

забезпечує хорошу судинну реакцію. Загартування водою, порівняно з повітрям, мало більший вплив. Це пояснюється тим, що холодна вода спочатку викликає звуження кровоносних судин, що містяться в шкірі та під шкірою, у цей час кров з них переміщується в глибоко розміщені судини, після чого серце починає енергійніше працювати. Зазначимо, що з-поміж різноманітних фізичних вправ козаки нерідко віддавали перевагу плаванню. З одного боку, плавання носило прикладний характер. Без уміння плавати було практично неможливо вижити. З іншого боку, плавання має велике значення для оздоровлення: зміцнює серцево-судинну, дихальну та м'язову системи, сприяє гармонійному розвитку.

Таким чином, систематичне виконання фізичних вправ і ефективна система загартування виховували той тип козаків, які легко переносили холод, спрагу і голод та були надійними захисниками українського народу.

Отже, використовуючи елементи козацької системи фізичного загартування організму можна покращити психофізичний стан учнів сучасної школи.

Література

1. Січинський В. Чужинці про Україну / В. Січинський. – Львів, 1991. – С. 21–22.
2. Сірополко С. Історія освіти на Україні / С. Сірополко. – Львів, 1937.
3. Туленков М., Гопак – мистецтво бойове / М. Туленков, М. Зубаній // Гарт. – 1993.

ДО ПИТАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОПТИМІЗАЦІЇ ЗЕЛЕНИХ НАСАДЖЕНЬ МІСТА

*І.С. Беседіна, Н.О. Смоляр
Полтава, Україна*

Використання видів дикорослої флори у зеленому будівництві міст.

Сьогодні, звичайним для сучасної людини став урбопейзаж: цегляні та кам'яні споруди й будівлі, шум, кіптява, металеві паркани, асфальтовані доріжки та ін. Око втомлюється від сірого кольору, шуму. Для відпочинку людині потрібен спокій і гармонія, що можна отримати тільки на лоні природи – інші пейзажі, інші звуки – заспокійливі, які не дратують, а гармонізують, навкруги зелено, шепоче листя, яскраві природні кольори... шум міста залишається далеко.

Нажаль, щоб знайти такі місця, потрібно все далі від'їжджати за місто. Однією із розрад у таких випадках виступають зелені зони міста, насамперед, це парки. Але й тут є проблеми, оскільки більшість їх потребують реконструкції та оптимізації зелених насаджень. Нерідко в парках міст досить часто зустрічаються випадки обламаних гілок на деревах, хвойні мають зламані верхівки, у деяких куточках парків накидано сміття та ін.

Полтаві вдалося зберегти свою неповторність – вона є «зеленою» навіть у центральній частині, де зосереджена значна кількість адміністративних будівель. Зелена зона міста включає 233 об'єкта, що мають охоронний статус. Центр міста – як єдиний парк, де вулиці виступають його алеями: липові алея, каштанова алея, дубова алея, Сонячний парк, Петровський парк, Парк Перемоги, березовий сквер, Корпусний сад, парк Соборного майдану та ін. Відпочинку сприяють також фонтани, що створюють і візуальну і звукову ілюзію водоспадів, і людина подумки починає «мандрувати». До того ж, вони виконують й екологічну роль, зволожуючи повітря у місті.

Прагнучи краси навколо себе, люди створюють парки та інші рекреаційні зони із квітниками та іншими малими формами зеленої архітектури. Однак створення їх і догляд за ними потребує значних і фізичних, і фінансових затрат, наприклад, потрібно виростити розсаду, висадити її, доглядати за станом насаджень під час їх вегетації, тобто постійно контролювати їх біологічний та естетичний стан. До того ж, слід намагатися досягти широкої кольорової та естетичної гами кольорів, які б постійно змінювалися, і насадження впродовж всього вегетаційного періоду були б привабливими з рекреаційної точки зору.

Встановлено, що трав'янистий покрив паркових насаджень центральної частини міста є на сьогодні збіднілим у порівнянні з такими ще 20-15 років тому. Це пов'язане з різними виявами антропогенного навантаження (спостерігається його витоптування під час відпочинку населення, вигул домашніх тварин, прибирання опалого листя та інші види догляду за парком). Раніше трав'янистий покрив парків мав, здебільшого, природний характер. Навесні спостерігалися синузії ранньовесняних ефемероїдів, домінантами яких були пшінка весняна, фіалки, зірочки жовті, ряст ущільнений, проліска сибірська, занесена до регіонального списку, анемона жовтецева та ін. В міру зростання антропогенного навантаження, в наслідок проведення реконструкції парків із цих угруповань зникли спочатку рідкісні види (проліска, ряст), пізніше анемона жовтецева. Нині тільки на деяких ділянках парків збереглися добре розвинуті синузії пшінки весняної, яка є найбільш витривалим видом. Навіть за умов вигрібання парку, не знищується, а навпаки в такий спосіб добре поширюється бульбочками по всій території, і навіть витісняє інші види. Зазначимо, що природне відновлення весняних рослин відбувається в такій же послідовності навпаки. Тобто не трансформуючи трав'янистий покрив у парках впродовж сезону, можна досягти його належного напівприродного стану. На сьогодні все більше трав'янистий покрив у парках створюють штучно, висіваючи відповідні трав'яні суміші, які мають належний вигляд тільки за умови відповідного догляду, sprzęженого зі врахуванням відповідних погодних умов.

