

ЛІТЕРАТУРА

1. Анохін Є. Д. Організація фізичної підготовки у військовій частині та у підрозділі. Навчальний посібник. – Львів: ПВІ, 2001. -163
2. Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури та спорту в Україні. Матеріали І республ. конф. -Луцьк: Надстир'я, 1994 - 515 с.
3. Миронов В. В, Несторов А. А., Сидоров А. А Кафедра физической подготовки и спорта военно-учебного заведения. – Москва: Воениздат, 1987. -160 с
4. Настанова з фізичної підготовки і спорту Збройних Сил України 1997 року. (НФП -97 р.)
5. Службова діяльність начальника фізичної підготовки і спорту військової частини: навчально-методичний посібник/ Укладачі: Анохін Є. Д., Єрьомін С. А., Мальцев О. О.- Львів: ПВІ, 2003.-С.12-34

Л.Я. ЧЕХОВСЬКА, Т.Й. ДРЕБОТ ТРУСКАВЕЦЬ – ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ ЦЕНТР ІНДУСТРІЇ ЗДОРОВ'Я

У роботі доведено унікальність бальнеологічного курорту широкого лікувального профілю – Трускавця. Коротко подано його історію та особливості відкриття першої водолікарні. Проінформовано про діяльність відомого професора В.І.Козявкіна.

В работе доведена уникальность бальнеологического курорта широкого лечебного профиля – Трускавця. Коротко зафиксирована его история и особенности открытия первой водолечебницы. Проинформировано о деятельности известного профессора В.И.Козявкина.

In work an uniqueness is led to of balneological resort of wide medical type – Truskavtsya. Shortly his history is given and features of opening of the first hydropathical. It is informed about activity of the known professor V.I.Cozyavcina.

Україна багата на природні лікувальні ресурси, про що свідчить аналіз ресурсів, зокрема, у Карпатському та Кримському регіонах. На території України історично сформувалася велика кількість курортів. Існує 45 курортів загальнодержавного та міжнародного, а також 13 курортів місцевого значення. У країні є понад 400 санаторіїв, що можуть прийняти на лікування понад 600 тис. відпочиваючих. Найбільшою популярністю у населення користуються райони Південного узбережжя Чорного й Азовського морів та Карпати.

Трускавець - самобутній і надзвичайно привабливий бальнеологічний курорт України. Він розкинувся у мальовничій долині з півночі від передгір'я Східних Карпат на висоті 450 м над рівнем моря. Курорт знаходиться на відстані 100 км на південь від Львова та за 90 км від західного кордону. Залізниця зв'язує його з найбільшими містами України, країн СНД та Прибалтики

На території Трускавця зосереджені великі запаси підземних мінеральних вод з 14-ма природними джерелами та поклади "гірського воску" - озокериту.

Популярність курорту велика. Щороку на лікування і відпочинок приїздить близько 200 тисяч чоловік з усієї України та з-за кордону.



Археологічні знахідки, зокрема, римський бойовий чекан, який датується IV століттям нашої ери, свідчать про те, що територія Трускавця могла бути ареною бойових дій готів разом з прикарпатськими племенами на чолі з карпами - з одного боку, і легіонами Римської імперії - з іншого.

Перша письмова згадка про Трускавець відноситься до 1469 року. Одна із історичних згадок про Трускавець – це договір – продаж братам Гнату та Андрію в 1471 році прав на вічну оренду міста Трускавець.

Назва міста "Трускавець" до цього часу викликає суперечки істориків. Одні вважають, що "Трускавець" - це видозмінена форма польського слова truskawka - полуниця. Але полуниця з'явилася в Європі після 1712 року і була привезена з Чілі французьким офіцером Фрез'є. Інші вчені вважають, що на назву міста вплинула литовська мова. Политовськи druska - це сіль, а Прикарпаття - відомий центр солеваріння. З цим промислом пов'язані назви багатьох населених пунктів Львівщини, наприклад: Стара Сіль, Ясениця Сільна, Солець,

Солонсько. На користь цього варіанту свідчать тісні міждержавні стосунки Галицько-Волинського князівства і Великого Князівства Литовського у XII-XV ст.

Хоча лікувальні властивості трускавецьких вод були відомі давно, вперше їх описав королівський лікар Войцех Очко в 1578 році. Габріель Жончинський у своєму підручнику "Гісторія натуральна", який було видано у 1721 році, вказав, що в Трускавці, як і в інших селах Дрогобиччини добували нафту, а воду, яка її супроводжує, селяни пили для лікування багатьох хворіб. Перші ж серйозні роботи провели німецькі вчені Н.Фіхтель та Б.Хаке. Станіслав Сташці у 1805 році, писав, що крім солі тут добувають озокерит і нафту, з якої шляхом перегонки отримують гас.

