

Висновки

1. Проблема здоров'я в широкому його розумінні як в особистому, так й у суспільному вимірі набула в наш час загальнопланетарного значення і розглядається як така, що становить небезпеку подальшому розвитку людства.

2. Відвернути імовірну небезпеку можливо шляхом формування ЗСЖ осіб, громад, країн, світу в цілому.

3. Формування ЗСЖ – складний, багатогранний процес, що потребує спільних зусиль якомога більшої кількості людей, різних організацій, і передовсім – відповідної державної політики. Одночасно формування ЗСЖ є науково-практичною дисципліною зі своєю теорією, методологією, методикою і засобами.

4. Знання і практичні навички з формування ЗСЖ мають бути якомога ширше розповсюджені в суспільстві, ними потрібно керуватися при розробці і прийнятті управлінських рішень на всіх рівнях усіх гілок влади, усіх галузей державного сектора.

5. Найбільш ефективний спосіб втілення світоглядних цінностей здоров'я в свідомість населення – це ініціація з боку органів державної влади і місцевого самоврядування різноманітних локальних проектів, обмежених місцевими масштабами, зокрема масштабами первинних адміністративно-територіальних структур і окремих організацій. Такі проекти, якщо вони розроблені і впроваджуються з урахуванням основних положень теорії і практики формування ЗСЖ, можуть бути достатньо ефективними, незважаючи на певну нестачу ресурсів, що має місце сьогодні в Україні.

1. Здорова нація – запорука майбутнього / Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. – К., 2007.
2. Здоровье для всех к 2000 году // Материалы ВООЗ при ООН. – 1995.
3. Оттавская хартия по укреплению здоровья. – 1986. – Режим доступа : <http://www.euro.who.int>.
4. Піндер Л. Новый взгляд на структуру: Вивчення становища щодо розвитку політики пропагування здоров'я в Канаді / Л. Піндер // Пропагування здоров'я. – 1988. – Т. 3, №2. – С. 205–212.
5. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя / О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комаровата ін. – Режим доступа : <http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf>.

Рецензент: канд. біол. наук, доц. Лісовський Б. П.

УДК 613.7

ББК 75.4

Олег Кемінь

ТРАДИЦІЇ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В ПЛАСТІ

У статті розкрито основні принципи виховання в дітей та підлітків дбайливого ставлення до власного здоров'я, як до суспільної цінності, сформовані столітніми традиціями національної скаутської організації України "Пласт".

Ключові слова: здоровий спосіб життя, традиції, скаутинг, Пласт.

В статье раскрыты основные принципы воспитания у детей и подростков бережного отношения к собственному здоровью, как к общественной ценности, сформированные столетними традициями национальной скаутской организации Украины "Пласт".

Ключевые слова: здоровый способ существования, традиции, скаутинг, "Пласт".

The article deals with the main principles of developing the youth's careful attitude to the own health as to the social values established by centenary traditions of the Ukrainian national scout organization "Plast".

Keywords: healthy way of life, traditions, scouting, "Plast"

Постановка проблеми та аналіз останніх результатів досліджень. Сучасне українське суспільство довело свою неспроможність сформувати в населення, а особливо в молоді, ставлення до свого здоров'я, як до чогось більшого, ніж особисте надбання. Поняття “здоровий спосіб життя” залишається декларативною тезою у виступах державних функціонерів. Щороку приймаються різноманітні концепції і програми, в яких називаються загрозливі показники поширення алкоголізму, тютюнопаління й наркоманії серед дітей і молоді, а також статистика пов'язаних із цією проблемою захворювань. Проте, держава залишається бездіяльною, оскільки представники великого капіталу, що стоять при владі, зацікавлені в надприбутках від збуту тютюнової та алкогольної продукції. Елементарним доказом цього є реклама алкогольних напоїв у засобах масової інформації. Складається враження, що державним структурам легше констатувати проблему, ніж її вирішувати.

