

Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь  
Установа адукацыі «Віцебскі дзяржаўны  
ўніверсітэт імя П.М. Машэрава»

**Г.П. Арлова, А.Л. Міхайлава**

**ВАЛЕАЛОГІЯ:  
ЭТНАПЕДАГАГІЧНЫ АСПЕКТ**

*Канспект лекцый*

*Віцебск  
УА “ВДУ імя П.М. Машэрава”  
2012*

УДК 37.013 (075.8)  
ББК 74.03 (4Беи) я73  
А82

Адобрана саветам па навукова-даследчай і творчай рабоце УА “Віцебскі дзяржаўны ўніверсітэт імя П.М. Машэрава”. Пратакол № 7 ад 22.12.2011 г.

Авторы: загадчык кафедры сацыяльна-педагагічнай работы, доктар педагагічных навук, прафесар **Г.П. Арлова**; кандыдат педагагічных навук, дацэнт кафедры сацыяльна-педагагічнай работы УА “ВДУ імя П.М. Машэрава” **А.Л. Міхайлава**

Рэцэнзенты:  
доктар педагагічных навук, прафесар *Л.Д. Глазырына*; доктар педагагічных навук, дэкан факультэта перападрыхтоўкі кадраў па педагагіцы і псіхалогіі УА “ВДМУ” *З.С. Кунцэвіч*

**Арлова, Г.П., Міхайлава, А.Л.**

**А82**

Валеалогія : этнапедагагічны аспект : канспект лекцый / Г.П. Арлова, А.Л. Міхайлава. – Віцебск : УА “ВДУ імя П.М. Машэрава”, 2012. – 50 с.

Вучэбна-метадычны дапаможнік змяшчае вынікі навуковага даследвання праблемы фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагагіцы.

Дадзенае выданне прыначана ў якасці вучэбна-метадычнага забяспечання спецкурса “Валеалогія: этнапедагагічны аспект”.

Адрасавана студэнтам, магістрантам, аспірантам, выкладчыкам, а таксама тым, хто цікавіцца адраджэннем валеалагічных традыцый беларускай народнай педагагікі.

УДК 37.013 (075.8)  
ББК 74.03 (4Беи) я73

© Арлова Г.П., Міхайлава А.Л., 2012  
© УА «ВДУ імя П.М. Машэрава», 2012

## ЗМЕСТ

ПРАДМОВА .....	4
ЛЕКЦЫЯ 1. Асноўныя паняцці і катэгорыі валеалогіі з педагогічнага і этнапедагогічнага пункту гледжання .....	
ЛЕКЦЫЯ 2. Валеалагічныя ідэі ў вусна-паэтычнай творчасці беларусаў .....	
ЛЕКЦЫЯ 3. Народна-педагогічныя сродкі і метады фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы .....	
ЛЕКЦЫЯ 4. Антагенез фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы.....	
ЛІТАРАТУРА .....	

## ПРАДМОВА

Значнасць вывучэння курса “Валеалогія: этнапедагагічны аспект” дыктуецца шэрагам абставін, што склаліся ў сучасным грамадстве і сучаснай сістэме нацыянальнага выхавання: праблема ўзаемасувязі працэсаў фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы надзвычай актуалізавалася ў сучасны перыяд развіцця інфармацыйнага грамадства (наступствы аварыі на Чарнобыльскай АЭС, экалагічныя і тэхнагенныя катастрофы Сусвету, а таксама ўздзеянне чужароднай для нацыянальнай сістэмы выхавання субкультуры значным чынам пагоршылі маральнае і фізічнае здароўе нацыі); праблема фарміравання здароўя асобы даўно ўжо выйшла за межы толькі медыцынскай адказнасці і ў большай ступені залежыць ад самога чалавека; мэтанакіраванае фарміраванне маральна і фізічна здаровай беларускай моладзі патрабуе гісторыка-педагагічнага абгрунтавання яе стратэгіі. Гістарычныя традыцыі беларускага народа ў сферы фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы, што складаюць аснову народнай педагогікі, павінны арганічна ўваходзіць у сучасныя ўяўленні аб чалавеку як гаспадару і творцу ўласнага здароўя. Ва ўсе часы народная педагогіка мела на мэце выхаванне здаровага, моцнага, працавітага чалавека і назапасіла шматвяковыя станоўчыя вопыты па фарміраванні маральна і фізічна здаровай асобы праз сістэму народна-педагагічных сродкаў і метадаў, праз традыцыі сямейнага і грамадскага выхавання, што склаліся ў працэсе гістарычнага жыцця. Выхаваўчы патэнцыял беларускай народнай педагогікі можа быць накіраваны на ўзбагачэнне сямейнага і грамадскага выхавання, што ў выніку дапаможа фарміраванню маральна і фізічна здаровай асобы, здольнай жыць у суладдзі з нацыянальна-культурным асяродкам.

Усё вышэйзгаданае прадвызначыла выбар тэмы даследавання, што затым з’явілася падставай для распрацоўкі і апрацацы спецкурса для студэнтаў ВНУ – “Валеалогія: этнапедагагічны аспект”.

Варта адзначыць, што падставай для з’яўлення дадзенага вучэбнага дапаможніка паслужыла вывучэнне працэсу фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы канца XIX – пачатку XX стагоддзя. Гэта, у сваю чаргу, выклікала неабходнасць на аснове вывучэння філасофскіх, валеалагічных, педагагічных, этнапедагагічных, этнаграфічных навуковых прац і артыкулаў, а таксама прац па беларускай народнай педагогіцы распрацаваць тэарэтыка-метадалагічныя асновы фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы.

## ЛЕКЦЫЯ 1. Асноўныя паняцці і катэгорыі валеалогіі з педагагічнага і этнапедагагічнага пункту гледжання

Асноўнай катэгорыяй валеалогіі (у дакладным перакладзе з лацінскай мовы “навукі аб здароўі”) з’яўляецца паняцце “здароўе”, якое мае каля ста азначэнняў. Сусветная арганізацыя аховы здароўя (СААЗ) дае наступную трактоўку тэрміна: здароўе – гэта стан поўнага фізічнага, псіхічнага і сацыяльнага дабрабыту, а не проста адсутнасць захворванняў ці фізічных дэфектаў.

І.І. Брэхман – заснавальнік валеалогіі як навукі – вызначае здароўе ў якасці здольнасці чалавека захоўваць устойлівасць, якая адпавядае ўзросту ва ўмовах рэзкіх змен колькасных і якасных параметраў традыцыйнага патоку сэнсорнай, вербальнай і структурнай інфармацыі.

На думку валеолагаў-тэарэтыкаў В.П. Казначэева, Р.І. Купчынава, Б.М. Чумакова, здароўе чалавека ёсць працэс захавання і развіцця яго псіхічных і фізіялагічных якасцей, аптымальнай працаздольнасці і сацыяльнай актыўнасці пры максімальнай працягласці жыцця. Вучоныя-валеолагі Ю.А. Андрэеў і Ю.Ф. Зmanoўскі вызначаюць здароўе ў якасці каштоўнасці, маючы на ўвазе, што паняцце “каштоўнасць” з’яўляецца адным з самых істотных паняццяў сучаснай грамадскай думкі, выкарыстоўваецца для абазначэння аб’ектаў і з’яў, якія змяшчаюць у сабе грамадскія ідэалы і выступаюць у якасці своеасаблівых эталонаў.

Таму, улічваючы вышэйзгаданыя трактоўкі, а таксама азначэнні Сусветнай арганізацыі аховы здароўя, М.М. Амосава, І.І. Брэхмана, В.П. Казначэева, Р.І. Купчынава, паняцце “здароўе” адлюстроўвае якасць прыстасавання арганізма да ўмоў знешняга асяроддзя; сам стан здароўя фарміруецца ў выніку ўзаемадзеяння знешніх (прыродных і сацыяльных) і ўнутраных (спадчыннасць, пол, узрост) фактараў. Відавочна, што змест паняцця “здароўе” выходзіць далёка за межы медыцынскай адказнасці, бо датычыцца непасрэдна індывіда і грамадства як сацыяльнай адзінкі. Таму некаторыя валеолагі (А.М. Амосаў, І.І. Брэхман, Р.І. Купчынаў, С.В. Папоў) вылучаюць у навуцы некалькі кампанентаў (відаў) здароўя, сярод якіх:

фізічнае здароўе – узровень росту і развіцця органаў і сістэм арганізма, аснову якога складаюць марфалагічныя і функцыянальныя рэзервы, якія забяспечваюць адаптацыйныя рэакцыі;

маральнае здароўе – комплекс характарыстык матывацыйнай сферы жыццядзейнасці, – аснову якога вызначае сістэма каштоўнасцей, устаноў і матываў паводзін індывіда ў грамадстве. Маральным здароўем, звязаным з агульначалавечымі ісцінамі дабра, любові і прыгажосці, апасродкавана духоўнасць чалавека.

Азначэнні дадзеных відаў здароўя поўнасцю адлюстроўваюць шляхі развіцця здароўя наогул. Згодна з азначэннямі, С.В. Папоў справядліва вылучае прыметы агульнага здароўя асобы: спецыфічная (іmunная) і неспецыфічная ўстойлівасць да дзеяння шкодных фактараў; паказчыкі росту і развіцця; функцыянальны стан і рэзервовыя магчымасці

арганізма; наяўнасць і ўзровень якога-небудзь захворвання ці дэфекта развіцця; узровень маральна-валявых і каштоўнасна-матывацыйных устаноў.

Згодна з даследаваннямі вядучых валеолагаў С.В. Папова, Б.М. Чумакова, лад жыцця – гэта біясацыяльная катэгорыя, якая інтэгрыруе ўяўленні пра пэўны тып жыццядзейнасці чалавека і характэрызуецца яго працоўнай дзейнасцю, бытам, формай задавальнення матэрыяльных і духоўных запатрабаванняў, правіламі індыўідуальных і грамадскіх паводзін.

Шэраг сучасных педагогаў, абапіраючыся на даследаванні валеолагаў, плённа працуюць над праблемай узаемасувязі фізічнага і маральнага здароўя чалавека. Сярод іх Г.У. Мельнікаў, які разглядае хваробу чалавека (паталагізацыю) як сродак дэградацыі не толькі арганізма чалавека, але і яго асобы, што дэфармуе яго асобныя якасці: патрэбнасць і здольнасці да працоўнай, сацыяльнай і духоўнай актыўнасці, творчае самавыхаванне, гарманічны характар перажыванняў, мыслення, дзейнасці і зносін. Г.У. Мельнікаў лічыць неабходным абвергнуць аксіёму пра аднабакова біялагічны падыход да здароўя і хвароб чалавека і аддаць перавагу цэласнаму падыходу да чалавека як адзінства арганізма і асобы. Больш таго, ён справядліва зазначае, што ступень і ўзровень здароўя ці хваробы залежыць не толькі ад псіхафізіялагічнай супраціўляльнасці арганізма чалавека, але і ад супраціўляльнасці і аховы яго асобы, што звязана з каштоўнасці арыентацыямі. Таму, каб дасягнуць гармоніі паміж здароўем арганізма чалавека і яго асобы ці, іншымі словамі, здароўем фізічным і маральным, згодна з думкай педагога, неабходна раўнамерна і мэтанакіравана фарміраваць апошнія ў сваім паўсядзённым жыцці.

Беларускі педагог М.Б. Качаноўскі даследаваў сацыяльна-педагагічную сутнасць далучэння падрастаючага пакалення да здоровага ладу жыцця. У выніку ім былі вылучаны напрамкі валеапедагогікі, якая закранае пытанні зберажэння і прымнажэння здароўя вучняў у вучэбна-выхаваўчым працэсе: здорае развіццё асобы дзіцяці на аснове натуральных заканамернасцей, г. зн. максімальна магчымае духоўна-маральнае, разумовае, псіхічнае і фізічнае станаўленне ў адпаведнасці з яго індыўідуальнай сутнасцю і законамі прыроды.

Урач і педагог А.А. Дуброўскі ў сваёй працы “Адкрыты ліст урача настаўніку” таксама шукае аптымальны шлях падтрымання здароўя дзяцей з дапамогай не толькі лекаў, але і станоўчых эмоцый, радасці, якія, на яго думку, таксама аказваюць лекавае ўздзеянне. Нам бачыцца справядлівым зазначыць, што вучонаму ўдалося выявіць некаторыя стасункі паміж маральным і фізічным здароўем, вылучыўшы асноўныя прынцыпы лячэбнай педагогікі: прынцып гуманізму – абуджаць веру і надзею ў добрыя магчымасці, на выздараўленне і паспяховае навучанне; прынцып індыўідуальна-асобных адносін – дадзеныя адносіны дапускаюць бачыць у дзіцяці асобу з усімі яе індыўідуальнымі рысамі характару, волі, інтэлекту, шматлікімі нюансамі паводзін, адносін да вучобы, здароўя. А.А.

Дуброўскі падтрымлівае палажэнне Л.С. Выгоцкага пра тое, што нельга правесці пэўнай мяжы паміж лячэбнымі і выхаваўчымі мерапрыемствамі, выхаванне павінна ісці з лячэннем і складаць сферу лячэбнай педагогікі. У лячэбнай педагогіцы аздараўленне дзяцей дапаўняецца выхаваннем, а выхаванне раствараецца ў лячэнні псіхолога-педагагічнымі метадамі ўздзеяння.

Б.Ц. Ліхачоў выказвае думку пра ўзаемасувязь знешніх уздзеянняў і ўнутраных умоў пры фарміраванні асобы дзіцяці. Да знешніх уздзеянняў, на погляд педагога, неабходна адносіць усю сукупнасць грамадскіх і прыродных з’яў, з якімі дзіця ўступае ва ўзаемадзеянне. Пад унутранымі ўмовамі трэба разумець анатама-фізіялагічныя задаткі, асаблівасці вышэйшай нервовай дзейнасці, а таксама погляды і перакананні, маральна-этычныя ідэалы і адносіны, здольнасці, рысы характару, індывідуальныя асаблівасці, якія знаходзяцца ў працэсе станаўлення.

Т.А. Стэфаноўская ў сваёй працы “Педагогіка: навука і мастацтва” імкнецца спалучыць веды, заключаныя ў педагогіцы і валеалогіі з мэтай гарманізацыі чалавека і прыроды, тлумачыць здароўе як стан цялеснага, душэўнага і сацыяльнага дабрабыту. Таксама яна ўводзіць у педагагічную навуку тэрмін “педагагічная валеалогія”, пад якім разумее навуку аб фарміраванні, захаванні і прымнажэнні здароўя дзяцей праз навучанне і выхаванне.

Відавочна, што праблема захавання і падтрымання здароўя падростаючага пакалення і дарослых клопоціць вядучых валеолагаў, педагогаў, якія ў сваіх працах імкнуцца знайсці выйсце з цяжкай сітуацыі масавага пагаршэння і фізічнага, і маральнага здароўя падростаючага пакалення. Іх пошукі прыводзяць да таго, што гэтыя віды здароўя цесна ўзаемазвязаны, таму выйсце патрэбна шукаць не ў прымяненні лекавых сродкаў, а ў ладзе жыцця, які вядзе кожная сям’я, кожны чалавек, і ў тых маральна-этычных каштоўнасцях, якіх прытрымліваецца і якія спасцігае кожны.

Неабходна канстатаваць той факт, што праблема ўзаемасувязі маральнага і фізічнага выхавання займала думкі выдатных асветнікаў, вучоных і педагогаў з даўніх часоў. Ідэі пра ўзаемасувязь фізічнага і маральнага выхавання былі закладзены на Беларусі яшчэ падчас Рэнэсансу вядомымі асветнікамі Францыскам Скарынай, які быў перакананы ў тым, што патрабаванне высокай духоўнасці з’яўляецца вызначальным фактарам у фарміраванні чалавечай асобы, і Міколам Гусоўскім, які вельмі трапна выразіў гэту думку: “Дзяржава больш абапіраецца на мужнасць духу, чым на сілу цела...”.

Адзін з найбольш эрудыраваных беларускіх педагогаў філасофскага напрамку эпохі Асветы Аніёл Доўгірд у рукапісе “Маральнай філасофіі” разглядаў выхаванне як складаны адзіны працэс разумовага, маральнага і фізічнага развіцця асобы. Мэтай правільнага выхавання, правільнай этыкі з’яўлялася, на думку аўтара, шчасце чалавека, а апошняе можа быць дасягнута толькі пры гарманічным развіцці асобы.

Выдатны польскі асветнік, рэктар Віленскага ўніверсітэта ў канцы XVIII – першай палове XIX стагоддзяў, Ян Снядзецкі разам з братам Енджэем раскрылі ў працы “Аб фізічным выхаванні дзяцей” (1805) цесную ўзаемасувязь паміж разумовым, маральным і фізічным выхаваннем, лічачы, што менавіта фізічнае выхаванне павінна стаць падмуркам усяго выхаваўчага працэсу. У сваіх рэкамендацыях па захаванні здароўя дзяцей і дарослых Снядзецкія абапіраліся таксама на вопыт народнай медыцыны беларусаў. Падкрэсліваючы значнасць здароўя дзяцей, Ян Снядзецкі лічыў, што маральныя якасці чалавека будуць развівацца толькі пры ўмове яго здароўя.