У 1820 р. було відкрито джерело сіркової води. Перша водолікарня (всього на 8 кабін) збудована у 1827 році. Відтоді Трускавець офіційно вважається курортом. У 1833 році у Трускавці відкрито соляно-гірське джерело "Марія", у 1842 році – соляно-сульфатне джерело "Софія". Перші аналізи мінеральних вод джерел "Марія", "Нафтуса" були зроблені у 1835 році львівським аптекарем і хіміком Теодором Торосевичем. Популярності курорту й залученню хворих сприяла дисертація австрійського лікаря Унгера "Про лікувальну дію мінеральних вод курорту Трускавець" (1842р.). Першим курортним лікарем з 1849 по 1888 роки був Гурек, а лікарями-дослідниками – Антон Машшек, Унтер, Кох.

У 1858 році відкрито нові сіркові джерела "Емануїл" та "Анна", а у 1861 році – побудовано грязелікарню, де лікування проводиться торф'яною гряззю, яка готується на мінеральній воді.

З 1892 року Трускавцем володіють пани Сапега та Жолтовський.

За часів Австро-Угорської імперії зростає значення Трускавця. У 1892 році тут побудовано приміщення для інгаляцій системи Вашмута. І цим Трускавець одразу піднявся на рівень таких оздоровниць європейського значення як Ріхенгаль та Вісбаден. Будуються готелі, вілли, пансіонати. В 1900 році було відкрито пам'ятник Адаму Міцкевичу. Розростається інфраструктура, будується нова водолікарня, прокладається об'їзна дорога.

Окремо варто виділити діяльність Раймонда Яроша. Новий господар одразу починає яскраву європеїзацію курорту. Найперше, він електрифікує Трускавець. Тепер, за допомогою електричної енергії освітлювалися не тільки курортні приміщення і приватні вілли, але також вулиці та територія парку. Ще у 1909 році було побудовано залізницю з невеличкою станцією, а вже у 1912 споруджується новий вокзал. Трускавець був безпосередньо пов'язаний залізничним сполученням як зі Львовом так і з Віднем, Краковом, Познанню, Прагою, Варшавою, Берліном.

У 1913 році за великі успіхи в розвитку лікувальної бази курорту Трускавець було нагороджено Великою золотою медаллю. А темпи змін були насправді вражаючими. Той, хто пропустив декілька сезонів, по приїзді до Трускавця вже його не впізнавав. На Помірках за усіма європейськими стандартами було облаштоване купальне озеро, побудовані корти, спортивні майданчики. Берега озера були всипані золотистим морським піском. 17 серпня 1929 року освячено і відкрито музей природничих наук. На нещастя, з його багатющої колекції майже нічого не залишилося - після приходу радянських військ у 1939 році його експонати були частково передані до Дрогобича, а частково просто розкрадені. Одну з колекцій завантажили до контейнера і просто кудись вивезли.

А про розвиток курорту свідчать цифри. Якщо у 1923 році тут було 6080 відпочиваючих, то вже у 1927 році їх кількість зросла до 12633 осіб. У 1931 році курорт відвідало 14659 чоловік, а в сезон 1933 року - 17000 осіб.

Все це, відповідно, вимагало нового будівництва. Одним з шедеврів Трускавця стала вілла "Гопляна", побудована у 1928 році. Вона виконана у польському народному, так званому "закопанському" стилі, який на той час був дуже популярним у Польщі. Цей стиль базується на традиційному дерев'яному будівництві карпатських горян. У цьому стилі виконана не лише величезна кількість шедеврів дерев'яної архітектури в Закопаному (польський гірськолижний курорт у Бескидах), але і декілька кам'яниць у Варшаві.

У 30-их роках минулого століття у цій величній споруді Яроші приймали посла США у Польщі, президента Туреччини, президента Естонії Костянтина Пеца і багатьох інших почесних гостей. Зараз тут знаходиться музей Народного художника України Михайла Біласа.

Раймонд Ярош помер у 1936 році. Після його смерті до вересня 1939 року курортом керував його син Роман.

Після вересня 1939 року вілли, пансіонати, водолікарні, ресторани були націоналізовані радянською владою і на їх основі функціонувало вісім санаторіїв. Під час німецької окупації Трускавець перетворився у військовий госпіталь. А після нового приходу радянських військ

(06.08.1944р.) німецький госпіталь перетворився на радянський. Після закінчення війни один з найвідоміших у Європі курортів перетворився в колгосп ім.Тараса Шевченка.