Сподіватися на виховну роль сім'ї, в умовах загострення економічної кризи, не доводиться, бо в силу об'єктивних обставин, батьківський вплив на основну частину підростаючого покоління українців відсутній. Залишається перекладати виховний обов'язок на школу, діяльність якої в цьому плані малоефективна, на релігійні та суспільні дитячо-юнацькі об'єднання. На жаль, у програмних документах про молодь надається мало значення створенню та діяльності дитячих та юнацьких об'єднань. Наприклад, у Декларації про загальні засади державної молодіжної політики в Україні (від 15 грудня 1992 року) зовсім не згадуються молодіжні та дитячі юнацькі організації; національна програма “Діти України” не містить жодної згадки про необхідність функціонування таких об'єднань; у законі України “Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні” фіксується державне право молоді на створення молодіжних громадських організацій для соціалізації і становлення особистості, тут тільки трафаретно підкреслено, що молодіжні громадські організації – це об'єднання молодих громадян, обов'язковою статутною вимогою яких є припинення членства в них при досягненні певного віку [1, с.3]. Багато науковців стурбовані проблемами катастрофічного стану захворюваності дітей в Україні, фізичного здоров'я сучасної молоді, зниження рівня життя, погіршення екологічних умов, скорочення медичних і соціальних державних програм. Проте, відсутність сучасної літератури, де б розглядався позитивний вплив молодіжних організацій, зокрема скаутського руху, на збереження та зміцнення здоров'я нації, вказує на актуальність проведення досліджень з даної проблеми.

Мета дослідження – розкрити сутність діяльності національної скаутської організації щодо формування засад здорового способу життя у шкільної молоді.

Методи дослідження. У ході дослідження ми використовували теоретичний аналіз та вивчення документів, які відображають діяльність Пласту.

Результати дослідження та їх обговорення. В сучасній Україні національна скаутська організація “Пласт” – єдине дитячо-юнацьке об'єднання, не насаджене державними структурами, а сформоване на добровільних засадах, має свої традиції і закони. Це організація, що вивела в ранг непорушного закону і виховує з перших днів пластування свідоме ставлення до власного здоров'я та здоров'я побратимів.

Зачинателями однієї з багатьох молодіжних організацій в Галичині, у яких брали участь діти й підлітки, при яких функціонували дитячі секції (“Сокил” (1894–1939), “Січ” (1900–1925), “Луг” (1925–1939) – були Петро Франко (син Івана Франка) (1890–1941) та Іван Чмола (1892–1941), що заснували в 1911 році перші пластові гуртки. 12 квітня 1912 року розпочалася діяльність пластунської організації української молоді під керівництвом Олександра Тисовського, при академічній гімназії у Львові, при чому вже маючи конкретний статут і структуру. На перших порах в його склад увійшла велика кількість бажаючих, але згодом, через необхідність суворого дотримання вимог і правил, частина відійшла. У пластовому гуртку залишилось шість членів, які своєю діяльністю поклали початок організованому пластовому рухові [1, с.20].

До першої світової війни пластові організації активно розвивалися в Галичині. Центральна Пластова Рада знаходилася при товаристві “Сокил” у Львові. Нею керував О.Тисовський, автор багатьох видань (книжечки “Пласт”, 1913; підручника “Життя в Пласті”, 1921, 1961, 1969, 1997 тощо). З 1918 року Верховна Пластова рада у Львові стає секцією “Краєвого товариства Охорони Дітей та Опіки над Молоддю”. З цього періоду практично в кожному

українському навчальному закладі, при товариствах, виникають пластові гуртки, які наочно показали значення таких об'єднань у розвитку особистості школяра. В роки боротьби за волю України, фізично загартовані в Пласті хлопці й дівчата ставали вояками й командирами УПА, членами ОУН. Пластунами були Степан Бандера, Роман Шухевич, Дмитро Вітовський, Євген Побігущий, Микола Арсенич-Березовський, Іван Боберський, митрополит УГКЦ Любомир Гузар та багато інших українських патріотів.

Треба згадати, що ідея Пласту виникла на засадах скаутингу Лорда Байден-Пауелла, який позиціонував цей молодіжний рух, як “велику гру”. В книзі “Скаутинг для хлопців” [3], яка стала “катехізисом” для скаутів усіх країн, зазначалося, що для виконання усіх обов'язків скаута-громадянина та активної участі у “великій грі” необхідно було мати добре здоров'я та належну фізичну підготовку. Велика перевага скаутингу полягає в тому, що дану проблему він намагався вирішити в тісному зв'язку з духовним розвитком особистості. Отже, хоча скаутинг був винаходом європейця, але за своєю суттю може бути вигідно порівняний з високоефективними східними системами здорового способу життя, наприклад, індійською йоогою. В ньому на перше місце висувався загальний стан здоров'я, під яким малося на увазі не лише те, щоб не хворіти, а й утримувати організм на такому рівні, який забезпечував би необхідні умови для духовного і фізичного розвитку та самовдосконалення. Це мало досягатися відповідним комплексом вправ для зміцнення роботи серця та шлунка, мозку, легенів, шкіри та внутрішнього кровообігу взагалі, а також м'язів тіла. Рекомендувались глибоке дихання, вживання якомога більше води і те, що ми сьогодні називаємо раціональним харчуванням та дозованим фізичним навантаженням, стриманість та поміркованість у всьому. Велика увага зверталася на необхідність очищення від шлаків та дотримання правил гігієни й догляду за різними частинами тіла [5, с.19]. Разом з цим скаут мав не лише зміцнити та зберегти власне здоров'я, але й допомогти в цьому іншим.