Польскі паэт і асветнік Францішак Карпінскі, які больш за 30 год пражыў у Беларусі, выказаў шмат каштоўных думак пра фізічнае выхаванне дзяцей, якое, на яго думку, павінна быць непарыўна звязана з жыццём, бытам чалавека, а тым самым і з маральным выхаваннем.

Вядомыя беларускія педагогі-этнографы другой паловы XIX – пачатку XX стагоддзяў: А.Я. Багдановіч, Цётка (А.С. Пашкевіч), Я. Колас, В. Ластоўскі – абапіраліся ў сваёй прафесійнай дзейнасці на народна-педагагічныя ідэі, узбагачаючы тым самым беларускую школу і педагагічную думку новымі метадычнымі распрацоўкамі і педагагічнымі знаходкамі. Вынікі іх навуковых пошукаў і даследаванняў народнай творчасці знайшлі сваё выяўленне ў фундаментальных зборах вусна-народных твораў, слоўніках беларускай мовы, якія і сёння дапамагаюць несці ў шырокія масы багацце і самабытнасць беларускай нацыянальнай культуры, выхаваўчыя народна-педагагічныя ідэі.

Шэраг сучасных педагогаў цікавіць праблема фізічнага і маральнага здароўя чалавека, грані іх узаемасувязі і ўзаемадзеяння. Пра гэта сведчаць працы вядомых беларускіх навукоўцаў у галіне народнай педагогікі. У сваіх працах сучасны даследчык беларускай народнай педагогікі – Г.П.Арлова – паказвае, што сістэма маральнага выхавання і маральны кодэкс беларускага народа, у аснове якіх ляжаць вера ў магчымасць маральнага ўдасканалення чалавека, патрабаванне павагі да чалавека і стварэнне ўмоў, неабходных для развіцця асобы, калектывізм, які ўласцівы беларусам, а таксама такія эфектыўны сродак і метады, як праца, дазваляюць выхаваць высокамаральную асобу, патрыёта сваёй Радзімы, чаго так не хапае сучаснай сістэме выхавання. Сістэма фізічнага выхавання беларусаў заклікана вырасціць здоровага, фізічна моцнага і цярдлівага чалавека, абаронцу Бацькаўшчыны, нездарма ж беларускі народ вызначаўся сваёй працавітасцю, талерантнасцю, любоўю да роднай зямлі.

На думку А.А. Грымаця, шматлікія народныя прыёмы і метады выхавання спрыяюць развіццю фізічнага здароўя дзіцяці, неабходна толькі ўключыць іх у сучасны выхаваўчы працэс. Маральнае ж выхаванне асобы ажыццяўляецца ў большай ступені за кошт пазнання правілаў этыкету, традыцый і звычаяў беларускага народа.

Пэўны погляд на эфектыўнасць выкарыстання народнай педагогікі беларусаў у практыцы сучаснага выхавання мае Л.В.Ракава, якая лічыць,

што неабходна ведаць народныя традыцыі ў выхаванні дзяцей, якія сёння мелі б велізарнае значэнне для практыкі выхавання дзяцей і моладзі, бо народная педагогіка дазваляла вырасціць фізічна загартаваных і духоўна багатых людзей, асноўнымі якасцямі якіх сталі шырока вядомая ў свеце працавітасць і добразычлівасць беларусаў.

У выніку вывучэння выхаваўчых традыцый беларускай народнай педагогікі былі вылучаны валеалагічна значныя ідэі:

- аб выхаванні здаровага пакалення на аснове гістарычнай пераемнасці;
- аб неабходнасці гарманізацыі жыццёвых сіл арганізма чалавека з акаляючай рэчаіснасцю (грамадствам, прыродай) і самім сабой;
- аб ролі працы як фактару фізічнага і маральнага ўдасканалення чалавека;
- аб каштоўнасці роднага слова для здароўя чалавека;
- аб народнай культуры фізічнага, псіхічнага і духоўнага здароўя людзей пры ўзвядзенні ў культ прыгажосці, маці і дзіцяці, любові, старасці і, адначасова, сталасці, цнатлівасці, сям’і;
- служэння грамадству, сям’і і нацыі, якая замацоўвае ўстаноўку на сацыяльную каштоўнасць жыцця і здароўя чалавека.

Такім чынам, погляды беларусаў на маральнае і фізічнае здароўе асобы традыцыйна ўтрымліваліся ў народным “кодэксе” – своеасаблівым зводзе правілаў і спосабаў паводзін чалавека, што адлюстраваны ў вуснай народнай творчасці, звычаях і традыцыях, шматлікіх выхаваўчых сродках. Беларускі народ вызначаў вынік педагагічнага ўздзеяння на асобу як своеасаблівую выхаваўчую мэту. Так, маральна здаровай лічылася высокамаральная, працалюбівая асоба, здольная жыць у суладдзі з людзьмі, што яе акружаюць, а таксама з навакольнай рэчаіснасцю; фізічна здаровай асобе была ўласціва фізічная моц, працалюбства, справядлівасць, смеласць, здольнасць абараніць сябе, сваю сям’ю, свой народ, сваю зямлю.

#### *Кантрольныя пытанні:*

1. Якімі крытэрыямі карыстаюцца вучоныя-валеолагі пры вызначэнні сутнасці паняцця “здароўе”?
2. Дайце працэсуальную характарыстыку асноўным відам здароўя.
3. Якія шляхі развіцця здароўя аб’ектыўна існуюць у навуцы і практыцы?
4. Параўнайце характарыстыкі здаровага і нездаровага ладу жыцця.
5. Якімі крытэрыямі карыстаюцца вучоныя-педагогі ў вызначэнні сутнасці паняццяў “здароўе”, “здаровы лад жыцця”?
6. Хто з беларускіх асветнікаў мінулага і якім чынам выказваў думкі аб узаемасувязі маральнага і фізічнага выхавання?
7. Якія валеалагічна значныя ідэі прысутнічаюць у традыцыйным народным вопыце беларусаў?

## ЛЕКЦЫЯ 2. Валеалагічныя ідэі ў вусна-паэтычнай творчасці беларусаў

Лад жыцця народа лепш за ўсё характарызуюць працоўная дзейнасць, традыцыі, звычаі, вусная народная творчасць. Таму ўся сукупнасць маральных патрабаванняў да чалавека, правілы і нормы паводзін, уяўленні аб ідэале здаровай асобы сканцэнтраваны ў розных відах вуснай народнай творчасці. У беларускага народа носьбітам вышэйзгаданых звестак з'яўляюцца: беларускі казачны эпас, народныя міфы і паданні, прыказкі і прымаўкі, народныя песенны фальклор, анекдоты і жарты.

**Беларускі казачны эпас** – гэта своеасаблівы выхаваўчы кодэкс народа, у якім пададзены вобраз дасканалага чалавека, раскрыты лепшыя чалавечыя якасці. Народны педагогічны геній занатаваў іх у казках розных жанраў у залежнасці ад узросту дзяцей. Таму ў абсалютнай сваёй большасці казкі пра жывёл зарыентаваны на дзяцей 6–8-мі гадоў; чарадзейныя – створаны ў асноўным для дзетак ад 6–8-мі да 12–14-цігадовага ўзросту; падлеткам і юнацтву з мэтай іх выхавання народ-педагог прысвечвае сацыяльна-бытавыя і авантурна-навелістычныя казкі, бо ў дадзеных жанрах казак па-рознаму праяўляецца дыдактычная накіраванасць.

Казкі пра жывёл, як сведчыць назва, змяшчаюць у сабе ў якасці галоўных персанажаў жывёл; побач з імі дзейнічаюць птушкі, расліны, а ў некаторых казках – і чалавек. Кожны вобраз дадзенага жанру казак атрымлівае індывідуальную распрацоўку, якая дазваляе дзіцяці ацаніць знешні выгляд, манеру паводзін жывёлы ў казцы, суаднесці з уласнымі ўяўленнямі і вызначыць свае адносіны да кожнага казачнага персанажа. Трэба адзначыць пастаянства характарыстык кожнага вобразу, што папярэджвае блытаніну ў адносінах да канкрэтнага персанажу. Народ-педагог стварыў казачныя вобразы жывёл такім чынам, каб праз іх паказаць адпаведныя рысы характару чалавека, якія выяўляюцца праз паводзіны і ўчынкі персанажаў з выхаваўчай мэтай – выкрыць заганныя рысы характару, паказаць іх нягоднасць і праславіць станоўчыя, падаўшы іх грамадскую каштоўнасць і асабістую значнасць.

Героі чарадзейных казак – асілкі – людзі мужныя і справядлівыя, незвычайнай сілы і здольнасцей, змагары супраць розных варожых народу сіл, увасобленых у вобразах шматгаловага змея – Паганага Цмока, Кашчэя і інш. Вобраз героя ўвасабляе ў сабе народныя ўяўленні пра справядлівасць, дабрыню, сапраўдную прыгажосць; у ім спалучаюцца ўсе лепшыя якасці чалавека, дзякуючы чаму вобраз героя становіцца выражэннем народнага ідэалу. Так, у вобразах герояў занатаваны высокія чалавечыя ідэалы – дабрыня, гуманізм, справядлівасць. Менавіта дадзеныя якасці з'яўляюцца асновай усіх станоўчых рыс характару чалавека.

Чарадзейная казка змяшчае ў сабе два асноўныя тыпы галоўных герояў: Івана Царэвіча і Івана-дурня, якія закліканы ўсебакова раскрыць агульнанародны ідэал: у кожным з названых тыпаў герояў падкрэсліваюцца тыя ці іншыя станоўчыя якасці. Так, у Івана Царэвіча выяўлены рашучасць, сме-

ласць, ініцыятыва, якія раскрываюцца праз розныя сітуацыі: вяртанне людзям святла, якое праглынуў Змей; вызваленне ад паганага Цмока маці і братоў; здабыча жывой вады або маладзільных яблыкаў, каб вярнуць бацьку зрок і здароўе; перамога над чужаземнымі захопнікамі, якія прыйшлі вайной на царства цесця. Іванька-прастачок кемлівы, добры і спагадлівы, бо толькі ён згодны тры ночы дзяжурыць на бацькавай магіле альбо зберагчы ўраджай, каб не было патравы, альбо аддаць усё, што мае, каб вызваліць жывёл з няволі. Для абодвух тыпаў герояў такім жа праяўленнем ідэальных якасцей становіцца выкананне абавязку, павага да старэйшых, прыслухоўванне да мудрых парад.

Сацыяльна-бытавыя казкі па свайму зместу надзвычай разнародныя. Яны ўключаюць у сябе казкі пра злодзеяў і махляроў, пра мудрае адгадванне загадак, пра перамогу кемлівага селяніна над чарцямі, папом, панам і г.д. Крытыка сацыяльнага ладу, зацвярджэнне правоў і маралі чалавека-працаўніка абумоўлівае асаблівасці іх зместу. Народ падае ў сацыяльна-бытавых казках вобраз працаўніка-земляроба альбо рамесніка, які ведае сваю справу і цэніць яе. Выхаваўчая мэта беларускага народа – далучыць падростаючае пакаленне і моладзь да ідэалу чалавека-працаўніка, паказаць не толькі яго фізічную моц, якая неабходна для працы на зямлі і самаабароны (“Мужык і цар”, “Пану навуча” і інш.), але і маральную прыгажосць: дабрыню, уменне спачуваць, гатоўнасць прыйсці на дапамогу, пачуццё справядлівасці, кемлівасць. Народ-педагог даводзіць да свядомасці падростаючага пакалення, што патрэбна жыць са сваёй працы, быць у згодзе з іншымі людзьмі, праяўляць узаемадапамогу і чэснасць, тады жыццё будзе шчаслівым. Паказваючы ў сацыяльна-бытавых казках вобразы паноў, папоў, народ асуджае іх адмоўныя рысы характару: невуцтва, прагнасць, дурасць, ляготу, – узвышаючы тым самым ідэал працаўніка.

Такім чынам, адной з асноўных педагагічных ідэй беларускага казачнага эпасу з’яўляецца данясенне да юнага чытача або слухача вобразу дасканалага ў маральных і фізічных адносінах чалавека, прычым рысы маральнага і фізічнага ідэалу чалавека-працаўніка ці змагара за Радзіму і інтарэсы народа не супрацьпастаўлены, а ўзаемаабумоўлены і ўзаемадапаўняюцца, што робіць чалавека дасканалым у маральных і фізічных адносінах.

**Беларускія народныя міфы і паданні**, якія прыйшлі да нас з далёкай мінуўшчыны і ўключаюць рэшткі паганскіх вераванняў усходніх славян, таксама далучаюць падростаючае пакаленне да маральнага і фізічнага ідэалу асобы. Шмат вякоў таму нашы продкі не маглі растлумачыць з’явы прыроды, розныя стыхіі, таму пачалі замацоўваць іх за дзеяннямі багоў, якіх неабходна было задобрыць і паднашэннем, і справай, каб папярэдзіць разгулы прыроднай стыхіі. Багі падзяляліся на станоўчых і адмоўных, і лічыліся такімі з-за асабістых якасцей. У той час як станоўчага бажства (да іх ліку можна аднесці Белуна, Дамавіка, Талаку, Сыценя, Дзявою і інш.) можна было не баяцца, трэба было толькі не ўводзіць яго ў гнеў, выконваючы ўсё, як трэба, з адмоўным (Вадзянік, Ваўкалак, Ліхаманка, Мара, Халера і іншыя) лепш было зусім “не мець справы”, бо іх рэакцыяй на сустрэчу з чалавекам была ці хвароба апошняга, ці страта маёмасці або яе

часткі, ці, наогул, смерць чалавека. Шэраг станоўчых багоў непасрэдна спрыялі *працавітасці і гаспадарлівасці* чалавека. Напрыклад, Бялун – галоўны бог, бацька неба – добры і творыць усім дабро, з’яўляецца своеасаблівым заступнікам жней, нават дапамагае іх рабоце; Дамавік – “чалавекападобная істота”, якая жыве побач з чалавекам і, такім чынам, уважліва сочыць, каб ён добра вёў гаспадарку, каб усе рэчы былі на сваім месцы, каб у хаце былі спакой і згода, у адваротным выпадку ён перашкаджае свайму гаспадару, знарок знішчаючы гаспадарку; Сыцень – бог восені – клапаціцца пра парадак на палях і ў агародах, калі гаспадар – ашчадны чалавек (збірае ўвесь вырашчаны ўраджай, пакідаючы агарод ці поле чыстым), бажаство даруе яму на будучы год добры ўраджай.

Вера ў некаторых адмоўных паганскіх багоў, а таксама страх перад іх дзеяннямі ў час гневу “прымушалі” людзей жыць па-хрысціянску: у *дабрыні і сумленнасці*. Напрыклад, калі чалавек быў пры жыцці помслівым, жорсткім, зайздрослівым, ён становіўся Вупыром – пачварай, якая праследуе сваіх “крыўдзіцеляў” і смоча ў іх кроў. Мара ці Марна падчас сну чалавека нападае на яго і душыць, але праследуе яна не ўсіх людзей, а толькі тых, хто ўчыніў якое-небудзь злачынства або жыве не-сумленна. Ёсць і станоўчая істота, якая прымушае чалавека быць добрым і з павагай адносіцца да іншых людзей, – гэта Дабрахочы (“імя” бога складаецца са слоў “дабро” і “хацець”). Гэтая істота карае людзей залішне гордых, непачцівых, насылаючы на іх хваробы, якія часам прыводзяць за сабой смерць.

Міфы беларусаў сведчаць аб значнасці фізічнага здароўя для народа, якое непасрэдна залежыць ад чыстай, якасна прыгатаванай стравы (трэба сказаць, што, на жаль, наш народ аб гэтым не вельмі клапаціўся), у адваротным выпадку непазбежны “прыход” у дадзеную сям’ю Ліхаманкі альбо Халеры.

Такім чынам, беларускія народныя міфы і легенды не толькі распавядаюць аб значнасці ідэальных рыс характару: працавітасці і ашчаднасці, дабрыні і павагі да людзей, сумленнасці, – але і прымушаюць чалавека ў жыцці кіравацца імі, інакш яго чакае кара.

Усе пытанні, звязаныя з жыццядзейнасцю чалавека, яго фізічным развіццём і выхаваннем мелі выключнае значэнне для беларускага народа, таму ён імкнуўся непасрэдна ўключыць іх у свой педагагічны арсенал, якім з’яўляюцца *прыказкі і прымаўкі* – жывы голас народа, што выражае калектыўную думку, народную ацэнку жыцця. Асноўная іх уласцівасць – мудрасць, дасціпнасць, трапнасць, актуальнасць у выяўленні канчатковых задач выхавання і самавыхавання, яны б’юць “*не ў брыво, а ў вока*”, іншымі словамі, прымушаюць чалавека задумацца над сваімі ўчынкамі.

Маральнае і фізічнае сталенне асобы вызначаецца перш за ўсё праз адносіны да працы: “*Дзе быць, там трэба рабіць*”, “*Добра працуеш – павагу маеш*”, “*Дзе рукі і ахвота, там вялікая работа*”, “*Дзе справа, там і слава*”, “*Душу і сэрца ў работу ўкладзі, кожнай секундай у працы даражы*”. Фізічнае здароўе і дабрабыт чалавека непасрэдна звязаны з

працай: “Для здаровага чалавека праца лепшы доктар”, “Праца здароўя не адбірае”, “Не на адну хваробу праца лепшы доктар”, “Без працы не будзеш есці калачы”, “Вясенні дзень год корміць”. На думку народа-педагога, праца з’яўляецца асновай для станаўлення галоўных рыс характару дасканалага чалавека: “Працаваць не любіш, чалавекам не будзеш”.

