

14. Хоткевич Г. Дещо про бандуристів та лірників // Літературно-науковий вісник / Г. Хоткевич. – Львів, 1903. – Січень. – 214 с.
15. Асафьев Б.В. Композиторы первой половины XIX века // Избранные труды / Б. Асафьев – М., 1955. – Т. IV. – 246 с.
16. Вигель Ф.Ф. Воспоминания / Ф. Вигель – М., 1864. – 204 с.
17. Гесс де Кальве Г. Теория музыки / К. Гессде Кальве – Л., 1923. – 16 с.
18. Штелин Я. Музыка и балет в России XVIII века / Я. Штелин. – М., 1927. – 228 с.
19. Українське музикознавство. – 1986. – Вип. 6. – 378 с.
20. Історія української культури. – К.: Наукова думка, 2003. – 980 с.
21. Лазаревський А. Описание старой Малроссии / А. Лазаревський. – М., 1989. – Т. II. – 420 с.
22. Гесс де Кальве Г. Теория музыки / Г. Гесс. – Л., 1923. – 116 с.
23. Гордійчук М. Історія української музики / М. Гордійчук. – К.: Мистецтво, 1989. – Т. I. – 398 с.
24. Народные песни Галицкой и Угорской Руси, зібрані Я. Головацьким. – М., 1878. – 410 с.
25. Цимбаліст Тарас Баран. – Львів: Кобзар, 2001. – 87 с.
26. Гуменюк А. Українські народні музичні інструменти / А. Гуменюк. – К.: Наукова думка, 1967. – 432 с.

#### 2.4. Актуальні проблеми навчання образотворчого мистецтва в початкових класах шкіл гірського регіону

В умовах стрімкої інтеграції у світове співтовариство ефективність процесу розбудови національної науки, освіти і культури України вимагає постійних зусиль для підтримання відповідного рівня підготовки вчителів. Одним із пріоритетних завдань, визначених Національною доктриною розвитку освіти в Україні, є створення передумов для виховання творчої особистості, здатної самостійно мислити, приймати нестандартні рішення, гнучко реагувати на зміни у всіх сферах життєдіяльності суспільства.

Передовий педагогічний досвід, історія педагогічної думки підтверджують необхідність мистецького виховання, одне з головних завдань якого – формування особистості школяра на основі глибокої любові до дитини, розуміння потреб її духовного світу.

Не секрет, що образотворче мистецтво сприяє формуванню особистості дитини, дозволяє більш глибоко пізнавати довколишній світ у всьому його багатоманітті. Не викликає сумнівів і потреба в навчанні дітей уміння бачити красу в буденному, звичному; формування у них здатності відчувати, сприймати, розуміти, усвідомлювати і творити

прекрасне. В. Сухомлинський вважав, що одним із найважливіших завдань школи є виховання почуттів учнів. Розпочинається воно з усвідомлення дитиною любові до своєї мами, з розуміння важливості турботи про неї. З почуття любові до матері зростають усі найкращі якості людини. Тому школа повинна виховувати дитину разом із батьками, родиною, сім'єю.

Не менш значущим є й узгодження зусиль педагогів та батьків у створенні ситуації успіху довкола зображувальної діяльності молодших школярів, що є важливою складовою особистісно-орієнтованого навчання. Становлення творчої, активної особистості – важливе завдання сьогодення. У психіці дитини вже у дошкільному віці відбуваються якісні зміни, у результаті яких малюк стає більш активним: зростають фізичні можливості, розширюються потреби, змінюються види і форми діяльності. К. Ушинський вважав, що бажання навчатися з'являється у дітей лише тоді, коли є натхнення, яке народжується від наявності успіхів в оволодінні знаннями: “Розумова праця учня, успіхи й невдачі в навчанні – це його духовне життя, його внутрішній світ, ігнорування якого може призвести до сумних результатів” [8, с. 150].

Успішне навчання дітей у школі в значній мірі залежить від позиції батьків, які повинні мати реалістичні уявлення про вікові можливості своїх дітей, підтримувати їх і вірити в майбутні успіхи. Батьки зобов'язані допомагати дітям розвивати впевненість у власних силах, заохочувати до виконання посильних завдань у школі та вдома. І щонайважливіше – батьки повинні постійно спілкуватися з дітьми, дослухатись до їхньої думки, регулярно розмовляти із ними, підтримувати інтерес до пізнання, до творчості, подавати їм у цьому приклад.

