті учнівські дії, які приносять шкоду оточуючому середовищу. Тут необхідно проводити санітарне прибирання лісу (не чіпаючи опале листя) вздовж стежки, під час чого зібрати повалені стовбури дерев, гілки, сучки та спалити їх у безпечному місці [4]. Бажано також засипати землею канавки і ямки, що часто зустрічаються на стежці. Маркування краще всього наносити на стовбури дерев водоемульсійною фарбою білого кольору. На висоті 1,5 м на дереві робити смужки шириною 5 см та довжиною до половини його окружності з боку стежки. При такому маркуванні напрям стежки видно з трьох боків, що необхідно при орієнтуванні ввечері.

На п'ятому етапі ми ознайомлювалися з науковою літературою про рослини і тварини, які могли нам зустрічатися на туристсько-екологічній стежці, конспектували відомості про дерева, кущі, лікарські трави й ті, що занесені до Червоної книги України. Під час такої роботи з літературою діти починали підбирати природні об'єкти, які мали носити пізнавальний характер під час прогулянок, екскурсій і походів туристсько-екологічною стежкою. Головне – як відзначав у своїх працях доктор педагогічних наук А.Н. Захлебний – полягало в тому, щоб вибраний вид або процес, що

спостерігається дозволяв наочно показати його роль у створенні чи підтриманні екологічної рівноваги стану навколишнього середовища. Для прикладу цього вчений рекомендував показати, як дощові черви переміщують опале листя у нижні земні горизонти, виступаючи важливим ланцюгом біологічного кругообігу [1]. Знання, отримані під час роботи з науковою літературою, допомагали юним природолюбам спланувати ряд заходів з охорони, поліпшення та збагачення міць проживання різних видів тварин, правильно змайструвати пташині будиночки, годівнички, облаштувати майданчики для підгодовування звірів та птахів, проведення дослідів та тривалих досліджень у природі.

Шостий етап полягав в облаштуванні стежки. Оскільки стежка туристсько-екологічна, то ми у першу чергу спорудили на ній показові місця стоянок туристських груп і відпочинку для відвідувачів. На всій протяжності маршруту розвісили дуплянки, шпаківні, синичники. Пташині будиночки пофарбували у коричневий і зелений кольори. Птахи цього не бояться, зате життя будиночків збільшується у кілька разів. У місцях відсутності водойм облаштували пташині поїлки. Для диких копитних тварин зробити годівниці для сіна та віників, а також солонці. Для їх виготовлення використали дерева, зрублені під час розчистки туристсько-екологічного маршруту.

Незаперечно, що фізична праця, спрямована на створення й облаштування туристсько-екологічної стежки сприяла розвитку життєво необхідних умінь і навичок, підвищенню працездатності та фізичної підготовленості дітей і підлітків, а ще й радості від здійсненої роботи.

Враховуючи вікові особливості молодших школярів, у кожному з походів до місця створення стежки, ми організовували народні й екологічні ігри, розповідали екологічні казки, показували корисні для здоров'я лікарські рослини тощо. Також влаштовували змагання із встановлення намету, в'язання туристських вузлів, бігу на короткі дистанції, подолання природних перешкод, лазіння по стовбурах дерев, стрибках у довжину з місця, метання шишок і жолудів у ціль, віджимання від колоди тощо. Під наглядом дорослих дозволяли молодшим школярам розпалювати невелике багаття й смажити на ньому продукти споживання.

Такі та інші заходи не тільки подобалися дітям, – вони мали безпосередній вплив на розвиток їх моральних, інтелектуальних і фізичних якостей, формування здібності бачення краси навколишньої природи, що також позитивно відображалось на оздоровленні підростаючої особистості, її потягу до здорового способу життя.

Висновки. Довготривалий досвід туристсько-екологічної діяльності переконує, що різнобічна фізична і творча праця, фізичні вправи, ігри, змагання на свіжому повітрі сприяють потужній самореалізації, гарному самопочуттю молодших школярів, їх стійкості до стресів і підвищенню дитячої працездатності, що є першою ознакою гарного фізичного здоров'я. Узагальнюючи вище зазначене, можна констатувати, що приймаючи активну участь у створенні, облаштуванні й використанні туристсько-екологічної

стежки, діти задовольняють свої потреби у руховій активності, покращують стан особистого здоров'я, розширюють кругозір і словниковий запас.

Таким чином, діяльність зі створення облаштування й використання стежки забезпечує оптимальні умови для оздоровлення, фізичного та екологічного виховання, підвищення рівня фізичної підготовленості школярів.

Список використаної літератури

1. Захлебный А.Н. На экологической тропе (опыт экологического воспитания). – М.: Знание, 1986. – 80 с. – (новое в жизни, науке, технике. Сер. «Педагогика и психология»; № 5).
2. Дмитрук О.Д. Екологічний туризм: Сучасні концепції менеджменту і маркетингу. Навчальний посібник. – 2-е вид., перероб. і доп. – К.: «Альтерпрес», 2004. – 192 с., іл.
3. Лях В.В. Паспорт на туристсько-екологічну стежку районного еко-клубу «Мурашка» при Ямпільському Будинку піонерів і школярів. – Ямпіль: райтипографія, 1991. – 50 с.
4. Лях В.В. Туристско-экологическая тропа. Методические рекомендации по экологическому воспитанию школьников в помощь учителям и старшим пионерским вожатым. – Шостка: гортипография, 1989. – 28 с.