Патрыятызм – таксама адна з абавязковых маральных якасцей народа. Станоўчыя адносіны да Радзімы закладваюцца яшчэ ў дзяцінстве, а фарміруюцца і шліфуюцца на працягу ўсяго жыцця чалавека: “Дораг той куток, дзе рэзали пупок”, “Няма смачнейшай вадзіцы, як з роднай крыніцы”, “У сваім краі, як у раі”, “Дайду да свайго роду, хоць праз воду”. Таму чалавек у небяспечны для Радзімы час імкнецца прыкласці ўсе свае сілы і намаганні, каб абараніць родную старонку. Пачуццё радзімы – адно з самых моцных – уласціва ўсім.

Маральна здароваму чалавеку ўласцівы гуманізм, які стаў усеабдымным прынцыпам. У штодзённых узаемаадносінах людзей гэты прынцып знайшоў сваё выяўленне ў чалавечнасці, у прыватнасці, у народнай мудрасць павучае: “Не цані чалавека па твары, а цані па душы”, “Добрая слава даражэйшая за багацце”, “Каб добра з людзьмі жыць, не трэба каменя за пазухай насіць”, “Чаго сабе не хочаш, таго і другому не зыч”, “Трэба з людзьмі па-людску жыць”.

У паняцце маральнага ідэалу народ укладвае, акрамя вышэйзгаданых, наступныя якасці:

– чэснасць і праўдзівасць: “На праўдзе свет стаіць”, “Хлеб-соль еш, а праўду рэж”, “Праўда наверх выйдзе”, “Умей праўду сказаць, а любі праўду паслухаць”;

– павага да людзей: “Шануй людзей, то і цябе пашануюць”, “Лепш паважаць, чым зневажаць”. Гэтая якасць дасканалага чалавека перарасла ў народны пастулат – “залатое правіла” маральнасці, якое вучыць людзей адносіцца да іншых такім чынам, як яны хочуць, каб адносіліся да іх саміх: “Як паклічаш, так і адгукнецца”, “Пажыві для людзей, пажывуць і для цябе”, – прычым кіравацца патрэбна адной з біблейскіх заповедзяў, якая вучыць больш за ўсё шанаваць бацькоў і пажылых людзей і знайшла сваё ўвасабленне ў прымаўках: “Бацькоў любі, старых паважай”, “Шануй бацьку з маткаю: другіх не знойдзеш”;

– дабрыня: “Добрага добра і ўспамінаюць”, “Добры чалавек і сабакі дражніць не будзе”, “Добраму чалавечку добра і ў запечку”, “Лепей на свет не радзіцца, як ліхім чалавекам быць”. Народ верыць, што добры чалавек, калі з ім пагаварыць або запрасіць у госці, заўсёды прыносіць удачу: “Хто добрага чалавека мінае, той шчасця не мае”, “Добры чалавек, параіўшы, не шкадуе”;

– гонар і пачуццё ўласнай годнасці: “Чэсць даражэй за грошы”, “Беражы адзенне знову, а чэсць змолду”. Каштоўнасцю з’яўляецца і дзівочы гонар, ад зберажэння якога залежыць далейшы лёс дзяўчыны: “Чэсць дзівочае шчасце беражэ”.

Народ-педагог занатоўвае таксама ва ўстойлівых выразках і сло-вазлучэннях рысы дасканалага ў фізічных адносінах чалавека, некаторыя з якіх аналагічныя рысам маральнага ідэалу і разгледжаныя намі вышэй: працавітасць, патрыятызм, праўдзівасць, пачуццё ўласнай годнасці. У першую чаргу, гэта асоба павінна валодаць здараўем, якое з'яўляецца больш каштоўным, чым багацце: “Здараўе даражэй за грошы”, “Здаровы багатаму варты”, “Не прасі ў бога багацце – прасі здараўе”. На думку беларускага народа, на здараўі адмоўным чынам адбіваецца злоўжыванне спіртнымі напоямі і табакакурэннем: “Хто курыць, таго да пекла тураць, а хто нюхае, той сам да пекла трухае”, “Хто курыць, за тым чорт шкуруць”, “Гарэлка весяліць, ды ад яе галава баліць”, “Хваробу сабе купіў за свае грошы”, “Хто не п'е, той доўга жыве”. Па-другое, дасканалы чалавек фізічна моцны: “Дзе стан, там і сіла”, “У здаровым целе і дух здаровы”. Фізічная моц павінна спалучацца са смеласцю і ўпэўненасцю ва ўласнай сіле. Сілу і моц трэніруе вытрымка, якая спрыяе захаванню самавалодання, стрымліванню сваіх пачуццяў, каб апошнія не перашкаджалі цвярозай ацэнцы рэчаіснасці.

Такім чынам, відавочна, што беларускія народныя прыказкі, прымаўкі і фразеалагізмы падкрэсліваюць значнасць асноўных рыс маральнага і фізічнага ідэалу, што спрыяе не толькі фарміраванню асобы, але і павышэнню ўзроўню яе маральна-валявых і каштоўнасных устано-вак.

**Беларускія народныя песні і фальклор** спрыяе выхаванню і фарміраванню асобы ў комплексе: акрамя эстэтычнага ўздзеяння на чалавека, беларускія народныя песні, прыпеўкі спрыяюць умацаванню здараўя (у тэкстах пададзена станоўчая яго ацэнка, значнасць у жыцці чалавека, акрамя таго, у час выканання песні, пераважна на свежым паветры, развіваецца голас, умацоўваюцца і трэніруюцца лёгкія: чым больш такіх “трэніровак”, тым больш здаровым становіцца чалавек), развіццю працавітасці, якая становіцца асновай для фарміравання рыс характару дасканалага чалавека, а значыць, і маральнасці.

Усведамляючы цесную сувязь песень з жыццём чалавека і моцнае іх уздзеянне на яго свядомасць і пачуцці, народ-педагог стварае рознаўзроставыя песні, якія закліканы эстэтычна, маральна і фізічна выхоўваць падростаючае пакаленне: калыханкі, пястушкі і пацешкі – разлічаны на перыяд дзяцінства чалавека; уласна песні – для падлеткавага і юнацкага ўзросту. Апошнія з'яўляюцца агульнымі і для бацькоў, дзядоў і бабуль.

Калыханкі адносяцца да паэзіі ранняга ўзросту. Гэты жанр песень унікальны з этычнага, эстэтычнага і педагогічнага пункту гледжання: прыгажосць і дабро ў іх выступаюць у адзінстве; калыханкі песцяць, заспакойваюць немаўля, прыносячы яму радасць; у іх занатаваны лепшыя парывы душы маці, самая пяшчотная паэзія і мелодыя, якія дзіця ўспрымае з першых дзён свайго жыцця. Калыханка – найвялікшая заваёва народнай педагогікі, яна непарыўна звязана з практыкай выхавання немаўляці, дзе ў пяшчотнай і меладычнай форме маці апавядае свайму дзіцяці пра галоўныя каштоўнасці чалавека: *дабрыню*, якая занатавана ў словах калыханкі як клопат пра

бліжняга; *працавітасць* – калыханкі расказваюць дзіцяці пра шэраг працоўных дзеянняў.

Пястушкі і пацешкі – гэта кароткія вершаваныя прыпевы, якімі суправаджаюць рухі дзіцяці падчас пеставання. Яны абавязкова павінны суправаджацца лёгкімі цялеснымі крананнямі, якія агучваюцца песеннымі *пажаданнямі добра*. У пятушках улічваюцца асноўныя моманты фізічнага развіцця дзіцяці: рост, развіццё зрокавай і тактыльнай арыентацыі і перамяшчэнне ў прасторы, уключаючы ўменне цвёрда стаяць на ножках і першыя крокі. Пястушкі паступова пераходзяць у песенькі-пацешкі, якія суправаджаюць гульні дзіцяці з пальцамі, ручкамі, ножкамі. У гэтых гульнях ужо часта прысутнічае і педагагічнае – павучанне працавітасці, дабрыві, прыязнасці. Народ асуджае гультая незалежна ад канкрэтнага ўзросту і лічыць, што псіхалагічная падрыхтоўка да дзейнасці павінна пачынацца з моманту абуджэння свядомасці ў дзіцячым узросце. Таму пацешкі з мэтай усведамлення дзіцем значнасці працы паказваюць, што ўзнагарода чакае толькі таго, хто працуе, а гультай нічога не атрымае. Маленькага чалавека вучаць дабрыві, якая для яго заключаецца ва ўменні падзяліцца з іншымі членамі сям’і або аднагодкамі тым, што маеш, прычым пытанне ў пацешцы непасрэдна адрасуецца дзіцяці, на якое ён павінен адказаць альбо ўслых, альбо паказаўшы пальчыкам на аднаго ці некалькіх прысутных.

Падлеткі і юнацтва маюць самы багаты песенны рэпертуар. Дзяўчаты звычайна складаюць і спяваюць лепшыя свае песні, якія маюць розную жанравую, музычную, пачуццёвую, эстэтычную і педагагічную афарбоўку. Звычайна гэта лірычныя песні, у якіх змешчаны думкі, пачуцці і мары дзяўчыны, яе падзяка маці, бацьку, сваякам, радзіме, роднаму дому. Гэтыя песні чуюць дзеці, якіх не могуць пакінуць раўнадушнымі мелодыка і словы песні, а таксама пачуцці дзяўчыны, з якімі яна іх выконвае.

Яшчэ больш насычанымі і шматлікімі з боку жанравай характарыстыкі з’яўляюцца песні дарослых мужчын і жанчын, песні бацькоў. Гэтыя песні цесна звязаны з жыццём народа, таму сярод іх пераважаюць абрадавыя і рытуальныя песні. Іх змест выконвае педагагічную функцыю, паказваючы значнасць некаторых якасцей, якія змяшчае ў сабе народны ідэал: працавітасці, патрыятызму, павагі да людзей, дабрыві, гонару і ўласнай годнасці.

*Працавітасць* – адна з асноўных рыс характару дасканалага чалавека – знайшла сваё адлюстраванне ў песнях абрадавай паэзіі: купальскіх, веснавых, восеньскіх, песнях вясельнага абраду. Перш чым сватацца да дзяўчыны, хлопец павінен быў пераканацца, што яна працавітая. Гультаявата дзяўчына нават магла застацца векавухай, бо вясковай жанчыне немагчыма без працы жыць і расціць дзяцей. Многія песні вясельнага абраду праслаўляюць адно з самых моцных пачуццяў чалавека – *патрыятычнае*. Змест дадзеных песень распавядае пра цяжкае жыццё на чужыне і пра імкненні вярнуцца на радзіму да блізкіх людзей. *Повага да людзей* з’яўляецца адной з галоўных якасцей чалавека ва ўзаемаадносінах з іншымі людзьмі. У першую чаргу гэта тычыцца дзяўчат, якія павінны валодаць даб-

рынёй і паважліва адносіцца да іншых. Пры адсутнасці дадзеных рыс характару яны маглі не разлічваць на дапамогу іншых людзей або на добры шлюб. Неабходнай праявай маральнасці беларускі народ лічыць *пачуццё гонару і ўласнай годнасці*. У паняцце мужчынскага гонару народ уключае працавітасць, гаспадарлівасць, уменне пераадольваць цяжкасці, абараняць свой род, сям'ю, родную зямлю ад ворага, быць узорным мужам, бацькам. Вельмі рана народ пачынае клапаціцца пра дзявочы гонар, які заключаецца ў тым, каб трымаць сябе строга, быць працавітай, добрай гаспадыняй, маці, выхавальніцай сваіх дзяцей. Асабліва гэтае патрабаванне датычыцца маладой дзяўчыны, якая павінна берагчы сваю чэсць і цнатлівасць.

Відавочна, што народ-педагог паказвае значнасць асобных рыс характару дасканалага чалавека ў розных відах вуснай народнай творчасці. Не сталі выключэннем і песні. Недарэмна ў многіх абрадавых песнях беларускі народ звяртае ўвагу на неабходнасць уважлівага выбару сваёй другой паловы. А дзяўчына марыць пра статнага, працавітага мужа, якому б не былі ўласцівы дрэнныя звычкі. Песню, такім чынам, можна з поўным правам аднесці да камбінаваных сродкаў народнай педагогікі, якая дапамагае растучаму пакаленню ўсвядоміць ідэал здаровай асобы.

Адным са сродкаў народнай педагогікі, як казкі, прыказкі і прымаўкі, песні, з'яўляюцца *анекдоты і жарты*, якія цесна звязаны з бытам беларусаў. Моц анекдота – у яго сатырычнай накіраванасці, таму выхаваўчая мэта дадзенага народна-педагагічнага сродку прыхавана ў яго падтэксце і вынікае з усяго яго зместу. Асноўная ж мэта анекдота, на думку У.М. Сідзельнікава, – гэта крытыка адмоўнага ў жыцці. Беларускія народныя анекдоты і жарты, як і іншыя народна-педагагічныя сродкі, згодна з выхаваўчай мэтай закліканы данесці значнасць рыс характару дасканалага чалавека да растучага пакалення праз высмейванне адмоўных, заганых рыс характару альбо ўчынкаў. *Працавітасць* – адна з неад'емных якасцей дасканалага чалавека. Менавіта таму беларускі народ ухваляе працавітасць у жартах і анекдотах, асуджаючы і высмейваючы гультайства. У аснову ідэалу беларускі народ укладвае *чэснасць, праўдзівасць, сумленнасць*, высмейваючы ў жартах і анекдотах хлуслінасць, перабольшванне рэальных фактаў, пахвальбу, прагнасць да грошай. *Гуманізм* – адна з асноўных якасцей маральнага ідэалу, звязаная з “залатым правілам” маральнасці, – таксама мае месца ў беларускіх народных жартах і анекдотах. “Залатое правіла” маральнасці прадугледжвае *паважлівыя адносіны* да бацькоў і старэйшых людзей. Так, жарты і анекдоты даводзяць да свядомасці падростаючага пакалення, што трэба з павагай адносіцца да бацькоў (гэта дасягаецца праз падачу абсурднасці варожых і непаважлівых адносін), а таксама ўхваляюць здаровы лад жыцця, асуджаючы такую загану нашага сучаснага грамадства, як цяга да ўжывання спіртных напояў. Відавочна выключная роля беларускіх народных жартаў і анекдотаў у растлумачэнні сутнасці некаторых рыс маральнага і фізічнага ідэалу асобы праз паказ абсурднасці якасцей, супрацьлеглых станоўчым, а тым самым у заахвочванні падростаючага пакалення да фарміравання ў сабе дадзеных станоўчых рыс характару.

Сучаснаму ідэалу маральна і фізічна здаровай асобы, асноўныя рысы якога замацаваны вышэйзгаданымі відамі вусна-паэтычнай творчасці, уласцівыя працавітасць, патрыятызм, гуманізм, чэснасць і праўдзівасць, павага да людзей, сумленнасць, дабрыня, гонар і ўласная годнасць, фізічная моц і вытрымка, упэўненасць, пачуццё справядлівасці. Гэта таксама асоба, якая рэдка або зусім не хварэе, вядзе здаровы лад жыцця, бездакорна выконвае свае сацыяльныя ролі, адэкватна рэагуе на знешнія раздражняльнікі.

#### *Кантрольныя пытанні*

1. Якія жанры вуснай народнай творчасці беларусаў змяшчаюць у сабе асноўныя рысы ідэалу маральна і фізічна здаровай асобы?
2. Якім чынам у казках пра жывёл дзецям пададзены сутнасныя характарыстыкі агульнанароднага ідэалу?
3. Чым у плане фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы каштоўныя чарадзейныя і сацыяльна-бытавыя казкі?
4. Якія рысы маральна і фізічна здаровай асобы ўзвышаюць прыказкі і прымаўкі беларусаў?
5. Як беларускія песенныя фальклорныя паказвае ідэал здаровай асобы?
6. Чым у плане выяўленчых сродкаў пры паказе ідэалу здаровай асобы і яе рысы жарты і анекдоты адрозніваюцца ад іншых жанраў вуснай народнай творчасці?

### **ЛЕКЦЫЯ 3. Народна-педагагічныя сродкі і метады фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы**

Сацыяльна-прыроднае асяроддзе, што ўтварылася ў выніку гістарычнага развіцця беларускага народа, асаблівасцей гаспадарчага ўкладу, грамадскага жыцця, геаграфічнага асяроддзя, прыродных умоў, рэлігіі, абумовіла фарміраванне беларускай ментальнасці. Апошняя з'явілася вызначальнай у фарміраванні своеасаблівай сістэмы народных выхаваўчых сродкаў і метадаў беларусаў. Сродкі і метады беларускай народнай педагогікі, маючы агульнаславянскія карані, разам з тым вызначаюцца нацыянальнай адметнасцю, што выяўляецца ў іх моўным і дзейным змесце, спецыфіцы традыцыйна-побытавай культуры і вусна-народнай творчасці, практычным нападзенні і спалучэнні, асаблівасцях выкарыстання.