Батькам варто роз'яснити, яким чином можна сприяти художньо-естетичному розвитку дитини в умовах сім'ї, що саме розуміють педагоги під таким розвитком, які завдання й методи розвитку дитини засобами образотворчого мистецтва є визначальними.

Провідними завданнями естетичного виховання дітей є: розвиток прагнення самостійно творити прекрасне, втілювати свої почуття, думки, мрії в різноманітних художніх матеріалах; формування здатності “бачити”, відчувати красу як у мистецтві, так і в інших її проявах – у природі, побуті, стосунках між людьми, в родині.

У своїх творах діти намагаються розповісти дорослим про власне розуміння життя, потреби, прагнення; демонструють свої захоплення, інтереси, переживання. Беззаперечно, що за аналізом процесу занять дитини образотворчою діяльністю та її результатами батьки можуть глибше пізнати її внутрішній світ: почуття, інтереси, оцінки, здібності, потреби. Вміння «читати» дитячі малюнки, спілкуватися з дитиною на

основі їх аналізу допоможе досягти діалогу, порозуміння й поліпшення стосунків у сімейному колі [5, с. 360].

Проблематика естетичного виховання особистості займає належне місце в сучасній педагогічній науці. На необхідності створення системи початкової мистецької освіти й естетичного виховання учнівської молоді вказували як видатні педагоги минулого (К. Ушинський, Г. Кершенштейнер, А. Бакушинський, Л. Виготський), так і сучасні вчені (Е. Белкіна, О. Гайдамака, Н. Голота, О. Дронова, Л. Любарська, Л. Масол, Б. Неменський, Г. Сухорукова, Л. Янцур). Оцінка дитиною власних можливостей, рівня сформованості особистих здібностей обумовлює стан духовного здоров'я індивіда.

Сучасні освітні стандарти в цілому зорієнтовані на загальнолюдські цінності, реалізацію завдань гуманізації й гуманітаризації освіти. На чільне місце в освітньому процесі стає розвиток особистості дитини, її неповторність та унікальність. Модернізація загальноосвітньої школи спрямована, в першу чергу, на вдосконалення структури і змісту навчання, організацію особистісно-орієнтованого підходу у вихованні й навчанні дітей. Цілеспрямований процес розвитку здатності дітей до повноцінного сприйняття і розуміння прекрасного передбачає вироблення в них системи художніх уявлень, поглядів та переконань, формування прагнення утверджувати, продукувати красу за будь-яких умов і обставин.

Відповідно до вимог Державного стандарту початкової загальної освіти головною метою освітньої галузі «Мистецтво» є розвиток у школярів особистісно-ціннісного ставлення до мистецтва, здатності до сприймання, розуміння і творення художніх образів, формування потреби в художньо-творчій самореалізації та в духовному самовдосконаленні. Образотворче мистецтво з-поміж інших навчальних дисциплін є унікальним у вирішенні завдань гармонійного виховання, навчання й розвитку дитини. Це пов'язано перш за все з тим, що вже в ранньому віці саме образотворча діяльність стає однією з найбільш доступних форм творчості, яка дозволяє дітям передавати в своїх роботах те, що їх хвилює, викликає емоційне піднесення, захоплює.

Образотворча діяльність школярів, образотворче мистецтво в цілому є важливою ланкою навчально-виховного процесу в початковій школі. Основою викладання образотворчого мистецтва є прищеплення дітям молодшого шкільного віку елементарних графічних і живописних здібностей, формування відповідних образотворчих умінь та навичок, надання теоретичних відомостей з історії образотворчого мистецтва. Неабиякого значення у зв'язку з цим набуває приведення обсягу і складності змісту занять з образотворчого мистецтва у відповідність до вікових можливостей дітей, врахування та відображення у змісті освіти

природних, соціокультурних особливостей конкретного регіону нашої країни.

Досвід роботи вихователів дошкільних навчальних закладів, учителів початкових класів показує, що ефективність навчання образотворчого мистецтва визначається як науково-педагогічним рівнем викладання, так і матеріальною базою, зокрема – наявністю відповідно обладнаних кабінетів. У зв'язку з цим однією з найважливіших проблем початкової школи гірського регіону в галузі викладання образотворчого мистецтва є доволі слабка матеріальна база навчальних закладів, нестача технічного забезпечення, наочних посібників. Більш за все це стосується сільських шкіл.