І лише у 1950 р. Трускавець отримує статус міста, а в 1952р. - статус всесоюзної оздоровниці. Відбувається розвиток курорту. Так у 1950 р. приїхало 54 000 відпочиваючих, в 1965р. - 150 000 осіб. А через 10 років їх було вже 200 тисяч чоловік. У період 1985-1990 рр. до Трускавця щороку приїжджає більше 350 тисяч осіб.

Сьогодні Трускавець – це бальнеологічний курорт широкого лікувального профілю. Води хлоридно-сульфатно-магнієвого складу застосовуються для лікування хронічних захворювань шлунково-кишкового тракту; хлоридно-сульфатно-натрієва вода – для полоскання горла та інгаляцій. Вода джерела 4 являє собою розчин високої концентрації, з якого виготовляють сіль “Барбара” для лікування органів травлення. Джерела №№5-10 – сірководневі й застосовуються для ванн і душів. Найбільш відомою є унікальна вода “Нафтуся”, яка має специфічний присмак і запах нафти. У ній виявлено органічні речовини типу фенолів, визначено її слабку радіоактивність (0,125-0,224 кюрі/л). “Нафтуся” застосовується для лікування нирок, печінки, сечогінних шляхів. Окрім мінеральних вод, на курорті Трускавець застосовується теплове лікування озокеритом. Бориславське родовище озокериту найбільше в Україні. Ефективність застосування озокериту в порівнянні з лікувальними грязями пояснюється тим, що під час термічної обробки озокерит не губить лікувальні властивості і його можна застосовувати для повторного лікування (до 16 разів).

Комплекс лікувальних факторів Трускавецького курорту містить внутрішнє і зовнішнє використання мінеральних вод, теплове лікування (в основному озокеритною терапією), кліматолікування, дієтичне харчування, фізіотерапію, лікувальну фізкультуру, санаторно-курортний режим, який передбачає аеро- і геліотерапію, купання в ближньому озері на Помярках, теренкури, тривалі дозовані прогулянки в гори. Позитивно впливає на нервово-психічну сферу красивий ландшафт, чудова рослинність, аромат квітів, голубе небо й тепле повітря.

24 серпня 1991р. Україна проголошена незалежною демократичною державою. Курорт Трускавець приймає ринкову модель економічного розвитку.

3 січня 2000 року вступив в дію закон України «Про соціально-економічну зону туристично-рекреаційного типу «Курортполіс Трускавець».

Трускавецький курорт взаємодіє з багатьма установами, вищими навчальними закладами та НДІ. Саме тому тут функціонують: кафедра реабілітації Львівського національного медичного університету ім.Д.Галицького; бальнеологічна лабораторія Інституту фізіології ім.О.Богомольця НАНУ; база для біологічного факультету Дрогобицького педагогічного університету; Трускавецький валеологічний інноваційний центр; міжнародний центр «Еліта» для дітей хворих на ДЦП.

На курорті працюють близько 2500 лікарів та медсестер, 54 кандидати та доктори наук.

Сьогодні додатково слід наголосити на діяльності професора В.І.Козьявкіна та його наукової команди. Ще у 1989 році наукова комісія Всесоюзного науково-методичного центру відновного лікування дітей, хворих на ДЦП, визнала метод В.І.Козьявкіна як новий напрям у реабілітації пацієнтів. У 2001-2003рр. були побудовані 2 клініки, створено Інститут проблем медичної реабілітації, який став філіалом кафедри медичної реабілітації, фізіотерапії та курортології Київської медичної академії післядипломної освіти. З 1999 року на цій базі в Трускавці розпочалися курси для лікарів за темою «Нові технології в медичній реабілітації». У 2003 році відкрита Міжнародна клініка відновного лікування, генеральним директором якої є Козьявкін В.І. – доктор медичних наук, професор, заслужений діяч науки і техніки України, Герой України. Клініка є сучасним лікувальним реабілітаційним закладом. З 1990 по 2006 роки понад 17000 хворих з різних країн світу відвідали Трускавець і отримали відновне лікування. У цій клініці реалізовується система інтенсивної нейрофізіологічної реабілітації (СІНР) хворих різними формами ДЦП, а також неврологічних, ортопедичних і соматичних захворювань.

Аналіз застосування цієї системи більш, ніж у 10000 хворих показав покращення стану здоров'я у 91% пацієнтів.

Таким чином, Трускавець перетворився на один з найбільших європейських центрів індустрії здоров'я. Курорт може щорічно приймати до 400 тисяч. осіб.