Асноўнымі і неад'емнымі сродкамі, па нашым меркаванні, з'яўляюцца: праца, мова, прыказкі і прымаўкі, народныя песні, народныя казкі, загадкі, прыкметы і павер'і, гульні, пацешкі і забаўляўкі, танец, народны анекдот, звычаі, святы.

Улічваючы нацыянальную адметнасць сродкаў беларускай народнай педагогікі, іх дыдактычны змест (на што аказала ўплыў спецыфіка гістарычнага жыцця народа), а таксама даследчыцкі вопыт этнографіі і педагогаў, магчыма класіфікаваць сродкі фарміравання маральна і фізічна здаровай асобы. Народна-педагагічныя сродкі аб'яднаны

ў 2 вялікія блокі: практычны і этнакультурны, апошні з якіх падзяляецца на моўны і традыцыйна-побытавы падблок (Схема 1).

Сродкі практычнага блоку ўключаюць працу і гульню.

**Праца** – самы старажытны і апрабаваны сродак народнай педагогікі, бо яшчэ на пачатку чалавечай цывілізацыі народнае выхаванне ўзнікла і развівалася як працоўнае. Спрадвеку народ лічыў, што менавіта ў працы і праз працу адбываецца і маральнае сталенне, і фізічнае ўмацаванне, і, наогул, станаўленне чалавека. Сялянскае дзіця з самага маленства прывучалі працаваць: ужо з 4–5-цігадовага ўзросту дзеці выконвалі нескладаныя хатнія абавязкі (пасвілі хатніх птушак, няньчылі малодшых братоў і сясцёр, прыбіралі пакоі і г.д.); пачынаючы з 6–8-мігадовага – пасвілі хатнюю жывёлу, адпраўляліся ў заробкі да суседзяў або іншых аднавяскоўцаў. Догляд і выпас хатніх птушак і жывёл фарміраваў у дзіцяці пільнасць, адказнасць за сваю справу, патрабаваў адмаўляцца ад гульні і забаў на карысць даручанаму абавязку, што спрыяла маральнаму станаўленню асобы дзіцяці. Так як дадзены від дзейнасці праходзіў на свежым паветры і ў любое надвор’е, дзеці сталелі фізічна: былі больш загартаванымі, меней хварэлі і ўмацоўвалі сваё цела. З 12–13-цігадовага ўзросту хлопцаў і дзяўчат іх працоўныя абавязкі канчаткова размяркоўваліся на “мужчынскія” і “жаночыя”. Хлопчыкі разам з бацькамі і іншымі мужчынамі выконвалі ўсе сельскагаспадарчыя справы, а таксама свае гаспадарчыя абавязкі, звязаныя з будаўнічай, цялярскай і іншымі відамі дзейнасці. Так што да 18 год хлопчыкі станавіліся сапраўднымі хлебаробамі і гаспадарамі, якія прайшлі ўсе акадэмічныя курсы і гатовы да самастойнага жыцця. Дзяўчынкі вучыліся ад маці розным хатнім абавязкам жанчыны, а таксама выконвалі шэраг сельскагаспадарчых работ, якія не ўваходзілі ў кампетэнцыю мужчыны (напрыклад, жатва, праполка град, апрацоўка льну і інш.). Так, дзяўчына ў 16–17 год, ведаючы ўсе “жаночыя” абавязкі, магла выходзіць замуж.

Такім чынам, асноўнымі задачамі фарміравання маральна і фізічна здаровай асобы ў працы і праз працу з’яўляюцца: 1) фарміраванне глыбокай павягі да працы (прыклад дарослых, ухваленне працавітасці і асуджэнне гультайства грамадствам у вуснай народнай творчасці); 2) прывучэнне моладзі да сумеснай, калектыўнай працы (гэта гарантуе ўзаемадапамогу, узаемны клопат і з’яднанне працуючых разам, а таксама прывучае сачыць за тым, як выконваецца праца, і пры неабходнасці вучыць іншых або вучыцца самому); 3) навучыць падрастаючае пакаленне даражыць працоўным часам (падрыхтоўка да працы загадзя, неадкладнае выкананне тэрміновых спраў); 4) фарміраванне фізічнай загартаванасці, але суадносна з узроставымі і індывідуальнымі магчымасцямі дзяцей; 5) прывіццё працоўных уменняў і навыкаў; 6) фарміраванне асобы дзіцяці праз працу.

Старажытным народна-педагагічным сродкам лічацца **гульні**. Яшчэ ў далёкім мінулым у славянскіх народаў існавалі гульні, звязаныя з земляробствам і жывёлагадоўляй, якія прывіталі дзецям і моладзі адпаведныя працоўныя навыкі і вучылі іх правільна весці гаспадарку. Напрыклад, карагодная гульня “Мак”, разлічаная на дзяцей-падлеткаў, распавядае пра ўсе этапы пасадкі і вырошчвання маку. Больш таго, удзельнікі карагода

павінны, стоячы адзін за адным і ўзяўшыся за рукі, імітаваць усе працоўныя дзеянні, апісаныя ў песні. Неабходна старанна і правільна паказаць кожны “працоўны этап”, адначасова спяваючы песню, сочачы за хуткасцю хадзьбы па крузе і папярэднім удзельнікам гульні. Фарміруюцца ў час дадзенай гульні пэўныя маральныя рысы (акуратнасць, стараннасць, уважлівасць і інш.) і фізічныя якасці (спрыт, моц). Аналагічныя выхаваўчыя магчымасці маюць гульні “А мы сеялі, сеялі лянок”, “Свіння”, “Пячэнне “ката” і іншыя. З развіццём грамадства адбываецца павелічэнне гульнівых жанраў: на тэрыторыі Беларусі з’яўляюцца гульні, звязаныя са святамі і абрадамі (каляндарныя і сямейна-абрадавыя гульні) і не звязаныя з імі (дзіцячыя гульні з выкарыстаннем інвентара ці без яго). Гульні займаюць значнае месца ў жыцці дзіцяці перш за ўсё як асноўная форма іх дзейнасці, раскрываючы магчымасці для развіцця і набывання жыццёвага вопыту, але ў іх гуляе таксама моладзь і дарослае насельніцтва.

Каляндарна-абрадавыя гульні і забавы былі звязаны са значнымі святамі альбо абрадамі, звязанымі з народным земляробчым календаром (напрыклад, гульня “Гуканне вясны” была характэрна для свята Блажавешчанне). Усе несвяточныя дні беларускі селянін праводзіў у працы, таму на гульні і забавы не ставала часу. Выключэннем з’яўляўся зімовы перыяд, бо толькі ў гэты час дарослым і моладзі можна было адпачыць ад сельскагаспадарчых прац. Для дадзенага віду гульняў было характэрна разнастайнае музычна-харэаграфічнае суправаджэнне: шматлікія песні-звароты, песні-заклічкі, танцы, карагоды, тэатралізаваныя дзеянні. Забавы і гульні характарызаваліся сумесным удзелам хлопцаў і дзяўчат, агульная колькасць якіх у гульні магла дасягаць 20–40 чалавек. Таму неабходна было пільна сачыць за сваімі паводзінамі, адносінамі да супрацьлеглага полу, размовай і г.д., каб у астатніх удзельнікаў гульні склаліся добрыя ўражанні і каб быў шанс разлічваць на добры шлюб, бо звычайна ў такі час дзяўчаты і юнакі прыглядаліся адзін да аднаго з мэтай знайсці будучых выбранніка ці выбранніцу. Таму ў дадзеным выпадку можна гаварыць пра фарміраванне маральнага здароўя моладзі падчас такога калектыўнага правядзення часу.

У дзяцей і падлеткаў таксама існавалі каляндарна-абрадавыя гульні, многія з якіх былі нязначна дапрацаваны альбо перапрацаваны з “дарослых” гульняў самімі ж дзецьмі. Яны пераносілі ў свае забавы найбольш цікавыя для іх элементы дарослых гульняў, якія прывучалі дзяцей да паслядоўнасці, акуратнасці ў працы і адначасова знаёмілі іх з шэрагам працоўных дзеянняў пры выкананні сельскагаспадарчай справы, ядналі дзяцей у дружны калектыў, прывучалі ўсіх удзельнікаў без выключэння гуляць па адзіных правілах, трэніравалі ўмельства, спрыт, назіральнасць, фізічную моц, вокамер і іншыя якасці. Але ўсё ж такі дзеці і падлеткі звычайна ладзілі гульні, не прымеркаваныя да якога-небудзь свята ці значнай падзеі ў сям’і. Характар гульні і неабходны для яе інвентар залежалі толькі ад пары года. Самыя разнастайныя гульні праводзіліся на свежым паветры пачынаючы з вясны і да самай восені. У неспрыяльнае для гульняў на вуліцы надвор’е дзеці бавілі час у хаце. “Хатнія” гульні былі менш рухомымі (“Хустачка”, “Кажух”, “Куткі”, “Кот”), але яны патрабавалі ад сваіх удзельнікаў

пільнасці, хуткасці рэакцыі, каардынацыі дзеянняў і цела, спрыту і, канешне, фізічнай падрыхтаванасці. Такія калектыўныя гульні спрыялі добрым узаема-адносінам паміж удзельнікамі, прывучэнню да выканання правілаў гульні, г.зн. выпрацоўвалі чэснасць, справядлівасць, адказнасць кожнага з гуляючых, што спрыяла фарміраванню маральна здаровай асобы. Трэба адзначыць, што дзіця, якое валодае вышэйзгаданымі якасцямі, карысталася павагай і мела аўтарытэт сярод іншых, таму ўдзельнікі гульні імкнуліся строга прытрымлівацца адпаведных правілаў і ганьбілі тых, хто парушаў іх альбо хітрыў. Усе дадзеныя гульні былі даволі рухомымі, таму патрабавалі ад удзельнікаў фізічнай моцы, спрыту, хуткасці рэакцыі, што пазітыўна ўплывала на фізічнае аздаравленне дзяцей і падлеткаў.

Моўны падблок этнакультурнага блоку. Родная мова з'яўляецца адным з найважнейшых спосабаў перадачы жыццёвага вопыту, мудрасці. Выхаваўчы вопыт беларусаў занатаваны ў вуснай народнай творчасці, прадстаўленай казкамі, прыказкамі і прымаўкамі, песнямі, пацешкамі і забаўлянкамі, прыкметамі і павер'ямі, анекдотамі і інш. На працягу многіх стагоддзяў яны былі своеасаблівым падручнікам жыцця, перадавалі ад старэйшага пакалення да малодшага вопыт і веды, жыццёвую мудрасць, этыку, погляды на выхаванне і навучанне дзяцей. Сродкі беларускай народнай педагогікі моўнага падблоку змяшчаюць:

– **прыказкі і прымаўкі** – адны з найбольш дзейсных сродкаў народнай педагогікі. Згодна з назіраннямі вядомага мовазнаўцы І.І. Насовіча, “беларусы ўсе факты, усе выпадкі чалавечага жыцця, усе ўчынкі, як добрыя, так і блага і ўсялякае нават меркаванне пра што-небудзь падводзяць пад мерку прыказак сваіх. Старыя людзі прыказкамі даводзяць моладзі страх Гасподнеў, надзею на Бога і правілы сумленнасці і дабрадзейнасці; навучаюць хатніх быць паважлівымі да старэйшых, быць асцярожнымі ў словах і болей памяркоўваць, быць ашчаднымі і ахайнымі, працавітым і цярдлівым да блізкіх”. Прыказкі і прымаўкі змяшчаюць педагагічныя ідэі і могуць рабіць выхаваўчы ўплыў, пра што сведчаць яны самі: *“Прымаўкі і прыказкі – мудрай мовы прывязкі”, “Без прымаўкі і прыказкі гаворка, што ежа без солі”*. Прыказкі і прымаўкі падаюць “рэцэпты” маральнага аздаравлення асобы: *“На свет лепш не радзіцца, чым ліхім чалавекам быць”, “Добраму – добрая памяць”, “Работу словам не замяніш”, “Любі другога, як сябе самога”, “Не цані чалавека па твары, а цані па душы”, “Абы сумленне чыстае”*. Адзінкі дадзенага жанру вуснай народнай творчасці ўтрымліваюць ідэі фарміравання і захавання фізічнага здароўя: *“Здароўе даражэй за ўсё”, “Будзь здаровы, як дуб, ды моцны, як зуб”, “Здароўе лёгка страціць ды цяжка набыць”, “Трымай ногі ў цяпле, а галаву ў халадзе”, “У лазню хадзіць – моцным быць”, “Хто сам за сябе не дбае, той трасу мае”*;

– **песні**, у якія ўключаны звод маральных патрабаванняў, выпрацаваных на працягу шматвяковай гісторыі, суправаджаюць чалавека ад нараджэння і да смерці, адлюстроўваючы асноўныя этапы яго жыцця. Песня праслаўляе чалавека высокамаральнага і асуджае тых, хто

кіруецца ў сваім жыцці памылковымі ідэаламі або паводзіць сябе недастойна. Напрыклад, у творах дадзенага жанру змешчаны ідэі пра неабходнасць працаваць, каб быць шчаслівым, мець матэрыяльныя выгоды і карыстацца павагай сярод вяскоўцаў; пра паважлівыя адносіны да родных, суседзяў, вяскоўцаў, як патрабуе “залатое правіла маральнасці”; пра абавязковасць захавання чэсці і ўласнай годнасці, асабліва дадзенае патрабаванне датычылася дзяўчыны, бо яе лёс непасрэдна залежаў ад гэтага; пра любоў да Радзімы і патрыятычныя адносіны да родных мясцін, асабліва калі чалавек доўгі час знаходзіўся на чужыне і інш. Народныя песні змяшчаюць таксама ідэі падтрымання і захавання фізічнага здароўя, а для гэтага неабходна падтрымліваць здаровы лад жыцця: у меру працаваць і адпачываць, добра і рацыянальна харчавацца, не ўжываць спіртных напояў;

– **казкі** сярод іншых выхаваўчых сродкаў займаюць пачэснае месца. Пад уплывам казачнага эпасу фарміраваўся светапогляд, этычныя ўяўленні беларусаў, што адзначаў даследчык беларускіх народных казак А.К. Сержпутоўскі ў прадмове да зборніка “Сказок и рассказов белорусов-полешуков”. На працягу многіх стагоддзяў казкі выкарыстоўваюцца беларусамі ў выхаваўчым плане, больш таго яны ўвабралі ў сябе ўсю педагагічную сістэму беларусаў. Народныя казкі сцвярджаюць аб неабходнасці быць працавітым і ашчадным, добрасумленным і паважлівым да людзей, быць сапраўдным патрыётам сваёй бацькаўшчыны – смелым і справядлівым. Так, беларускі казачны эпас сцвярджае ідэі, якія спрыяюць фарміраванню маральна і фізічна здаровай асобы;

– **прыкметы і павер’і** яшчэ ў канцы XIX стагоддзя мелі шырокае распаўсюджванне на Беларусі. Строгае выкананне і абмен імі былі звычайнай справай беларусаў, неабходнай умовай іх спакойнага існавання, аб чым красамоўна сведчыць народная прыказка: “*Без прыкмет ходу нет*”. Прыкметы і павер’і, на думку М.Я. Нікіфароўскага, змяшчаюць у сабе прытчавае павучанне, перадачу ўласнага або чужога назірання. Больш таго, дадзены народна-педагагічны сродак утрымлівае ідэі і “рэцэпты”, якія фарміруюць маральна і фізічна здаровую асобу. Напрыклад, беларусы шчыра верылі, што калі назваць дзіця імем славутага або высокамаральнага чалавека, то малому перададуцца яго добрыя якасці; каб члены сям’і, маёмасць, хатняя жывёла былі на добрым наглядзе, нельга было ўводзіць у гнеў “вартаўніка” гаспадаркі – Дамавіка, для гэтага трэба падтрымліваць лад і спакой у сям’і, быць ашчадным і клапацівым гаспадаром. Неабходна быць пачцівым з іншымі, не паводзіць сябе залішне горда, жыць сумленна – толькі тады можна пазбегнуць розных хвароб, якія, згодна павер’ю, насылаюць Дабрачочы, Ліхаманка ці Марна. Існавала шмат павер’яў, якія рэгламентавалі паводзіны цяжарнай жанчыны і былі закліканы аказаць дабратворны ўплыў на здароўе, выгляд, характар і лёс будучага дзіцяці: нельга было глядзець на пажар, а калі такое здаралася, нельга было спалохаўшыся, дакранацца рукамі да свайго цела (у дзіцяці ў адпаведным месцы будзе вогненная пляма); нельга было біць і штурхаць нагамі хатніх жывёл (на свет з’явіцца вырадак); нельга было есці (плод вырасце вельмі вялікім, і дзіця ўвесь час будзе хацець есці),

але бытавала перакананне, што цяжарная жанчына павінна есці ўсё, калі ёсць апетыт, каб будучае дзіця з'явілася на свет фізічна здаровым; нельга маніць, красці, лаяцца, зайздросціць іншым людзям (дзіця вырасце манюкай, злодзеям, грубіянам, зайздроснікам);

– **пацешкі і забаўлянькі** даюць дзіцяці першыя практычныя навыкі, знаёмячы яго з навакольным жыццём, маральнымі нормама і паняццямі, адначасова забаўляючы ці суцяшаючы яго. У беларусаў была своеасаблівая школа пешчанья. Немаўлятак забаўлялі і адначасова прывучалі да нескладаных гульняў з дапамогай пацешак. Суправаджаючы забаўлянькі папляскваннямі дзіцяці па плечыках, ручках, пагладжваючы яго жывоцік, ручкі і ножкі, малому рабілі своеасаблівую гімнастыку. Акрамя таго, кожная пацешка і забаўлянка несла выхаваўчыя магчымасці, інфармацыю дзіцяці пра навакольны свет, пра ўзаемаадносіны паміж людзьмі. Так, можна зрабіць вывад, што дадзены сродак народнай педагогікі, разлічаны на маленькіх дзетак, спрыяў фарміраванню іх маральнага і фізічнага здароўя праз павучальны змест і масаж або гімнастыку дзіцяці;

– **анекдоты, жарты**, як і іншыя народна-педагагічныя сродкі, узніклі ў выніку імкнення народа па-мастацку асэнсаваць асобныя з'явы рэчаіснасці, паводзіны і ўчынкі людзей, высмеяць адмоўнае ў жыцці. Крыніцай для стварэння многіх твораў гэтых жанраў сталі казкі (“Разышлося, як заечае сала”, “Адказы мужыка” і г.д.), прыказкі і прымаўкі (“Шануй старога, як дзіця маленькае”, “Не смейся з чужой бяды, бо з цябе горш насмяюцца” і інш.). Больш таго, некаторыя казачныя матывы і асобныя эпідоды перапрацоўваліся ў анекдоты, калі яны былі цесна звязаны з рэчаіснасцю і цікавілі грамадскасць. Народ занатаваў у творах дадзенага жанру многія праблемы маральнага выхавання: узаемаадносіны паміж людзьмі, павагу да бацькоў, шчырасць і праўдзівасць, – якія дапамагаюць фарміраванню маральна здаровай асобы. Маюцца ў арсенале беларускага народа і жарты, прысвечаныя прапагандзе здаровага ладу жыцця. Такім чынам, можна далучыць анекдоты і жарты да сродкаў беларускай народнай педагогікі, якія спрыяюць фарміраванню маральна і фізічна здаровай асобы.