Правильне використання обладнання та матеріалів кабінету сприяє зміцненню знань, умінь і навичок у дітей, стимулює їхні творчі здібності, значною мірою допомагає прищеплювати любов до мистецтва. Відповідна матеріальна і методична база дозволяє педагогові творчо підходити до кожного заняття, спонукає до висвітлення в повній мірі кожної теми чи розділу програми.

Слід зазначити, що спеціалізованих навчальних кабінетів образотворчого мистецтва в початкових школах гірського регіону вкрай мало. Не відповідає сучасним потребам і навчально-методичне забезпечення уроків образотворчого мистецтва, матеріальна база навчальних закладів у цілому. Окрім незадовільного матеріально-технічного стану, в сучасній початковій школі гірського регіону існують й інші проблеми функціонування та розвитку: професійне старіння вчителів, низький рівень надходження фахової інформації; наявність значної кількості класів-комплектів та потреба їх забезпечення широким спектром освітніх послуг відповідного рівня якості; проблема нестандартних умов функціонування шкіл; довготривала відсутність батьків та виховання учнів людьми похилого віку.

Аналізуючи проблематику впливу гірського середовища на розвиток, навчання і виховання учнів-горян, В. Хрущ зазначає, що попри складні географічні умови, значні труднощі соціально-побутового характеру «...життя спільноти в горах сьогодні вирізняється високою духовністю, а не розвинутими технологіями, а також багатими своєрідними традиціями, які необхідно поєднати з інноваційним змістом, формами і методами діяльності» [9, с. 80].

Найвагомішими чинниками, які впливають на формування дітей-горян, безперечно, є специфічне ландшафтно-кліматичне оточення та соціальні умови проживання: неймовірно багата природа краю, суворий клімат, незначна густина населення, господарська діяльність і сам уклад життя мешканців гір. Перелічені чинники не могли не позначитись і на

формуванні особливих етнопсихологічних рис характеру жителів Карпат [10, с. 136]. На нашу думку, реалізація освітньої галузі «Мистецтво» Державного стандарту початкової загальної освіти в умовах гірської школи вимагає певної корекції змісту освіти з урахуванням специфіки регіону.

Урок образотворчого мистецтва повинен бути результатом творчого процесу. Провідним чинником у проблематиці художньо-естетичного виховання в загальноосвітній школі є особистість педагога. На перший план виступає творча діяльність учителя, яка повинна опиратись на художньо-педагогічну інтуїцію. Якщо вчитель проявляє себе і як педагог, і як митець, заохочує до спілкування на мистецьку тематику поміж учнями, діти йому довіряють і завжди готові до співпраці та співтворчості.

Г. Падалка визначає педагогічні умови навчання мистецтва як цілеспрямовано створені чи використовувані обставини, що забезпечують можливість досягнення його результативності. Серед першочергових педагогічних умов мистецького навчання:

- створення позитивної атмосфери навчання;
- досягнення діалогових засад взаємодії учителя й учня в навчальному процесі;
- забезпечення пріоритету практичної діяльності.

На уроках образотворчого мистецтва повинні панувати заохочення і підтримка найменших спроб учня до самостійних дій, до вираження власної думки, до висловлення свого судження. У професійному арсеналі педагога на заняттях з образотворчого мистецтва має переважати схвалення, а не критика, відзначення кращого, спрямованість на похвалу, а не на засудження. Учитель, налаштований на добро, побачить у школярах перш за все їх навчальні досягнення, а не невдачі, висловлюватиме свою повагу до художніх спроб дітей, до мистецьких успіхів, бодай найменших [4, с. 20].

Художньо-естетичний розвиток молодших школярів безпосередньо пов'язаний із природними, соціально-культурними, історичними, етнопсихологічними факторами, тому формування й закріплення у них позитивного ставлення до дійсності, мистецтва, різнопланової художньої діяльності допоможе вчителям образотворчого мистецтва втілювати в життя положення регіонального підходу до відбору змісту художньої діяльності: надання переваги насамперед найближчому оточенню, як природному, так і створеному людиною; знайомство з людьми, які зробили певний внесок у вітчизняну й світову культуру та історію; знання місцевих традицій, звернення в процесі пізнання й творчості до різних видів народного мистецтва [3, с. 20].