Рекомендуємо також відповідним установам, які займаються зеленим будівництвом у місті, підсажувати у парки як типові, так і рідкісні види із природної флори. Багаторічний досвід із вирощування дикорослих квітучих рослин у культурі мають викладачі природничого факультету Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. У 90-роках був втілений проект по збереженню рідкісних рослин у культурі. Висадження рослин здійснювалося на території агробіостанції Полтавського педінституту, біостанціону у с. Лучки Кобеляцького району (нині територія адміністративно-наукового центру регіонального ландшафтного парку «Нижньоворсклянський»). Рослини завозилися із різних біотопів і висаджувалися на ділянках із відповідними для них екологічними умовами. Найбільше було висаджено, так званих, первоцвітів. Степові рослини поміщалися на південні ділянки альпійських гірок і на інші добре освітлені та прогріті місця, рослини заплавної лісу – у затінок під дерева біля струмка. З кожним роком колекції поповнювалися, особливо навесні. Так у колекції висаджувалися крокуси, підсніжники білосніжний, горицвіти весняний та волзький, барвінок малий, півонія вузьколиста (воронець), різні види сону, конвалія звичайна. Здебільшого ці рослини конфісковувалися у браконьєрів на ринках, на вулицях міста у результаті патрулювань відповідними службами. На ділянки також висаджувалися й типові рослини природної флори: пшінка весняна, зірочки маленькі, медунка темна, вербозілля лучне та звичайне, жовтець повзучий, перстач повзучий, фіалки.

За результатами 35-річних спостережень нами зроблено такі висновки: якщо рослини, висаджені на ділянки, що відповідають їх екологічним вимогам, то вони добре вегетативно самостійно розмножуються (це стосується конвалії, барвінку, вербозілля, жовтців, фіалок). Пшінка весняна дуже швидко захоплює вільну територію, утворюючи насіння. Як з'ясувалося, кожен рік відтворюються з насіння ряс і медунка. У деякі сприятливі роки різко збільшується чисельність проліски сибірської. Але це стає можливим тільки за умови відсутності «корисного» втручання людини в природні процеси.

Таким чином, формуючи елементи об'єктів рекреаційних та зелених зон міста, доцільно використовувати не тільки декоративні рослини, а й види місцевої флори з різними характеристиками щодо декоративності квітання, аромовластивостей та ін. Бажано, щоб ці насадження мали естетично привабливий вигляд у різні пори року.

Ще одним із валеологічних аспектів зелених насаджень у містах є стратегія раціонального урбанізованого середовища, що полягає у створенні «природних холодильників» у містах та зменшення «теплових машин». Як відомо саме рослини беруть активну участь у регуляції температурного та водного режиму повітря і ґрунту, акумуляції вуглекислого газу.

ФОРМУВАННЯ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ В ОСНОВНІЙ ШКОЛІ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ

*І.А. Бізун, С.Г. Кобернік
Київ, Україна*

В умовах швидкої глобалізації потреба сучасного суспільства характеризується вимогою до випускників шкіл безперервно працювати над собою, вміти постійно вдосконалюватися, самостійно вирішувати поставлені проблеми, а це можливо лише за умови формування в учнів бажання самоосвіти під час навчальної діяльності.

Ключове правило освіти – навчити вчитися. Основне завдання на сьогодні полягає у формуванні особистості учня, який здатний до самостійного пізнання, у створенні умов для пізнавальної потреби у школяра; готового до самоосвіти в подальшому житті, формувати у нього навички критичного мислення. Розвиток такої особистості вимагає нових підходів до навчання. Одним із важливих аспектів критичного мислення є його відповідність вимогам демократизації освіти та глобалізації суспільства. Воно є дієвим способом виховання демократичного менталітету учнів, як громадян.

Проблема формування критичного мислення стає актуальною в останні 15-20 років. Основними дослідниками цієї проблеми є Д. Халперн, Ч. Темпл, Д. Кластер. В Україні вперше проблема розвитку критичного мислення була піднята харківським дослідником О. Тягло.

На думку Девіда Кластера визначення критичного мислення складається з 5 пунктів: критичне мислення є мисленням самостійним; складається з переконливих тверджень, доказів; відправним пунктом критично мислення є інформація; критичне мислення починається з постановки запитань і з'ясування проблеми, яку потрібно розв'язати; соціальне мислення [1, 38].

Останнім часом, у період активної глобалізації, світ стає більш зв'язаним і залежним від усіх його суб'єктів. Часто це може призводити до формування колективної думки, яка нездатна формулювати власну думку і виділяти головне з другорядного. Тому, коли розум людини спрямовується на дослідження міркувань з метою виявлення і усунення можливих помилок опонента або власних можна сказати про початок формування критичного мислення. У процесі соціального впливу поведінка однієї людини або групи людей має на меті внесення змін у те, як інша людина або група поводить себе, почуває себе та думає про щось. Критичне мислення означає не негативність суджень або критику, а