Відавочна, што сродкі моўнага падблоку скіраваны на фарміраванне маральна і фізічна здаровага падрастаючага пакалення, улічваючы яшчэ і той факт, што беларусы надавалі славеснаму ўздзеянню на свядомасць і пачуцці чалавека выключную ролю: “*Куляй пацэліш у аднаго, двух, а словам – у тысячу*”. Дадзеныя сродкі распавядаюць пра лепшыя рысы характару чалавека, нясуць у сабе моцны пазітыўны зарад, які прымушае асобу, што фарміруецца, задумвацца над сваімі дзеяннямі і ў адпаведнасці з грамадскай думкай, занатаванай у народна-педагагічных сродках, будаваць працэс самавыхавання.

Традыцыйна-побытавы падблок этнакультурнага блоку складаецца са **звычайў** – “спадчыннага стэрэатыпнага спосабу паводзін, рэгулятара адносін паміж людзьмі”, згодна з думкай Н.П. Дзенісюк, – і **традыцый**, пад якімі, паводле ўяўленняў многіх вучоных, разумеецца перадача

нормаў, паводзін, поглядаў, густаў, меркаванняў, перакананняў, духоўных каштоўнасцей, нораваў, звычаяў, спосабаў дзейнасці, якія выступаюць як “распрадмечаныя” кампаненты грамадскай свядомасці. Неабходна размяжоўваць дадзеныя паняцці, бо *традыцыі* распаўсюджаны ва ўсіх сферах грамадскага жыцця і прывіваюць чалавеку агульныя ідэі, даюць пэўную накіраванасць паводзінам у залежнасці ад патрабаванняў грамадства, класа, групы; *звычаі* ж больш дэталёва, чым традыцыі, рэгламентуюць спосабы рэалізацыі розных грамадскіх адносін, фарміруюць простыя звычкі. Сістэма традыцый і звычаяў уключае ў сябе такія кампаненты, як святы, абрады, рытуалы і цырымоніі.

Святы – сукупнасць звычаяў і абрадаў, якія выражаюць і замацоўваюць пэўныя погляды, пачуцці, адносіны людзей да прыроды і паміж сабой, якія ўзніклі ў першабытным грамадстве і былі звязаны з календарным (напрыклад, гуканне вясны, грамніцы) ці земляробчым (Спас, Юр’я, Дажынкi) цыкламі. Святы падзяляюцца на рэлігійныя, сінкрэтычныя і безрэлігійныя.

Да рэлігійных святаў адносіцца Вялікдзень – веснавое свята старажытных славян у гонар сонца, абуджэння прыроды і надыходу “вялікіх дзён” палявых работ; пазней да яго прымеркавана галоўнае хрысціянскае свята – “уваскрэсенне” распятага Хрыста. Падрастаючае пакаленне падчас святкавання Вялікадня ўпэўнівалася ў добрым стаўленні людзей адзін да аднаго, асабліва сваякоў і суседзяў, у неабходнасці жадання здароўя і дабрабыту іншым, каб таго ж жадалі і табе, а таксама ўсведамляла, што пачатак веснавых сельскагаспадарчых работ – гэта свята для гаспадара, а не прымусовы абавязак, тым больш што ад якасці выканання веснавых спраў залежаў і будучы ўраджай, і дабрабыт у сям’і. Вышэйзгаданыя ўмовы спрыялі фарміраванню маральна здаровай асобы. Падчас святкавання Вялікадня дзеці і моладзь вадзілі веснавыя карагоды, гулялі ў рухомыя гульні, якія спрыялі іх фізічнаму аздаруўленню, адначасова з’яўляючыся неабходнай умовай для падрыхтоўкі да сельскагаспадарчых і палявых работ, праверкай сіл і фізічных здольнасцей пасля зімовага адпачынку.

Безрэлігійная частка народных святаў уключае шматлікія гульні, ігрышчы, што праводзіліся падчас значных народных святаў (Масленіцы, Купалля і г.д.).

Свята Масленіцы, якое адносіцца да разраду *сінкрэтычных*, з’яўляецца старажытным перадвеснавым святам у славянскіх народаў, яно звязана з культуам прыроды, з адраджэннем пладаносных сіл зямлі. Народныя ігрышчы, якія адбываліся падчас свята, фарміравалі фізічна здаровае падрастаючае пакаленне. Масленічныя абрады і звычаі спрыялі маральнаму аздаруўленню асобы: планаванню грамадска пазітыўных паводзін, каб не дапусціць дрэннага абыходжання з боку іншых людзей; фарміраванню гасціннасці праз наведванне бабкі-павітухі, сваякоў, суседзяў або запрашэнне іх у госці, каб патомства было здаровым і шчаслівым, каб не звёўся род.

Абрады – сукупнасць традыцыйных умоўных дзеянняў, што сімвалічна выражаюць і замацоўваюць адносіны людзей паміж сабой, іх

паводзіны ў важных жыццёвых сітуацыях, якія сістэматычна паўтараюцца. Яны ўтрымліваюць у сабе элементы песеннага, харэаграфічнага, драматычнага, дэкаратыўна-прыкладнага мастацтва. Свой пачатак бяруць у першабытным грамадстве, калі людзі імкнуліся заклінаннямі ўздзейнічаць на незразумелыя ім з’явы прыроды. Абрады былі звязаны з гаспадарчай дзейнасцю, бытавымі ўмовамі, грамадскімі адносінамі, таму відавочны іх падзел на земляробчыя, якія ў сувязі з пастаяннай паўторнасцю сельскагаспадарчых работ і прыстасаванасцю іх да пэўных дат або перыядаў прынята называць каляндарнымі (апошнія падзяляюцца на зімовыя – звязаны са святкаваннем Каляд, Масленіцы, Грамніц; вясновыя – Гуканне вясны, Першы выхад у поле; летнія – звязаны са святкаваннем Купалля, Зажынак, Дажынак; восеньскія – са святкаваннем Спаса, Багача, Пакроваў), а таксама сямейна-бытавыя (вясельныя, радзінныя, пахавальныя). Амаль усе абрады насычаны музыкай, песнямі, танцамі.

Да сямейна-бытавой абраднасці прынята далучаць шматлікія радзінныя абрады. Прааналізуем адзін з абрадаў падчас святкавання радзін, выконваемых бабкай-пупарэзніцай, які носіць назву абрад “ачышчэння”. Дадзены абрад, на думку беларусаў, садзейнічаў таму, што нованароджаны стане паважаным чалавекам у грамадстве, да якога будуць прыслухоўвацца, а таксама, як вырасце, будзе хутка бегаць; дзеці, якія падчас “ачышчэння” з’ядалі “бабіну” кашу, надзяляліся, па народных уяўленнях, здароўем і фізічнай моцай.

Цырымоніі – сукупнасць сімвалічных урачыстых дзеянняў, якія суправаджаюць важныя падзеі грамадскага і асабістага характару.

Тэрмін “рытуал” часта выкарыстоўваюць для абазначэння найбольш урачыстых абрадаў, але ён увасабляе не столькі змест, колькі акцэнт увагі на галоўнай падзеі, выказвае тую ці іншую адносіны да яе. Традыцыйным рытуалам запрашэння на вяселле, які ўключае шэраг цырыманіяльных дзеянняў, былі запросіны. Дадзены рытуал спрыяў фарміраванню маральнага і фізічнага здароўя не толькі ўсіх удзельнікаў (нявесты, жаніха, бацькоў маладых, хлопчыкаў-прасатых, дружкаў і дружак, запрошаных), але і тых, хто назіраў. Перш за ўсё дзеці і моладзь пераконваліся, што неабходна добра адносіцца да людзей: з павагай, удзячнасцю, быць шчырым, чэсным і справядлівым у абыходжанні і са сталымі людзьмі, і з равеснікамі, і з маладзейшымі за сябе, – каб не прыйшлося потым саромецца, просячы прабачэння пры запрашэнні, каб людзі не адварнуліся, дапамаглі наладзіць вяселле і прыйшлі на яго. Падругое, разлічваць на замужжа магла толькі працавітая, шчырая, сціплая, але з пачуццём уласнай годнасці, ашчадная, добразычлівая дзяўчына і працавіты, надзейны, сур’ёзны, з пачуццём уласнай годнасці, добразычлівы малады чалавек. Аб гэтым юнакі і дзяўчаты павінны былі паклапаціцца загадзя, каб быць упэўненымі, што ў іх будзе добры і дастойны шлюб.

Так, сродкі этнакультурнага падблоку дапамагаюць фарміраванню маральна і фізічна здаровай асобы. Звычаі і святы спрыяюць лучнасці

пакаленняў, аб'ядноўваюць намаганні беларусаў у выхаванні дзяцей і моладзі, прымушаюць падростаючае пакаленне сачыць за сваімі дзеяннямі, адносінамі да іншых, браць у свой арсенал станоўчыя рысы характару, каб у выніку не наклікаць ганьбу на сябе, сваіх бацькоў, свой род.

Шматвяковая практыка народнага выхавання не толькі вылучыла аспекты фарміравання чалавечай асобы, але і падала метады, што дапамагалі народу ў дасягненні мэты выхавання. Імі традыцыйна карысталіся беларусы, перадаючы свой вопыт з пакалення ў пакаленне, нягледзячы на тое, што дадзеныя правілы выхавання не былі навукова сфармуляванымі і даследаванымі. Выхавальнікі спачатку гаварылі, тлумачылі, паказвалі, унушалі сваім выхаванцам, затым давалі пасільныя даручэнні, каб замацаваць растлумачанае альбо паказанае. Калі дзіця выконвала даручаную справу някасна, то патрабавалі, каралі адмовай у чым-небудзь альбо фізічна, у адваротным выпадку заахвочвалі і г.д. Абавязковай умовай выхавання была праверка адпаведных якасцей асобы выхаванца, яго ведаў, уменняў і навыкаў з дапамогай розных іспытаў, якія бяруць свой пачатак у першабытным грамадстве.

У беларускай народнай педагогіцы існуе шэраг умоў, што вызначаюць фарміраванне маральнага і фізічнага здароўя асобы: 1) натуральныя, прыродныя дадзеныя, асаблівасці арганізма і цэнтральнай нервовай сістэмы асобы; 2) сацыяльныя ўмовы (сям'я, у прыватнасці, пэўны тып узаемаадносін яе членаў, і акружэнне асобы: калегі па працы, сябры, суседзі, вяскоўцы і г.д.); 3) сам суб'ект, што фарміруе сваё здароўе ў мэтанакіраванай дзейнасці шляхам развіцця ўласнай волі і пераадольваючы шэраг шматлікіх унутраных і знешніх супярэчнасцей.

Улічваючы уплыў вышэйзгаданых умоў на фарміраванне маральнага і фізічнага здароўя асобы, а таксама нацыянальна-гістарычную адметнасць дыдактычнага зместу метадаў беларускай народнай педагогікі, прапануем класіфікацыю метадаў беларускай народнай педагогікі па прыкмеце выходнай ініцыятывы з трох груп:

1. Метады ініцыятывы “Я”: прыклад і аўтарытэт, наказ, перакананне, парада, прывучэнне, унушэнне, тлумачэнне, расповед, грамадская думка, заахвочванне і ўхваленне, асуджэнне і ўшчуванне, благаслаўленне, пакаранне, вымова, пагроза, праклён.

2. Метады ініцыятывы “Я”: назіранне, (у залежнасці ад узросту асобы, што фарміруецца, узроўню сфарміраванасці яе валявых якасцей, мэтанакіраванасці, сталасці яе матывацыйнай сферы некаторыя метады ініцыятывы “акружэнне “Я” могуць пераходзіць у дадзеную групу з прыстаўкай сама-) самаўнушэнне, самаперакананне, самапрывучэнне, самаўшчуванне, самаўхваленне, самаасуджэнне, самапакаранне.

3. Метады ўзаемнай ініцыятывы: гутарка, спаборніцтва, праца, гульня, іспыт, практыкаванне.

Метады ініцыятывы “акружэнне “Я” з'яўляюцца своеасаблівым рэгулятарам паводзін і перакананняў асобы, уздзеянчаючы на свядомасць выхаванца. Яны маюць на мэце выпрацаваць у дзіцяці

разуменне значэння той якасці, якую яму імкнуцца прывіць, спрыяюць устанаўленню і фарміраванню пэўных маральных паняццяў, перакананняў і пачуццяў дзяцей, а таксама пэўных рыс маральнага і фізічнага ідэалу асобы: працавітасці, дабрыні, чэснасці і праўдзівасці, акуратнасці, ашчаднасці, уважлівасці, фізічнай моцы, вытрымкі і інш.

Адным з самых распаўсюджаных метадаў дадзенай групы з'яўляецца расповед як абавязак кожнага дарослага чалавека ў адносінах да дзіцяці. Расповед даросля пачынаюць прымяняць у якасці выхаваўчага метаду ледзь не з самага нараджэння дзіцяці: матчына мова, тэмбр яе голасу ў час звяртання да дзіцяці станоўча ўплываюць на немаўля, яшчэ не спазнаўшага мовы, але ўжо на дадзеным этапе станоўча рэагуючага пры дапамозе ўсмешкі, рухаў, спалучэння гукаў. Слухаючы дарослых дзіця спазнае акаляючую рэчаіснасць, шматграннасць узаемаадносін, свае гістарычныя карані, знаёміцца з народнай творчасцю, працоўнай дзейнасцю і г.д. Гэта ўплывае на фарміраванне маральных паняццяў, дапамагае развіць маральныя пачуцці дзіцяці і ў выніку выхаваць асноўныя маральныя якасці асобы.

Метадамі, у значнай ступені тоеснымі расповеду, выступаюць перакананне і тлумачэнне. Метад пераканання разлічаны на ўсведамленне выхаванца сваёй ролі ў грамадстве, на ўменне суадносіць свае паводзіны з асабістымі ўстаноўкамі і агульнапрынятымі правіламі. Іншымі словамі, дадзены метады фарміруе свядомага члена грамадства, асобу, прычым яго змест і форма змяняюцца ў залежнасці ад узросту выхаванца: спачатку найбольшую эфектыўнасць маюць вусная народная творчасць, прадстаўленая шматлікімі песнямі, казкамі, прыказкамі і прымаўкамі, прыклад блізкіх людзей (бацькоў, старэйшых братоў і сяцёр); затым народ выкарыстоўвае арсенал больш моцных доказаў – выходзіць на ўласных жыццёвых (працоўных, баявых) традыцыях, прыкладзе самых паважаных людзей і г.д.

Але рыхтуе дзіця да вышэйзгаданага метаду метады унушэння, які шырока выкарыстоўваецца ў сям'і з самых першых дзён дзіцяці пры дапамозе прамога славеснага ўздзеяння на выхаванца. Унушаемае прымаецца дзіцем на веру, калі выхавальнік (бацькі, старэйшыя, равеснікі) карыстаецца аўтарытэтам і пашанай. Часта для самых маленькіх унушэнне ўвасабляецца ў канкрэтныя адзінкі вуснай народнай творчасці: пацешкі, калыханкі, казкі. Затым па меры сталення і інтэлектуальнага росту дзіцяці дадзены метады пераходзіць у метады пераканання.