Формування в дітей потреби до образотворчої діяльності передбачає наявність таких фундаментальних якостей, як відчуття краси та гармонії, здатність емоційно відгукуватися на різноманітні прояви естетичного в навколишньому світі; вміння помічати прекрасне у спостережуваних явищах та усвідомлювати його [5, с. 17].

«Мистецтво бачити» не дається людині від народження, його слід постійно розвивати та вдосконалювати. Як підтверджує практика, під час сприймання, вивчення та зображення об'єктів з природи оволодіння відповідними теоретичними знаннями, засвоєння елементарних законів образотворчої грамоти відбувається найефективніше (М. Кириченко). Наголошуючи на важливості живого спілкування молодших школярів з природою у формуванні гармонійної особистості дитини, видатний український педагог Василь Сухомлинський зазначав: «Дитячий малюнок, процес малювання — це частка духовного життя дитини. Діти не просто переносять на папір щось з навколишнього світу, а живуть у цьому світі, входять у нього як творці краси, дістаючи насолоду від неї» [1, с. 44].

У перших дитячих роботах — вправляннях з піском, снігом, тістом вкладено персональні знаки-образи — «...такі виразні та недовговічні й непрактичні. Але попри те, що випадання нового снігу, відлига або велика хвиля легко знищують ці творіння, набутий досвід зберігається. Діючи у вищій сфері «творення», художник узагальнює увесь свій досвід і духовні запити, створюючи саме мистецтво» [1, с. 10].

Розвиток творчого потенціалу, формування естетичних почуттів і потреб у молодшому шкільному віці відбуваються найчастіше під час самостійної художньої діяльності. Відтворення власного світовідчуття і світосприйняття за допомогою барв є показником психічного стану дитини, її самоусвідомлення в навколишньому середовищі. Як зазначає І. Демченко, образотворче мистецтво справляє на людину чи не найефективнішу дію завдяки своїй універсальності, плідно розвиває її емоційно-почуттєву сферу, поглиблює знання, інтенсифікує візуальний і сенсорний досвід, формує загальну та естетичну культуру. Це, в свою чергу, дає змогу бути не пасивним споживачем візуальних вражень, а людиною, здатною адекватно оцінювати естетичні та художні якості твору й сміливо втілювати свої почуття в самостійних творчих роботах. Адже образотворче мистецтво містить у собі чудові невербальні способи вираження ставлення особистості до предметів і явищ дійсності у формі візуальних символів, асоціативних зіставлень та художніх образів.

Перебування дітей серед різноманітної та дивовижної природи дозволяє їм накопичувати життєві враження, помічати та осмислювати існуючі в природі закономірності, уявляти, мислити, фантазувати. Все це створює необхідні передумови для більш широкого використання такого

виду занять, як малювання з натури, по пам'яті та за уявою; зміщення акцентів із уже звичного репродукування на самостійне створення учнями нових образів.

Введення в практику роботи школярів базових елементів з відомих їм місцевих промислів та ремесел допоможе швидше та набагато якісніше освоїти і зрозуміти специфіку декоративно-ужиткового мистецтва, народної орнаментики (художня вишивка, кераміка, писанкарство, лозоплетіння, килимарство, ліжникарство тощо). Постійне перебування учнів під позитивним впливом матеріальної та духовної культури рідного краю сприятиме якнайповнішому розкриттю і вдосконаленню природних здібностей, оскільки саме за таких умов етнопсихологічні особливості дітей певного народу використовуються найдоцільніше (Д. Тхоржевський).

Слід зазначити, що в молодшому шкільному віці яскраво проявляється суперечність між прагненнями учня до самостійності в образотворчій діяльності та його реальними можливостями – уже набутими вміннями, навичками, уподобаннями й нахилами тощо. Пропоновані на уроках образотворчого мистецтва в початкових класах види художньої діяльності доволі різноманітні, за своєю суттю – різнопланові, проте на вивчення конкретної художньої техніки в програмі виділяється порівняно небагато часу. Необхідні для засвоєння художньої техніки знання подаються здебільшого в готовому вигляді, вміння – засвоюються за зразком. Все це не сприяє забезпеченню належного творчого зростання учнів початкових класів.