В українському Пласті менші акценти розставляються на тому, що вся пластова діяльність є грою, бо вона підноситься значно вище. В цьому відношенні слід виділити таких два аспекти: Пласт, як чітко окреслений спосіб життя молоді людини, дійсно є “Великою Грою”, сплетенням значної кількості конкретних ігор, які виступають як метод і засіб пластового виховання. Цьому підпорядковуються всі ідейні засади та завдання Пласту: головна мета вказується в Пластовій присязі, правила зібрані в Пластовому законі, а засоби – це сила тіла й ума, характер, здоров'я та усі ті якості, що повинен мати пластун. Гра – це завжди змагання, а отже – боротьба (до того ж приємна), що вимагає мобілізації та прояву найкращих здібностей і, водночас, – це доцільна й змістова забава.

Усі пластові ігри відзначаються рухливістю та життєрадісністю. Вони, зрештою, мають і ширше призначення, оскільки виховують прикмети справжнього громадянина і вчать тієї великої гри, що називається життям. При цьому чесність завжди стояла на першому місці [5, с.51].

Як зазначав у своїх спогадах Северин Левицький, великої ваги передусім тіловихованню і дисциплінуванню розуму й тіла через пластові ігри надавав Петро Франко. Він був поруч із професором Іваном Боберським – першим автором виданих ним “Пластових ігор” і реалізатором їх на терені перших пластових гуртків [2, с.19]

Особливу увагу слід звернути на підручник основоположника української скаутської організації професора Олександра Тисовського “Життя в Пласті” (1922), на основних ідеях якого виросла вся багатогранна організація. Молодь, скерована Тисовським ішла, через працю над собою, до вироблення характеру. Його ставлення до природи характеризували екскурсії для її пізнання і для вироблення швидкості розуму й тіла [2, с.19]. Збереженню здоров'я Тисовський надавав особливого значення: “Ніякої користі не буде з нас для Пласту, коли ми не будемо здорові. Не тільки для Пласту, але й для нас самих не буде ніякої користі ні з нас, ні з нашого життя. Нездорова людина постійно займається своєю недугою, їй нема радості з життя, вона завжди засмучена, невдоволена. Нам, пластунам, треба хотіти й уміти бути здоровими, нам треба навчитися розумно плекати своє здоров'я” [7, с.172]. Як і Лорд Байден-Пауел, О.Тисовський дає чіткі поради щодо норм гігієни, правил догляду за своїм тілом.

Категорично, і не лише з точки зору збереження здоров'я, а й моральної, скаутам, загалом, і пластунам, зокрема, заборонялось вживання алкоголю й куріння тютюну. “Скаут є чис-

тий. Він не забруднює своє тіло різними отрутами” – зазначається в кишеньковій книжечці для американських бойскаутів [9, с.38]. Хоча в багатьох скаутських організаціях ставлення до шкідливих звичок не є принципово абстинентським (від лат. *abstinens* – утримуватись), позиція основоположника Пласту і пластової старшини однозначна, викладена в 12 точці Пластового Закону: “Пластун шанує і плекає своє здоров’я, як власність суспільства, тому не п’є алкогольних напоїв, не курить тютюну”. Далі доктор О.Тисовський дає таке тлумачення цієї позиції: “Пластун невтомно працює над підтриманням і розвитком своїх фізичних сил і стережеться всього, що могло би підірвати його здоров’я. Він робить все це не тому, що боїться когось чи чогось, бо ж він – пластун – є у своїх діях настільки самовпевненим, що взагалі не знає почуття страху. Він не вживає алкоголю, не курить тютюну, не веде розпусного життя, не тому, що боїться наслідків, недуг, болю, чи скорочення віку, лише тому, що це – не пластова річ (для нього, отже, вкрай нерозумна) псувати та наражати здоров’я та життя зовсім безцільно, без жодного здобутку, а ще зі шкодою для себе і для всіх...” [7, с.8, 27]