Прыклад і аўтарытэт – не менш каштоўны ў плане фарміравання маральна і фізічна здаровай асобы метады дадзенай групы. Народ-педагог актыўна карыстаецца ім, спалучаючы з гутаркай, расповедам, унушэннем. Ды і ў асобы, што фарміруецца, абавязкова ёсць прыклад для пераймання, галоўнае, каб ён быў станоўчым. А ў гэтым рашаючую ролю адыгрываюць блізкія людзі, перш-наперш бацькі дзіцяці. Своеасаблівым захавальнікам маральнасці і дабрачыннасці быў самы старэйшы член сям'і (бацька, дзядуля і г.д.), які карыстаўся пашанай і

павагай ва ўсіх. Менавіта да яго звярталіся за парадай, ён вырашаў спрэчкі, а таксама, маючы аўтарытэт у дадзенай сям’і і за яе межамі, імкнуўся паводзіць сябе і працаваць так, каб не было сорамна перад аднавяскоўцамі і членамі сям’і. Вышэйзгаданае яскрава пацвярджаюць беларускія народныя прыказкі і прымаўкі: *“Маладыя ад старых вучацца”*, *“Ад добрага таты добрыя парады”*, *“Падсадзі на печ дзядулю – цябе ўнукі падсаджыць”* і іншыя.

Прывучэнне – гэта практыкаванне, якое выконваецца з большай інтэнсіўнасцю. Вобразнасць, нагляднасць і эмацыянальнасць, якія выяўляюцца пры паказе ўзору тых ці іншых працоўных дзеянняў, паводзін старэйшымі, найлепшым чынам уплываюць на набыццё пэўных навыкаў і ўменняў, а таксама на выпрацоўку карысных звычак. Пры гэтым выхавальнікі (бацькі, родзічы, суседзі, вяскоўцы) кантралююць паводзіны выхаванцаў, сочаць не толькі за працяканнем працэсу прывучэння, але і за захаваннем апошнімі традыцыйнага для беларусаў спосабу паводзін, бо як сведчыць народная прыказка: *“Калі сабака змалку прывыкне праз вокны лазіць, дык яго гэтакім і воўк з’есць”*. Прывучэнне ў беларускай народнай педагогіцы ажыццяўляецца некалькімі шляхамі, якія адрозніваюцца паміж сабой мерай прымусу: 1) выхавальнікі адкрыта ставяць перад выхаванцам задачу засваення пэўных норм паводзін, звычайна выкарыстоўваючы аўтарытарны тон (*“Будзь акуратным”*, *“Выпрацоўвай у сабе ашчаднасць і гаспадарлівасць”* і г.д.); 2) ускосна даводзяць задачу да свядомасці дзіцяці з дапамогай адзінак вуснай народнай творчасці (напрыклад, прыказак: *“Умеў памыліцца, умеў напавіцца”*, *“Хто бацькоў не слухае, той у пальцы дзьмухае”* і інш.). Адною з умоў прымянення метаду прывучэння ў народнай педагогіцы беларусаў выступае яго гуманізацыя, г.зн. максімальнае змяншэнне прымусовага ўздзеяння на выхаванца: для маленькіх дзяцей – гэта спалучэнне прывучэння з гульнёй (для падтрымання іх зацікаўленасці); дзецям больш старэйшага ўзросту выхавальнікі тлумачылі практычную каштоўнасць ці канчатковы вынік прывучэння да чаго-небудзь; падлеткаў і моладзь звычайна ўводзілі ў курс справы і імкнуліся выкарыстоўваць дадзены метады не прымусам, а адносінамі да іх, як да роўных сабе.

Грамадская думка – бадай, адзін з самых дзейсных метадаў народнай педагогікі. Чалавек як асобіна грамадская заўсёды прыслухоўваецца і ўзгадняе свае дзеянні з меркаваннем людзей, што яго акружаюць, асабліва тых, якія карыстаюцца ў яго павягай і аўтарытэтам. Дадзены метады знаходзіць сваё выяўленне ў народных прыказках і прымаўках, афарызмах і з’яўляецца, з аднаго боку, сродкам духоўнага ўздзеяння на паводзіны чалавека (*“Ідзі з людзьмі – то не згубішся”*, *“Вучы народ, вучыся і ў народа”*), з другога, рэгулятарам паводзін людзей у грамадстве (*“Ні бача сава, якая сама”*, *“Калі раіш суседу, то абмазгуй да следу”*). Безумоўна, грамадская думка ўплывае на фарміраванне маральна і фізічна здаровай асобы, што яскрава дэманструюць беларускія народныя прыказкі і прымаўкі.

Наступныя метады аб’яднаны стымулюючай накіраванасцю выхаваўчага працэсу, яны вядомы з даўніх часоў, бо сам тэрмін

паходзіць ад старажытнагрэчаскага “стымул” – драўляная палка, якой карысталіся для падгону лянiвых жывёл. Стымуляванне, як можна пераканацца, – гэта ў нейкай ступені прымушэнне і да дзеяння (метады заахвочвання), і да роздуму, да аналізу сітуацыі, сваіх дзеянняў і т.п. (парада, наказ, метады заахвочвання, метады асуджэння), бо чалавеку, як і жывёле, неабходны пастаянныя стымулы, якія альбо паскараюць (метады заахвочвання), альбо стрымліваюць (метады асуджэння) пэўныя дзеянні.

Да групы метадаў заахвочвання адносяцца ўхваленне і заахвочванне, якія даволі часта сустракаюцца ў паўсядзённым жыцці. Народ-педагог выступае за разумнае выкарыстанне метадаў дадзенай групы. Метад ухвалення павінен укладвацца ў агульнапрынятыя ў народзе каноны (не хваліць празмерна, выкарыстоўваць дадзены метадаў у значных выпадках і не дапускаць ні ў якім разе самаўхвалення: “Сам сябе не хвалі, няхай людзі пахваляць”, “Хто сам сябе хваліць, няхай ярун таго спаліць”). Звычайна дадзены метадаў прымянялі пры выхаванні дзяцей з самага іх маленства, стымулюючы апошніх на добрыя ўчынкi ці засваенне працоўных уменняў (прычым найлепшага выніку дасягала пахвала дзіцяці ў прысутнасці іншых людзей), а са сталеннем выхаванцаў звярталіся да яго параўнальна рэдка. Метадаў заахвочвання цесна звязаны з метадаў ухвалення, бо часам апошні можа выступаць своеасаблівым заахвочваннем для далейшага асобаснага развіцця альбо для фарміравання пэўнай рысы характару. Акрамя слоўнага заахвочвання, да якога адносяцца падзяка, пахвала (што выступаюць у якасці маральнай ацэнкі ўчынкаў выхаванца), распаўсюджана сярод беларусаў і матэрыяльнае заахвочванне (прадастаўленне права выкарыстоўваць тыя ці іншыя рэчы і распараджацца імі, асабліва ў працоўным выхаванні, дарэнне падарункаў і г.д.). Але і ў дадзеным выпадку неабходна пачуццё меры, бо злоўжыванне гэтым метадаў прыводзіць да супрацьлеглага выніку. Такім чынам, метады заахвочвання служаць своеасаблівым стымулам пры фарміраванні пэўных рыс характару, што спрыяе маральнаму і фізічнаму здараўленню асобы.

Метады асуджэння ў народнай педагогіцы беларусаў уключаюць у сябе ўшчуванне, вымову і асуджэнне. Народ дастаткова ўважліва ставіцца да ўжывання дадзеных метадаў, аб чым сведчыць беларуская прыказка: “Хваляць – заткні вуха, крытыкуюць – слухай”. Да іх звычайна звяртаюцца, калі выхаванец упершыню зрабіў нешта дрэннае, што разыходзіцца з агульнапрынятымі правіламі і канонамі. У такім выпадку выхавальнік слоўна выказвае сваё неадабрэнне, крытыкуе дзеянні і ўчынкi сваіх выхаванцаў з пазіцыі агульнапрынятай маралі. Часцей за ўсё з дадзеных метадаў выкарыстоўвалі асуджэнне, таму ў беларускай народнай педагогіцы сфарміравалася пэўная паслядоўнасць прыёмаў асуджэння, якія падпарадкоўваліся месцу, узросту і правілам прыстойнасці. Напрыклад, у гасцях ці пры іншых людзях выкарыстоўваліся асуджальныя погляды і жэсты, слоўнае асуджэнне лічылася найбольш эфектыўным у сямейнай атмасферы альбо сам-насам з дзіцем. Беларускі народ захаваў шматлікую колькасць прыказак і

прымавак, што асуджаюць пэўныя чалавечыя заганы (напрыклад, гультайства: *“Яму раніцой росна, днём млосна, а ўвечары камары кусаюць”*, *“За сном і спачыць няма калі”*). Ужыванне дадзеных метадаў было дастатковым, каб выхаванец выправіў свае паводзіны, але, на жаль, бывалі выпадкі, калі падростаючае пакаленне працягвала паводзіць сябе, як і раней, тады ў іх выхаванні выкарыстоўваліся пакаранне, пагроза і праклён.

Пакаранне – гэта такі метада народнай педагогікі, які можа прадухіляць альбо замаруджваць непажаданыя ўчынкi, выклікаць пачуццё віны і жаданне выхаванца выправіцца. У народзе існуе некалькі відаў пакарання, што звязаны з даручэннем дадатковых абавязкаў, з выпраўленнем зробленага не так, як патрэбна, са змяншэннем пэўных правоў, з выражэннем маральнага асуджэння. Але традыцыйна пад словам “пакаранне” народ разумее фізічнае ўздзеянне на выхаванца.

На мэтазгоднасць ужывання фізічнага пакарання існуе некалькі рознапалярных пунктаў гледжання: адны лічаць, што яно жыццёва неабходнае для правільнага выхавання дзіцяці (*“Гадуй хлапца, ды не ішкадуй дубца”*, *“Калі тонкага дрэва не сагнеш, то тоўстага не адужаеш”*), другія – што дадзены від пакарання не прыносіць карысці, а, наадварот, прыніжае годнасць дзіцяці (*“Ад дубцоў дурнеюць, ад слоўцаў разумнеюць”*, *“Ласкавае слова лети за дубіну”*).

Пагроза цесна звязана з пакараннем, бо яна з’яўляецца своеасаблівым папярэджаннем да выкарыстання апошняга і заклікана засцерагчы выхаванца ад дрэннага ўчынку, а значыць, і ад пакарання.

Праклён – выхаваўчы метада, да якога дастаткова рэдка звяртаюцца беларусы, бо яго ўжываюць толькі ў тым выпадку, калі іншыя метады асуджэння не дзейнічаюць на выхаванца. Праклёнам выказваецца найбольшае раздражненне і злосць (напрыклад, *“Каб цябе пярун спаліў”*, *“Бадай цябе качкі стапталі”* – з беларускіх народных казак) і, як выключэнне, – поўная адмова ад далейшых зносін альбо адрачэнне.

Такім чынам, метады асуджэння выступаюць своеасаблівым рэгулятарам і карэктарам паводзін, перакананняў выхаванца, што, безумоўна, уплывае на яго маральнае і фізічнае здараўленне.

Наказ і благаслаўленне таксама магчыма аднесці да метадаў стымулявання, бо яны нясуць у сабе пэўнае настаўленне, павучанне, просьбу, пажаданне дабра і іншае. Дадзеныя метады цесна ўзаемазвязаны паміж сабой: наказ – гэта своеасаблівае настаўленне, якое звычайна даецца ў асабліва памятных моманты (пры ўступленні выхаванца на самастойнае жыццё, праводзінах у далёкую дарогу альбо пры адчуванні выхавальнікам сваёй смерці і г.д.); благаслаўленне ж – гэта наказ у дарогу альбо пажаданне поспехаў у нейкай справе (пры ўступленні выхаванца ў шлюб, пры нараджэнні дзіцяці (прычым благаслаўляюць і апошняга, зычачы яму доўгае жыццё, здароўе і шчаслівую долю)) і інш. Выхаванец прыслухоўваўся да волі выхавальніка, выражанай у дадзеных метадах стымулявання, і лічыў за абавязак выканаць яе, каб, знаходзячыся ўдалечыні ад свайго роду, не страціць яго гонар.

Парада – з’яўляецца яшчэ адным метадам стымулявання, які ўжываецца ў паўсядзённым жыцці дастаткова часта, бо, як сведчаць беларускія народныя прыказкі і прымаўкі: “*Парады патрэбны і мудраму*”, “*Адна галава добра, а дзве – лети*” і іншыя (прычым менавіта ў дадзеных жанрах фальклору ўвасоблена шматлікая колькасць парад, напрыклад, “*Упярод не лезь, ззаду не аставайся, сярэдзіны трымайся*”, “*Старое памятай, а жыві новым*” і г.д.). Выхаванцы звычайна звярталіся да сваіх настаўнікаў (да бацькоў, да паважаных і вопытных людзей) пры вырашэнні складанага пытання ці пэўнай жыццёвай сітуацыі, і выхавальнікі – людзі сталыя і вопытныя – дапамагалі карыснай парадай, якая забяспечвала іх падапечным поспех у справах (“*Ад добрага таты добрыя парады*”, “*Добры чалавек, параіўшы, не шкадуе*”).

**Метады ініцыятывы “Я”** спрыяюць з’яўленню і развіццю ў выхаванца адказных адносін да сябе, усведамленню сябе як асобы, фарміраванню ўласнага маральнага і фізічнага здароўя, бо пэўны тып паводзін асобы заснаваны на яго ўласных перакананнях, якія ўзнікаюць і замацоўваюцца пад уплывам метадаў ініцыятывы “акружэнне “Я””.

Назіранне – метад дадзенай групы, у значнай ступені звязаны з групай метадаў ўзаемнай ініцыятывы. Перш чым даручаць дзіцяці практычнае заданне, народ-педагог даваў магчымасць яму паназіраць за выкананнем адпаведнай працы вопытнымі людзьмі. З мэтай больш свядомага назірання вучня за працай дарослых паралельна з выкананнем дзеяння апошнія давалі яму карысныя парады і дзяліліся ўласным вопытам. Назіраючы, дзіця атрымлівала неабходны жыццёвы вопыт, які спрыяў фарміраванню яго маральнай свядомасці, а значыць, і маральнага здароўя. Дзіця брала на ўзбраенне тэхніку выканання працоўных аперацый, паводзіны і звычкі працуючых, што потым часткова пераносілася на дзейнасць вучня і спрыяла фарміраванню яго фізічнага здароўя.

Метады самаўнушэння, самапераканання, самапрывучэння, самаўшчування, самаўхвалення, самаасуджэння, самапакарання, ідэнтычныя па змесце аналагічным метадам ініцыятывы “акружэнне “Я”” (без прыстаўкі сама-), накіраваны на самаўдасканаленне асобы.

**Метады ўзаемнай ініцыятывы** спрыяюць фарміраванню свядомасці асобы і ўстанаўленню пэўнага тыпу яе паводзін у грамадстве. Дадзеная група метадаў амаль цалкам заснавана на практычнай дзейнасці выхаванца, якая з’яўляецца яго ініцыятывай або якой патрэбна кіраваць.

Асноўным патрабаваннем да выхавальніка ў вядзенні гутаркі выступае яго ўменне своечасова вызначаць прадмет размовы, паведамляць у час гутаркі невядомую суразмоўцу інфармацыю з захапленнем і зацікаўленасцю. Гутарка патрабуе больш актыўнага і свядомага ўдзелу выхаванца: здольнасці аналізаваць, рабіць высновы, абагульняць атрыманыя звесткі, – што выпрацоўвае яго ўстойлівы светапогляд і маральныя перакананні. Размовы з блазнамі (дзецьмі да сямігадовага ўзросту) патрабуюць ад дарослага асаблівых умоў: спрошчанай падачы матэрыялу, які найбольш

зразумелы дзеям дадзенага ўзраставага перыяду, з абавязковым выкарыстаннем слоў дзіцячай лексікі для ліквідацыі ўзраставай перашкоды (яна можа зменшыць даверлівыя адносіны дзіцяці да суразмоўцы). Але нельга пераходзіць даросламу да выкарыстання пераважнай большасці “дзіцячых” слоў, бо маленькі выхаванец бачыць у вас перш за ўсё эксперта, які больш ведае і можа адказаць на ўсе яго пытанні. Тон дарослага павінен быць спакойным і пераканаўчым незалежна ад пытання дзіцяці. Таму нездарма ў скарбонцы беларускага народа існуюць прыказкі і прымаўкі, што пацвярджаюць вышэйзгаданае: *“Да пяці год п’ястуй дзіця, як яечка, з сямі пасі, як авечку, тады выйдзе на чалавечка”*. Калі дзеці дасягалі сямігадовага ўзросту, іх выхавальнікі па-іншаму будавалі размову: яна ўжо ўключала сваю завязку (каб зацікавіць выхаванца ў тэме размовы); кульмінацыйны момант (падчас яго звычайна прыводзіліся прыклады з жыцця, гісторыі павучальнага зместу, якія павінны былі пераканаць дзяцей у правільнасці пазіцыі суразмоўцы, а таксама схіліць іх да таго тыпу паводзін, які прадугледжаны грамадствам); развязку (выхаванец звычайна выказваў сваю канчатковую думку наконт прадмету размовы і вырашаў, як яму паводзіць сябе надалей).