ЛІТЕРАТУРА

1. Петровський Б., Стеценко Г. Ваш курорт Трускавець.- Трускавецький інноваційний центр – Львів: Центр Європи, 2004.-34с.
2. Федосов Е. Б. Курортная система Украины // Вестник физиотерапии и курортологии: Ежеквартальный научно-медицинский журнал.- Т.4.- Евпатория: Визен, 1998. - С.63-65.

3. Козьякин В.И. Система интенсивной нейрофизиологической реабилитации. Новая методика лечения больных с поражениями нервной системы. I изд. Львов-Трускавець, 1990. – 48 с.

4. Козьякин В.И., Шестопалова Л.Ф., Подкорышов В.С. Детские церебральные параличи. Медико – психологические проблемы. Львів: Українські технології, 1999. – 143 с.

5. Козьякин В.И., Бабадагли М.А., Ткаченко С.К., Качмар О.А. Детские церебральные параличи: Основы клинической реабилитационной диагностики, Львів, 1999. – 312 с.

С.Є. ЯВЕЦЬКИЙ, О.М. ЛЕСЬКО

ПРОБЛЕМА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ДО ФОРМУВАННЯ У ДІТЕЙ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Дане дослідження присвячена вивченню проблем підготовки майбутніх педагогів до формування у дітей дошкільного віку навичок здорового способу життя.

Данное исследование посвящено изучению проблем подготовки будущих педагогов до формирования у детей навыков здорового способа жизни.

This article is devoted to studying problem to prepare the future teache for create to skill health education to young children.

Актуальність. На початку ХХІ сторіччя проблема здоров'я людей, а тим більше дітей постає як одна з найбільш гострих у планетарному масштабі. Її вирішення пов'язують з виживанням людської цивілізації, яка поступово руйнується під впливом наслідків науково-технічного прогресу. Зважаючи на це, прийнято ряд міжнародних (ЮНЕСКО, ВООЗ) та державних документів, які наголошують на гостроті проблеми здоров'я людини і потреби їх розв'язання силами науковців і практиків. Головна увага акцентується на тому, що здоров'я треба не стільки повертати, скільки змалку виховувати у кожної людини усталені звички і потребу здорового способу життя. За даними Міністерства охорони здоров'я України, більше 50% школярів уже мають функціональні відхилення в діяльності різних систем організму; лише 7-10% немовлят народжуються здоровими; різні порушення статури виявлено у 60% дітей шкільного віку, відхилення від норми у серцево-судинній системі - у 30-40%, неврози - у 30%. Результати багатьох і різних досліджень засвідчили наступне, що 36% учнів загальноосвітніх шкіл України мають низький рівень фізичного здоров'я, 34% - нижче за середній, 23% - середній, лише 7% - вище за середній і тільки 1% - високий. Враховуючи вищезазначене тема дослідження є актуальною.

Мета дослідження – аналіз літературних джерел з питання проблем підготовки майбутніх педагогів до формування у дітей навичок здорового способу життя.

Методи та організація досліджень: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, робота в бібліотеках м. Львова.

Результати досліджень та їх обговорення. Світовий досвід засвідчує, що підготовка до здорового способу життя у людини може відбуватися двома шляхами. Перший шлях, найбільш типовий, проходить стихійно та не усвідомлено, через віддзеркалення певних форм, норм поведінки і життєдіяльності, які панують у соціальному оточенні і є цінними для особи. За даними соціологів та соціальних педагогів, результативність цього шляху відтворюється переважно у тих навичках життя, які сьогодні визначаються як шкідливі. Як вказують науковці, це поширене зловживання алкоголю, тютюну, наркотиків, знижена рухова активність, нераціональне харчування, прояви агресивності, тривожності, конфліктності у вирішенні власних проблем і налагодженні відносин з оточуючими [7, 15, 16].

Другий шлях - цілеспрямований і усвідомлений, через створення власної системи життєдіяльності, основу якої складає поважне ставлення до свого здоров'я. Сьогодні ряд дослідників його пов'язує з валеологічною освітою та валеологічним вихованням [1, 5, 6].

На думку багатьох авторів, валеологія як навчальний предмет покликана готувати дітей до життя, виховувати необхідність піклуватися про своє власне здоров'я, здоров'я інших та здоров'я майбутнього покоління [10, 13, 14]. Найголовніше завдання валеологічного виховання полягає у прилученні підростаючого покоління до культурних цінностей науки, мистецтва, моралі, релігії, що присвячені здоров'ю і розвитку особистості. Адже виховання зрештою "є не що інше, як культура індивіда" [3]. Володіючи валеологічними знаннями і навичками, особистість може підвищувати свій культурний цивілізований рівень, оскільки тільки культура, за визначенням багатьох учених, ідеально об'єднує в собі фізичне і духовне начало [4, 8, 11].