На думку Б. Неменського, розвиток творчих здібностей вимагає спеціального механізму – своїх навичок, свого тренажу. І починати вчити цього треба якомога раніше – коли дитина найбільш до цього схильна. Як відомо, програми з образотворчого мистецтва передбачають творчий підхід учителя у виборі тематики уроків та практичних робіт з урахуванням специфіки контингенту учнів, власного професійного рівня та матеріально-технічного забезпечення. У зв'язку з цим надзвичайно важливими завданнями вчителя початкових класів є вмільний добір доступних та водночас захоплюючих видів образотворчої діяльності, інтегрування різних видів робіт дітей, підтримання взаємозв'язку пізнавальних і продуктивних видів діяльності.

Перші спроби дитини в образотворенні – конструюванні, аплікуванні, ліпленні, малюванні – це не лише радість, захоплення, емоційне піднесення юного автора, це й експериментування з новими матеріалами та новим обладнанням, це набуття необхідного досвіду в навчанні, вправлянні, відтворенні побаченого раніше. Окрім звичних для навчальних закладів видів зображувальної діяльності слід у більшому обсязі впроваджувати й нетрадиційні художні техніки, нові види робіт з

новітніми художніми матеріалами. На нашу думку, дітей дошкільного й молодшого шкільного віку можуть зацікавити роботи у техніках акватипії, графографії (граттажу), акварелі «по мокрому», набризку, декупажу, імітації мозаїки, вітражу тощо.

Використання цих художніх технік на заняттях з образотворчого мистецтва дає певні переваги при опрацюванні основних питань кольорознавства, композиції, перспективи; розвиває дрібну моторику м'язів рук, координацію рухів, окомір; удосконалює відчуття характеру силуетної форми; допомагає виховувати охайність, працелюбність, дисциплінованість, наполегливість у роботі. Зокрема, набризом можна «доопрацьовувати» не зовсім вдалі роботи практично на всіх видах занять з образотворчого мистецтва (зокрема – на уроках декоративного та тематичного малювання).

Незважаючи на схематичність зображень, їхню спрощену силуетність, дитячі роботи в техніці набризку відзначаються своєрідною символічністю, емоційністю, композиційною завершеністю. Ще однією перевагою таких робіт можна вважати певну «технологічність» виконання (завчасно підготовлений комплект шаблонів, дотримання послідовності у діях), що дозволяє більше часу присвятити створенню ескізів майбутньої роботи, організаційним питанням (інструктаж, підготовка інструментів, обладнання, матеріалів тощо).

В. Сухомлинський вважав, що дитинство – це не підготовка до майбутнього життя, а повноцінне, яскраве, самобутнє, неповторне життя. Від того, яким воно було, хто супроводжував дитину, що отримали її розум і серце з навколишнього світу, залежить становлення її особистості.

Жива, творча атмосфера навчальних закладів, продумана система стимулювальних факторів розвитку, в тому числі й урізноманітнення змісту освіти, значною мірою сприятимуть формуванню гармонійної, духовно здорової особистості, здатної до нестереотипного асоціативно-творчого мислення, культури почуттів та поведінки.

Вважаємо, що вчителям початкових класів у своїй практичній діяльності особливу увагу варто надавати інтегративним тенденціям у мистецькій освіті. Необхідно відслідковувати найбільш цікаві та корисні напрями розвитку педагогічної науки і практики, створювати умови для вдосконалення власної фахової майстерності, творчого ставлення до своєї діяльності; впроваджувати в практику відповідні художні техніки, технології та прийоми ефективної роботи.

### Література

1. Аккізов К. Вчимось малювати рослини та тварин / К. Аккізов., пер. з рос. Т.М.Віланової. – Х.: Книжковий клуб «Клуб сімейного дозвілля», 2010. – 128 с.

2. Демченко І.І. Творчий розвиток учнів початкової школи засобами образотворчого мистецтва: Монографія / І.І. Демченко, М. О. Пічкур, Т. О. Близнюк. – К.: Омїда, 2009. – 218 с.

3. Комарова Т. Образотворча діяльність у дитячому садку / Т. Комарова: Програма та методичні рекомендації. Для занять з дітьми 2-6 років: Пер. з рос. мови. – Х.: Видавництво «Ранок», 2007. – 176 с.

4. Падалка Г.М. Педагогіка мистецтва (Теорія і методика викладання мистецьких дисциплін) / Г. М. Падалка – К.: Освіта України, 2008. – 274 с.