Адным з самых важных метадаў узаемнай ініцыятывы з’яўляецца практыкаванне, бо яно ў большай ступені, чым іншыя метады дадзенай групы, уключае дапамогу і падтрымку народнага выхавальніка, таму памылковыя погляды і дзеянні асобы, што фарміруецца, могуць быць заўважаны і тэрмінова выпраўлены, а станоўчыя – выпрацаваны дзякуючы неаднаразовым паўтарэнням, што спрыяюць фарміраванню карысных звычак (*“Адзін добры вопыт важней сямі мудрых павучанняў”*). Так, пад практыкаваннем разумеецца стварэнне для выхаванцаў умоў, што дазваляюць ім, свядома паўтараючы пэўныя дзеянні, дасягнуць грамадска значных вынікаў, папоўніць кола сваіх ведаў, уменняў і навыкаў. Вынікам практыкаванняў з’яўляюцца навыкі і звычкі – устойлівыя якасці асобы (*“Капля па каплі і камень ламае”*). Эфектыўнасць дадзенага метаду залежыць ад шэрагу ўмоў: 1) сістэмы практыкаванняў, 2) іх зместу і аб’ёму, 3) даступнасці і пасільнасці практыкаванняў, 4) кантролю і карэкцыі, 5) частаты выканання. Беларуская народная педагогіка строга выконвае дадзеныя ўмовы, улічваючы ўзраставыя асаблівасці і пол выхаванцаў. Напрыклад, маленькіх дзетак практыкавалі ў тым, як правільна паводзіць сябе за сталом, у прысутнасці іншых людзей, як ажыццяўляць нескладаныя дзеянні па самаабслугоўванні, выконваць даручэнні бацькоў (*“Хто бацькоў не слухае, той у пальцы дзьмухае”*).

Праца ў беларускай народнай педагогіцы з’яўляецца не толькі сродкам, але і метадам фарміравання маральна і фізічна здаровай асобы, пра што яскрава сведчаць беларускія прыказкі і прымаўкі: *“Працаваць не любіш – чалавекам не будзеш”*, *“Праца робіць чалавека разумным”*, *“Добра працуеш – павагу маеш”*, *“Праца чалавека трымае і ўздымае, а гультайства псуе”*, *“Не на адну хваробу праца летишы доктар”*, *“Праца здароўя не адбірае”*. Дзякуючы працы, асоба, што фарміруецца, набывае такія каштоўныя рысы

характару, як ашчаднасць, цярплінасць, акуратнасць, рашучасць, праўдзівасць, пільнасць, адказнасць за даручаную справу або яе вынікі, прычым праца ў калектыве спрыяе развіццю такіх якасцей, як дабрыня, павага, сумленнасць, праўдзівасць, гонар і ўласная годнасць, што спрыяюць маральнаму станаўленню выхаванца; фізічнае аздараўленне асобы адбываецца за кошт укладання ў працу фізічных намаганняў, волі, вытрымкі, што ўплываюць на фарміраванне фізічнай моцы, пачуцця справядлівасці, волі, трываласці характару, а таксама прафілактыкі рэспіраторных захворванняў (маецца на ўвазе праца на адкрытым паветры).

Гульня таксама з'яўляецца і сродкам, і метадам фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы. Гульня, як адна з прыродных патрэбнасцей чалавека, мае для гэтага велізарныя магчымасці, бо яна спрыяе перайманню гуляючымі культурнага вопыту папярэдніх пакаленняў, а значыць, і духоўнай лучнасці паміж пакаленнямі беларусаў. Гульня стварае спрыяльныя ўмовы для раскрыцця здольнасцей, для шчырых сяброўскіх узаемаадносін, для праяўлення і пераймання станоўчых і адмоўных схільнасцей дзяцей, таму яна абавязкова патрабуе нагляд і, калі патрэбна, умяшальніцтва дарослых, каб дрэнныя схільнасці і звычкі не сталі рысамі характару асобы. Падчас гульні фарміруюцца такія маральныя якасці, як дабрыня, павага да іншых, акуратнасць, стараннасць, уважлівасць, справядлівасць, чэснасць і праўдзівасць, што з'яўляюцца стрыжнявымі для беларускага народа. Гульні таксама спрыяюць фарміраванню фізічнага здароўя падростаючага пакалення праз набыццё і развіццё: фізічных характарыстык (спрыту, каардынацыі дзеянняў, назіральнасці, вокамеру і інш.), патрыятызму, фізічнай моцы, вытрымкі, справядлівасці. Дадзены метады народнай педагогікі з'яўляюцца таксама своеасаблівай прафілактыкай прастудных і рэспіраторных захворванняў, г.зн. адным са спосабаў загартавання арганізма дзяцей.

На нашу думку, да метадаў дадзенай групы магчыма таксама аднесці і спаборніцтва, бо сцвярджанне чалавека ў грамадстве з'яўляецца натуральнай патрэбнасцю, якая рэалізуецца праз спаборніцтва з іншымі (у працы, у майстэрстве, у мастацтве і г.д.). Падростаючае пакаленне ў большай ступені імкнецца да спаборніцтва, да прыярытэту, да набыцця і ўтрымання першынства ў чым-небудзь, бо вынікі спаборніцтва на доўгі час вызначаюць і замацоўваюць набыты такім спосабам статус чалавека ў грамадстве. Таму магчыма праз спаборніцтва выходзіць неабходныя асобе, якая фарміруецца, якасці і рысы характару, што і было ўласціва беларускаму народу. Дарослыя заўсёды імкнуліся арганізаваць спаборніцтва і кантраляваць яго ход, устанаўліваць або сачыць за правіламі, паводзінамі ўдзельнікаў і г.д. Звычайна дадзеная роля ўскладвалася на плечы старых і вопытных людзей, што мелі павагу сярод дзяцей і моладзі. Умяшальніцтва такіх “назіральнікаў” у спаборніцтва было звязана з узростам спаборнічаючых у чым-небудзь. Напрыклад, дзецям да 8–9 год неабходна было растлумачыць правілы, сачыць, каб малыя спаборнічалі паміж сабой у чымсьці сапраўды значным (на хуткасць, на спрытнасць, на чэснасць і г.д.), дапамагчы

дастойна ўзнагародзіць пераможцу; за падлеткамі арганізоўвалася больш пасіўнае назіранне, бо ў іх ужо звычайна быў назапашаны дастаткова багаты вопыт у спаборнічанні (удзел дарослых быў накіраваны на змяншэнне жорсткіх умоў спаборніцтва); моладзь арганізоўвала і праводзіла дадзены від сцвярджэння ў грамадстве самастойна. У час народных святаў таксама ладзіліся спаборніцтвы на праверку фізічных магчымасцей звычайна сярод юнакоў, напрыклад, падчас Масленіцы (аб'езджанне маладых коней і валоў, узбіранне на гладкі слуп); дзяўчаты ў спаборніцтве правяралі сваё майстэрства вышываць, ткаць, жаць жыта, вязаць снапы і г.д. Правільна арганізаванае спаборніцтва найлепшым чынам спрыяла фарміраванню гарманічнай у маральных і фізічных адносінах асобы, бо разам з развіццём фізічных магчымасцей чалавека (хуткасці, вытрымкі, моцы і г.д.) фарміраваліся і неабходныя кожнаму рысы характару, такія як чэснасць, справядлівасць, уважлівасць і павага да іншых, імкненне дапамагчы і іншыя.

Метад падвядзення вынікаў – іспыт – адыгрывае асаблівую ролю ў народнай педагогіцы беларусаў, бо менавіта ён завяршае кожны канкрэтны этап фарміравання асобы, да таго ж гэта абавязковая ўмова амаль усіх відаў працоўнай дзейнасці чалавека. Беларускі народ на працягу стагоддзяў выпрацаваў шматлікія арганізацыйныя формы падвядзення вынікаў, напрыклад, вынікі працы агучваліся на многіх працоўных святах, вынікі фізічнай моцы і загартаванасці – на спартыўных спаборніцтвах; вынікі маральнага сталення асобы – у гасцях, падчас святаў і абрадаў і г.д.

Ад нараджэння і да дасягнення паўналецця чалавек праходзіў розныя этапы іспытаў, звязаных з праверкай ступені дасканаласці выхаванцаў кожнай узроставай групы: іспыт немаўлят уключаў уменне распазнаваць галасы маці і бацькі, рэагаваць на святло, музыку, поўзаць і хадзіць; іспыт маленькіх – уменне самастойна апранацца і распранацца, выконваць нескладаныя хатнія абавязкі, даглядаць немаўлят пры адсутнасці дарослых; іспыт падлеткаў – уменне правільна паводзіць сябе ў грамадстве, старанна выконваць розныя працоўныя аперацыі па гаспадарцы і ў полі; іспыт моладзі – уменне дасканала выконваць любую працу ў залежнасці ад полу, усюды захоўваць правілы прыстойнасці, павагі і гасціннасці. Народ-педагог выкарыстоўваў розныя прыёмы па арганізацыі іспытаў: для праверкі фізічных магчымасцей – гульні, спаборніцтва альбо даручэнні, якія патрабавалі прымянення вытрымкі, смеласці і моцы; для праверкі працоўных магчымасцей далучалі да грамадскіх сельскагаспадарчых або іншых спраў; маральныя якасці асобы выяўляліся праз штодзённыя падзеі альбо арганізацыю святочных мерапрыемстваў. Прамежкавыя іспыты непазбежна рыхтавалі выхаванцаў да выніковага іспыту, які быў асобным для юнакоў (у якасці земляроба, жывёлавода, рамесніка, будучага мужа і бацькі; прычым народ лічыў дастатковымі ўменне хлопца быць гаспадарлівым, працавітым і ўмелым, каб пачынаць сямейнае жыццё), і для дзяўчат (як хатняй гаспадыні, народнай умеліцы, жніі, будучай жонкі і маці).

Метады народнай педагогікі ўплываюць на фарміраванне маральнага і фізічнага здароўя асобы, уздзеінічаючы на яго погляды, меркаванні, пачуцці, самаацэнку, а гэта значыць, і на яго свядомасць і паводзіны. Народна-педагагічныя сродкі і метады маюць непасрэдную ўзаемасувязь паміж сабой і эфектыўна спалучаюцца ў фарміраванні маральнага і фізічнага здароўя асобы, што магчыма выкарыстаць і ў сучаснай сістэме выхавання падрастуючага пакалення.

#### *Кантрольныя пытанні*

1. Якім чынам класіфікуюцца сродкі фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы?
2. Дайце працэсуальную характарыстыку вышэйзгаданых сродкаў?
3. Чым абумоўлена дастаткова вялікая колькасць метадаў фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы?
4. Якія правілы існуюць у народа пры выбары і прымяненні таго ці іншага метада?
5. Як класіфікуюцца метады фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы?
6. Падайце працэсуальную характарыстыку вышэйзгаданых метадаў?
7. Прадстаўце магчымасці выкарыстання народна-педагагічных сродкаў і метадаў фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў сучаснай сістэме выхавання?

#### **ЛЕКЦЫЯ 4. Антагенез фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы**

Фарміраванне маральна здаровай асобы – паслядоўны шматступенны працэс. Кампанентамі фарміравання маральнага здароўя асобы з’яўляюцца: 1) маральная свядомасць; 2) маральнае мысленне; 3) маральныя паводзіны; 4) маральная воля, якая прысутнічае ва ўсіх вышэйзгаданых кампанентах.

У беларускай народнай педагогіцы існуе шэраг умоў, што вызначаюць фарміраванне маральнага здароўя асобы. Гэта, па-першае, натуральныя, прыродныя дадзеныя, асаблівасці арганізма і цэнтральнай нервовай сістэмы асобы (напрыклад, чалавек з халерычным тыпам тэмпераменту больш імпульсіўны і здольны дастаткова хутка мяняць свае погляды на рэчаіснасць, быць непаслядоўным ва ўласных дзеяннях, звязаных з фарміраваннем пэўных маральных якасцей, чым флегматык – паслядоўны, ураўнаважаны, хоць крыху і марудлівы тып тэмпераменту) і ўзрост выхаванца – на кожным з узростава перыядаў прымяняліся “свае” педагагічныя сродкі і метады фарміравання маральнага здароўя асобы (узростава градацыя ўзята паводле этнаграфічнага даследавання Л.В. Ракавай “Традыцыі сямейнага выхавання ў беларускай вёсцы” і размешчана ў строгай узроставай і назыўной

паслядоўнасці: “анёлкі” – ад нараджэння да 2–3-х гадоў; “блазнюкі” – ад 2–3-х да 6–8-мі год – (хлопчыкі і дзяўчынкі адпаведна); “блазны” – ад 6–8-мі да 10-ці; падлеткі ці дзеці пераходнага ўзросту – ад 10-ці да 12–14-ці год; юнацкі ўзрост – ад 14-ці да 16–17-ці год); па-другое, сацыяльныя ўмовы (сям’я, г.зн. пэўны тып узаемаадносін яе членаў, і акружэнне асобы: калегі па працы, сябры, суседзі і г.д.); і, па-трэцяе, сам суб’ект, што фарміруе сваё здароўе ў мэтанакіраванай дзейнасці шляхам развіцця ўласнай волі і пераадольваючы шэраг шматлікіх унутраных і знешніх супярэчнасцей.

Фарміраванне маральнага здароўя пачынаецца ледзь не з самага нараджэння. Нават яшчэ задоўга да таго бацькі дзіцяці задумваліся пра яго прызначэнне ў жыцці, таму надавалі вялікае значэнне імянарачэнню, выбіраючы для малога імя высокамаральнага чалавека, які валодае пэўнымі рысамі характару ідэальнай асобы. Часцей за ўсё такім чалавекам быў народны герой, сваяк ці знаёмы, які карыстаўся ўсеагульнай павагай і любоўю.

Асноўным сацыяльным акружэннем малога з’яўлялася яго сям’я. Цэнтральная фігура для дзяцей у сям’і – маці – эталон маральнасці і чысціні, самы дарагі чалавек. Менавіта на яе плечы ўскладваўся клопат пра выхаванне дзіцяці: “*Матка вінавата, што дзіця чаравата*”, “*Якая матка, такое і дзіцятка*” і г.д. Да выхавання дзіцяці нярэдка падключаліся бабуля і дзядуля, якія садзейнічалі яго маральнаму сталенню. Першыя ўрокі маралі дзеці атрымлівалі таксама і ад сваіх старэйшых братоў і сясцёр. Увогуле ў беларусаў дзіця ва ўзросце ад пяці да сямі год лічылася ў сям’і нянькай. Старэйшыя дзеці, выхоўваючы малодшых, развівалі і ўласную самастойнасць, адказнасць за даручаную справу, паступова рыхтаваліся такім чынам да будучага сямейнага жыцця.

На першым годзе жыцця немаўляці галоўнай задачай для маці з’яўлялася фарміраванне нервовай сістэмы дзіцяці (трэба адзначыць, што ў пераважнай большасці выпадкаў у ласкавай мамы і дзіця было спакойнае), што было вельмі важна для далейшага фарміравання маральнага здароўя. Для гэтага маці неабходна было ўстанавіць цесны кантакт са сваім дзіцем: фізічны (кармленне грудным малаком); тактыльны (пяшчотныя дакрананні падчас пацешак і забаўлянак да ручак і ножак немаўляці, масаж і паглажванне); эмацыянальны (ласкавыя моўныя звароты маці да свайго дзіцяці), што складала своеасаблівую “школу пешчання” маленькіх (“*Да пяці год пясцуй дзіця, як яечка, з сямі пасі, як авечку, тады выйдзе на чалавечка*” – раіць народ-педагог). Дадзены ўзростава перыяд магчыма лічыць падрыхтоўчым для далейшага фарміравання маральнага здароўя асобы.

На другім годзе жыцця малога родныя імкнуліся ўключыць яго ў свядомую дзейнасць: вучылі элементам самаабслугоўвання; паказвалі і вучылі прасцейшым этапам нескладаных спраў, улічваючы яго цікавасць і, адначасова, няўстойлівасць увагі (напрыклад, нешта прынесці ці падаць, разам з дарослым пакарміць хатнюю птушку і інш.); знаходзілі

час для арганізацыі і ўдзелу ў дзіцячай гульні. Дарослыя і старэйшыя імкнуліся заўсёды пахваліць малога за выкананую працу, каб стымуляваць яго зацікаўленасць у далейшай дапамозе дарослым. Больш таго, многія гульні дзіцяці насілі характар дзеянняў, выконваемых дарослымі; дадзеныя гульні спрыялі паступоваму замацаванню працоўных навыкаў і ўменняў.