Питання повноцінного виконання 12 точки Пластового Закону в Пласті стало надзвичайно актуальним в 2002 році. Абсолютною більшістю голосів Крайовий Пластовий З’їзд схвалив наступну резолюцію: “Дотримуючись вимог 12-ї точки Пластового Закону... відповідно до засад основоположника Пласту Олександра Тисовського і пластової організації 1911–39 років та висновків сучасної медичної науки, дійсні члени Пласту НСОУ не вживають тютюну, алкоголю та інших наркотичних речовин” [8, с.1]. Суворе дотримання точок Пластового Закону є обов’язковим для всіх пластунів; покаранням за його порушення є позбавлення членства в НСОУ.

Питання спорту і туризму, як здоров’яформуючих складових пластування, потрібно розглянути в окремих дослідженнях, оскільки проведення спортивних змагань між пластовими куреннями є традицією [4, с.387], що активно підтримується, а туристичні походи, з навичками виживання в природних умовах, є неодмінною складовою пластової програми. Одним з ключових елементів названої програми є комплекс ВФВ – відзнаки фізичної вправності, вимоги якої юнаки повинні складати на кожному етапі свого пластування. Також в пластову програму входять численні спортивні “іспити вмілостей”, зокрема: “Спортивні ігри”, “Скелелазіння”, “Їзда на велосипеді”, “Плавання”, “Канойкарство”, “Мандрівництво й таборування” та ін.

Висновки

Ставлення до здорового способу життя в пластовій системі виховання впливає з мети Пласту, сформульованої д-ром Олександром Тисовським, а саме “сприяння всебічному розвитку кожного юнака, як людини та громадянина”, що включає в себе окрім розвитку інтелектуального, морального, розвиток також і фізичний. На це вказують перша та четверта буква Пластового кличу-вітання “С.К.О.Б.” – “сильно, красно, обережно, бистро”, та рядки Пластового Обіту – ритуальної пісні, яку юнаки співають під час складання Пластової Присяги: “Плекатиму силу і тіла і духу, щоб нарід мій вольним, могутнім зростав”. Отже, НСОУ Пласт виховує в молодих українців ставлення до свого здоров’я, як до суспільної цінності.

Здоров’яформуючі засади скаутського руху на сьогоднішній день в Україні не досліджені, а отже, залишається без використання столітній досвід здорового способу життя і досягнення фізичної досконалості. НСОУ Пласт потребує ширшої популяризації та підтримки з боку держави, що дасть змогу ефективніше виховувати свідомих, здорових тілом і духом громадян України.

1. Ковбас Б. Діяльність дитячих та юнацьких організацій в Україні: проблеми та перспективи : методичні матеріали. Вип. І. Дитячі та юнацькі суспільні об’єднання : історія та сучасність / Ковбас Б. – Івано-Франківськ : Плай, 1999. – 40 с.
2. Левицький С. Український Пластовий Улад в роках 1911–1945 у спогадах автора (причинки до історії Пласту) / Левицький С. – Мюнхен : Пластове вид-во “Молоде життя”, 1967. – 120 с.
3. Лорд Байден-Пауелл оф Гілвел. Скаутинг для хлопців / Лорд Байден-Пауелл оф Гілвел. – Івано-Франківськ : Лілея-НВ, 2007. – 304 с.
4. Миронюк Р. Д. Особливості розвитку системи фізичного виховання у товаристві “Пласт” : кінець ХІХ – поч. ХХ століття / Миронюк Р. Д., Остап’як З. М. // Науковий часопис Національного

- педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К., 2011. – Вип. 13. – С. 385–388.
5. Савчук Б. Український Пласт. 1911–1939 / Савчук Б. – Івано-Франківськ : Лілея-НВ, 1996. – 270 с.
 6. Тисовський О. Життя в Пласті. Посібник для українського пластового юнацтва / Тисовський О. – 4-те вид. – Торонто : Українська друкарня “ТРИЗУБ”, 1997. – 552 с.
 7. Тисовський О. Пласт / Тисовський О. – Львів : Друкарня НТШ, 1913. – 48 с.
 8. Юзич Ю. Основоположник Пласту про 12 точок Пластового Закону (до чергового Дня Пластової Присяги) / Юзич Юрій. – К., 2008. – 24 с.
 9. Pettit Ted S. Handbook for boys / Pettit Ted S. – New York, 1948. – 566 с.

Рецензент: канд. пед. наук, доц. Тягур Р. С.