5. Полякова Г. та ін. Образотворче мистецтво, 1–7 класи / Г. Полякова: Навчально-методичний посібник для вчителів. – Харків: Скорпіон, 2001. – 160 с.

6. Сухомлинський В. Вибрані твори: У 5 т. / В. Сухомлинський – К.: Радянська школа, 1973. – Т. 3. – 64 с.

7. Сухорукова Г. В., Дронова О. О., Голота Н. М., Янцур Л. А. Образотворче мистецтво з методикою викладання в дошкільному навчальному закладі. Підручник / За заг. ред. Г. В. Сухорукової. – К.: Видавничий дім «Слово», 2010. – 376 с.

8. Ушинский К. Д. Избранные педагогические сочинения / К. Ушинский. – М.: Педагогика, 1974. – 569 с.

9. Хрущ В. Гірський регіон як особливе макросередовище навчання, виховання і розвитку учнів / В. Хрущ // Гірська школа Українських Карпат. Науково-методичний журнал. – Івано-Франківськ. – 2006. – № 1. – С. 76-82.

10. Хрущ О. Учням гірських шкіл про етнопсихологічні особливості характеру горян / О. Хрущ // Гірська школа Українських Карпат. Науково-методичний журнал. – Івано-Франківськ. – 2006. – № 1. – С. 136-140.

## 2.5. Розвиток математично-екологічного мислення як чинник збереження здоров'я учнів гірської початкової школи

Культурне й духовне відродження українського суспільства, входження країни у світове постіндустріальне співтовариство зумовлюють домінування гуманістичної парадигми в педагогічній теорії і практиці, що передбачає утвердження людини та її здоров'я як найвищих загальнолюдських цінностей.

Тому в Національній доктрині розвитку освіти України у XXI ст. відзначається, що пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в душі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я тих, хто її оточує, як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Це здійснюється шляхом розвитку валеологічної освіти, повноцінного

медичного обслуговування, оптимізації режиму навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору [7, с. 2].

Гуманітарно-освітню стратегію розв'язання цих проблем убачаємо в переосмисленні ролі й значущості вітчизняної системи освіти в становленні й розвитку еколого-валеологічної культури особистості, яка спрямована на забезпечення паритету суспільства та природи, гармонії людини й довкілля.

Здоров'я – це перша й найважливіша потреба людини, що визначає здатність її до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості. Воно є найважливішою передумовою до пізнання навколишнього світу, самоствердження і щастя людини. А здоров'я дитини – це той багаж, який дається не тільки від природи. Відповідальними за здоров'я дитини є батьки та вчителі. Саме на них покладена відповідальність, чи виросте дитина здоровою, міцною, здатною витримувати фізичні та психічні навантаження, неминучі в сучасному світі.

Щодо гірського середовища, то основними характеристиками, які впливають на розвиток, навчання і виховання дитини в ньому, є наявність стимулюючо-чудової природи гір; малої густоти населення і переважно великих відстаней від школи до місць проживання дітей; низького рівня надходження інформації; професійного старіння вчителів [17, с. 78]; часта й довготривала відсутність батьків та виховання учнів людьми похилого віку [6, с. 84] тощо.

З'ясуємо, як гірське середовище впливає на навчання і розвиток математичного, екологічного та валеологічного мислення молодших школярів, а також запропонуємо ті засоби, які потрібно застосовувати педагогам для використання природи гір у навчальному процесі задля збереження здоров'я молодших школярів.

Ще з дитинства важливо оволодівати навичками здорового способу життя, який заснований на принципах моральності, раціональності, працелюбності, доброзичливості, активності, що сприяють загартуванню організму людини й захищають від несприятливого впливу довкілля. Дотримання цих принципів дозволяє зберегти фізичне, психічне і моральне здоров'я до глибокої старості [4, с. 8].

Фізичне здоров'я – це природний стан організму, зумовлений нормальним функціонуванням і розвитком усіх його органів і систем. Поліпшення фізичного здоров'я сприятиме поліпшенню розумової діяльності людини та її працездатності.

Психічне здоров'я залежить від стану головного мозку, тобто функціонування психіки індивіда, яке забезпечує йому гармонійну взаємодію з навколишнім світом. Воно характеризується рівнем і якістю