Фарміраванне маральных уяўленняў па сваёй сутнасці ўласціва дзецям ад года да 12-ці, бо звязана з назапашваннем жыццёвага вопыту праз узаемаадносіны з дарослымі людзьмі (у большасці выпадкаў з членамі сваёй сям’і), з аднагодкамі і сябрамі па гульні. У дадзеным узросце засваенне і фарміраванне прасцейшых маральных уяўленняў, такіх як “добра” і “зло”, адбывалася з дапамогай выхаваўчага ўздзеяння членаў сям’і малога. Вялікую ролю ў гэтым адыгрывалі беларускія народныя казкі – крыніца маральнага выхавання асобы. Слухаючы казкі, што читалі яму дарослыя, малое пераконвалася, што добры той, хто дапамагае іншым, не кідае сябра ў бядзе, заўсёды дзеліцца тым, што мае, абараняе сваю Радзіму ад ворагаў і г.д., а злы ніколі не падзеліцца з іншым, наадварот, адбярэ апошняе, пакрыўдзіць, кіне сябра ў бядзе, здрадзіць сваёй Айчыне. Каб правільна сфарміраваць уяўленні пра “добра” і “зло” ў дзіцяці, народ-педагог стварыў вялікую колькасць павучальных прыказак і прымавак, якія раюць быць добрым (“*Добрае чуваць далёка*”, “*Не ад прыгожых слоў добра на свеце стала*”, “*Добраму добрая памяць*” і г.д.), бо за зло немінуча будзе пакаранне (“*Руку, нагу пераломіш – зжывеца, а душу пераломіш – не зжывеца*”, “*Хто бацьку, маці зневажае, той добра не мае*”, “*Як ты людзям адгодзіш, так і яны табе*” і інш.). Паводзіны і жыццёвы ўклад дарослых таксама аказвалі вялікі ўплыў на ўсведамленне дзіцем дадзеных маральных уяўленняў. Члены сям’і, іх учынкi і паводзіны з’яўляліся своеасаблівым прыкладам для пераймання. Таму дарослыя члены сям’і імкнуліся не высвятляць сваіх адносін, не брыдкасловіць і г.д. у прысутнасці дзіцяці, прычым у адваротным выпадку яны б атрымалі асуджэнне сваіх дзеянняў з боку родных, суседзяў або аднавяскоўцаў. Найбольшую значнасць дадзеныя дзеянні дарослых набывалі пры фарміраванні ўяўленняў і, як вынік, маральна-паняцыйнага апарату дзяцей перыяду блазноцтва (пачынаючы з 6-7-мі год і заканчваючы 10-12-цю), бо ў гэты перыяд выяўляліся больш сталыя погляды апошніх на звычкі, зносіны і паводзіны іншых; яны ўжо былі здольныя ацэньваць паводзіны людзей, зыходзячы з пэўных маральных уяўленняў, што фарміраваліся і сістэматызаваліся ў калектыве падчас працоўнай дзейнасці альбо адпачынку. На дадзеным узроставым этапе дзіцяці, згодна з назапашаным жыццёвым вопытам і больш складанай сістэмай зносін, ужо было недастаткова двух стрыжнёвых маральных уяўленняў – “добра” і “зла”, таму яно пачынала канкрэтызаваць іх, напаўняючы пэўнымі рысамі характару і спосабам паводзін людзей у грамадстве. Так, з уяўленнем *добра* блазн пачынаў суадносіць маральныя ўяўленні, а затым і маральныя паняцці пра станоўчыя рысы характару чалавека, якія ў падлеткавым узросце (ад 12 да 14–16-ці год) перарастаюць у

маральныя паняцці, такія як “павага”, “сумленнасць”, “гасціннасць”, “сціпласць”, “гаспадарлівасць” і іншыя; уяўленні дзіцяці пра *зло* папаўняліся ўяўленнямі пра заганныя рысы, якія паступова ператвараліся ў маральныя паняцці: “знявага”, “бессаромнасць”, “крывадушша”, “азнайсства”, “лянота” і г.д.

З засваеннем маральных паняццяў і норм непасрэдна звязана фарміраванне маральных пачуццяў. Праяўленне розных па сваёй накіраванасці, выражэнню маральных пачуццяў надае паўнату і завершанасць духоўнаму абліччу асобы, што фарміруецца. Больш таго, пачуцці становяцца ўласцівасцямі асобы, уяўляючы сабой эмацыянальныя адносіны да рэчаіснасці, якія ў сваю чаргу падзяляюцца згодна са зместам і сацыяльнай значымасцю на станоўчыя і адмоўныя.

Фарміраванне маральных пачуццяў блазнюкоў і блазнаў адбывалася і ў гульнёвай дзейнасці: дарослыя члены сям’і сачылі за ходам дзіцячых гульняў (звычайна бабулі і дзядулі, бо бацькі былі заняты ў працы), прымалі ў іх удзел (старэйшыя браты і сёстры), але галоўнае – яны строга падыходзілі да падбору гульняў малым, ухваляючы выбар пэўнай станоўчай ролі і, наадварот, асуджалі і забаранялі малым гульні, у якіх трэба было праявіць адмоўныя рысы (нянавісць, помсту і т.п.) або сыграць адмоўны персанаж. Калі дзіця рабіла брыдкі ўчынак, абавязкам дарослых было падаць дзіцяці ўрок маралі: прымусяць яго выправіць свой дрэнны ўчынак або папрасіць у пакрыўджаных прабачэнне; асудзіць яго памылковыя дзеянні; здзейсніць справядлівае пакаранне (у тым ліку і фізічнае ў залежнасці ад сур’ёзнасці дрэннага ўчынку або яго паўторнасці) для таго, каб выклікаць у яго пачуцці віны, раскаяння, незадавальнення сабой і сваімі дзеяннямі.

Характэрным для падлетка з’яўляецца ўсведамленне пачуцця сумлення, якое выконвае ролю ўнутранага судзі. Развіццё пачуцця сумлення мае вялікае значэнне для рэгуляцыі ўласных паводзін, а таксама ладу жыцця асобы, што фарміруецца, як у адносінах да іншых людзей (“*Хто сумленне мае, той чужога не хапае*”, “*Хоць кашуля чорная, але сумленне чыстае*”), так і да сябе самога (“*Абы сумленне чыстае*”, “*Ад людзей схаваешся, ад сумлення – не*”). Родныя і блізкія падлетка, падаючы яму прыклад уласных паводзін, што ўзгоднены з паняццем сумленнасць, пераконваючы праз размовы ў неабходнасці такога тыпу паводзін, выкарыстоўваючы шэраг метадаў стымулявання ў залежнасці ад праяўлення ці непраяўлення пачуцця сумлення ў кожнай канкрэтнай сітуацыі, імкнуліся да фарміравання ў яго дадзенага пачуцця. У юнацкім узросце адбываецца далейшае ўсведамленне маральных пачуццяў. Дзякуючы актыўнай працоўнай і іншых відаў дзейнасці юнакоў і дзяўчат фарміруюцца канчаткова ўсе віды маральных пачуццяў, а разам з тым і такое вядучае маральнае пачуццё, як каханне. Узнікненне дадзенага пачуцця азначае, што юнак або дзяўчына сталі дарослымі і могуць пачынаць самастойнае ад бацькоў жыццё.

Апошнім з падэтапаў фарміравання маральнай свядомасці з’яўляецца маральная ацэнка і самаацэнка. Згодна з псіхалагічным даследаваннем самаацэнка дзяцей дашкольнага ўзросту Л.І. Бажовіч,

пачатак станаўлення маральнай самаацэнкі пачынаецца з трох-, чатырохгадовага ўзросту. Напрыклад, маленькія дзеці ад двух да трох год лічаць сябе добрымі незалежна ні ад чаго, “ужо ў дашкольнікаў фарміруецца самаацэнка, якая абавязкова на праводзімы імі хоць і прымітыўны, але ўлік паспяховасці ўласных дзеянняў, аднак апошніх блізкімі, улічваючы ўхваленні бацькоў”.

Народ-педагог імкнуўся выпрацоўваць маральную самаацэнку ў дзетак як мага раней. Гэта адбывалася, у першую чаргу, падчас працоўнай або гульнівай дзейнасці малых. Калі бацькі або старэйшыя члены сям’і заўважалі ў дзеяннях дзіцяці нешта, што разыходзілася б з маральнымі ўстаноўкамі, яны адразу імкнуліся растлумачыць яму, што так рабіць, так паводзіць сябе нельга, абавязкова ўказвалі прычыну забароны, прыводзілі ў даступнай для дзіцяці форме прыклады таго, да чаго могуць прывесці дадзеныя паводзіны, таксама далучалі да гэтай мэты пэўныя павучальныя народныя казкі, легенды, прыкметы і павер’і, прыказкі прымаўкі (напрыклад, “Шануй людзей, то і цябе пашануюць”, “Лепш паважай, чым зневажай”, “Як паклічаш, так і адгукнецца”, “Пажыві для людзей, пажывуць і для цябе”, “Бацькоў любі, старых паважай”, “Шануй бацьку з маткаю: другіх не знойдзеш”). Але роднымі ацэньваліся не толькі адмоўныя, але і станоўчыя ўчынкі дзіцяці. І малое паступова з дапамогай дарослых членаў сям’і вучылася ацэньваць свае ўчынкі і дзеянні, каб загадзя выбіраць пэўны тып паводзін, каб задаволіць сваіх бацькоў і блізкіх, каб быць прынятым у гульні і інш.

Кола сямейных абавязкаў блазнаў у параўнанні з дзецьмі 6–7-гадовага ўзросту пашыралася. У іх, згодна з полам, былі свае працоўныя абавязкі: для дзяўчынак – дапамога маці ў гадаванні малодшых брацікаў і сястрычак, выкананне розных кухонных спраў, спраў па гаспадарцы; для хлопчыкаў – дапамога бацькам у полі, па гаспадарцы, пастушкоўства. Гэта не магло не адбівацца на далейшым станаўленні маральнай самаацэнкі блазна, бо тое, як ацэньвалі яго працоўную дзейнасць члены сям’і, уплывала на маральную ацэнку яго як сталай асобы, асобных рыс характару, а затым і на маральную самаацэнку (напрыклад, няўдачы ў выкананні абавязкаў звычайна паніжаюць узровень прэтэнзій блазна, а поспех павышае іх).

Свядомасць падлетка у параўнанні з блазнам змяняецца ў бок большай незалежнасці ад дарослых, адстойвання сваёй самастойнасці, што звязана з усведамленнем сябе як асобы: выпінанне пачуццяў уласнай годнасці і справядлівасці. Але сустракаюцца ў пачуццях, паводзінах, ацэнцы акаляючай рэчаіснасці і свайго “Я” наіўнасць, пераймальнасць, чуллівасць, ранімасць. У адрозненне ад перыяду блазноцтва ў падлеткавым пачынаецца актыўнае і сістэматычнае самавыхаванне, што непасрэдна ўплывае на ўзровень самаацэнкі падлетка. Пачатак актыўнага самавыхавання асобы падлетка часцей за ўсё звязаны з уздзеяннем калектыву.

Свядомасць юнака і дзяўчыны, а значыць, і іх самаацэнка, фарміруецца згодна з новым грамадскім статусам – статусам дарослага чалавека, сталай асобы, для якой, па меркаванні народа-педагога, характэрны: пэўная жыццёвая пазіцыя (сваё бачанне і меркаванне наконт той ці іншай падзеі), зыходзячы з назапашанага ў папярэдніх узроставых перыядах жыццёвага вопыту; фарміраванне жыццёвых ідэалаў, кіруючыся якімі, асоба праводзіць мэтанакіраванае самавыхаванне (звычайна многія з жыццёвых ідэалаў юнак і дзяўчына чэрпаюць з агульнанароднага ідэалу дасканалай асобы з улікам уласнага жыццёвага вопыту, грамадскай думкі, звычайў і традыцый, у тым ліку і выхаваўчых, што пранізвалі жыццё вясковай сям’і); палажэнне, якое займаюць ў сям’і юнак і дзяўчына як дарослыя (што звязана з актыўным уключэннем юнака і дзяўчыны з боку бацькоў і старэйшых у сямейны савет па рашэнні розных надзённых праблем, з пашырэннем кола працоўных абавязкаў і магчымасцю поўнаасцю замяніць бацьку ці маці ў выкананні працоўных дзеянняў, з дазвалам у гэтым перыядзе ўступаць у шлюб, бо ў народзе лічылася, што юнак і дзяўчына і ў маральных, і ў працоўных, і ў фізічных адносінах здольныя стварыць уласную сям’ю і выхоўваць дзяцей).

Так, узровень сфарміраванасці маральнай свядомасці на кожным з узроставых этапаў абумоўлівае развіццё наступнай прыступкі – **маральнага мыслення**. Дадзены этап цесна звязаны з папярэднім: маральная свядомасць адкладвае свой адбітак на маральнае мысленне, на яго сацыяльныя і асобныя характарыстыкі, дыктуе накіраванасць маральнага мыслення. Апошняе, у сваю чаргу, дазваляе прадугледзець вынікі ўласных дзеянняў, паводзін, дае магчымасць планаваць асабістыя дзеянні і зносіны.

Згодна з развіццём дзіцяці і ўзбагачэннем яго жыццёвага вопыту фарміруецца наглядна-вобразны від мыслення, што ўзнікае на пачатку перыяду блазноцтва і характэрны для ўсяго дадзенага перыяду. Ён аперыруе вобразамі ўспрыняцця і ўяўлення, але дадзены від мыслення “не ў стане спазнаваць складаныя з’явы і працэсы, што не выражаны якім-небудзь наглядным спосабам”. Для падлеткаў і юнакоў характэрна ўскладненне відаў мыслення за кошт развіцця абстрактна-лагічнага разважання, у якім кожная наступная думка абумоўлена папярэдняй. Для дадзенага віду мыслення характэрны аналітыка-сінтэтычныя аперацыі, што пераносяцца таксама і ў сферу планавання маральных паводзін: 1) аналіз (расчлянненне пэўных паводзін на сукупнасць дзеянняў, выдзяленне іх сувязі, узаемаадносін і г.д.); 2) сінтэз (злучэнне пэўных дзеянняў, учынкаў, неабходных для пэўнага стылю паводзін); 3) параўнанне (устанаўленне падабенства і адрознення ўчынкаў і дзеянняў, што супастаўляюцца); 4) класіфікацыя і сістэматызацыя (на аснове ўстанаўлення падабенства істотных прымет, матываў асобных ўчынкаў аб’ядноўваюцца ў групы, напрыклад, групы ўчынкаў з адмоўнымі і станоўчымі модусамі); 5) абстрагаванне (выдзяленне ў пэўным стылі паводзін адной, у нейкіх адносінах істотнай, рысы); 6) абагульненне

(аб'яднанне падобных учынкаў, рыс характару па агульных для іх прыметах); 7) канкрэтызацыя (прымяненне абагульненых уяўленняў пра пэўны тып паводзін да канкрэтных абставін, для чаго неабходны аналіз дадзеных абставін, выдзяленне ў іх такіх умоў, пры якіх неабходны дадзены стыль паводзін) і інш.

Асоба, што фарміруецца, абдумвае не толькі дзеянні, якія маюць адбыцца, але і рысы характару, што ёй падабаюцца ў іншых людзях і якія яна хоча набыць сабе. Таму маральныя паводзіны, што складаюцца з маральных учынкаў-дзеянняў, заўсёды з'яўляюцца ўсвядомленымі і абдуманымі (на іх накладваюць свой адбітак маральная свядомасць і маральнае мысленне), за выключэннем імпульсіўных дзеянняў і ўчынкаў, што заўсёды звязаны з афектыўнымі перажываннямі і не апасродкаваны прадбачаннем іх наступстваў, узважваннем і ацэнкай іх матываў. Для дзіцяці ад трох да шасці год вядучым відам дзейнасці з'яўляецца гульня. У ёй і праз яе пачынаюць фарміравацца маральныя дзеянні і ўчынкі малага, на думку Л.І. Бажовіч, імі з'яўляюцца асэнсаванне этычных нормаў паводзін ва ўласнай гульні як "механізм" пераводу патрабаванняў сацыяльнага асяроддзя ў патрэбнасці самога дзіцяці; вызначэнне ім самім, як сябе патрэбна паводзіць у той ці іншай сітуацыі, і "ўзнагароджанне" пачуццямі ўласнага задавальнення і радасці, што выклікаюць у дзіцяці маральныя матывы паводзін. Апошнія могуць у дзіцяці апасродкавацца ўзорамі дзеянняў і паводзін дарослых, іх узаемаадносінамі. Блазюкі і блазны дзякуючы развіццю пачуццёвай сферы ўжо ў шэрагу выпадкаў могуць прытрымліваць іншыя свае жаданні і паводзяць сябе згодна з матывам "трэба".

Падлеткавы перыяд характарызуецца фарміраваннем маральных паводзін, скіраваных на ліквідацыю ўнутраных супярэчнасцей, што з'яўляюцца вынікам назапашаных на дадзены момант маральных уяўленняў і паняццяў і ўсведамленнем сябе як паўнацэннай асобы. Фарміраванне маральнай свядомасці і маральных паводзін адбываецца ў дзейнасці, таму неабходна падкрэсліць вялікую ролю зносін падлетка з членамі працоўнага калектыву ў пераадоленні вышэйзгаданых унутраных супярэчнасцей асобы падлетка: 1) адэкватная ацэнка асобнымі людзьмі і калектывам у цэлым розных бакоў працоўнай дзейнасці і маральных паводзін асобы, узроўню сфарміраванасці яго асобы спрыяе больш глыбокаму ўсведамленню супярэчнасцей; 2) патрабаванні членаў калектыву ў строгім выкананні элементаў працоўнай дзейнасці, сваіх абавязкаў, а таксама ў здзяйсненні маральнага самаўдасканалення асобы падлетка, выпраўленні негатыўных маральных учынкаў і г.д. ствараюць спрыяльныя ўмовы для станоўчага вырашэння супярэчнасцей. Так, асноўным рэгулятарам маральных паводзін падлетка з'яўляюцца іншыя людзі, іх меркаванні і маральная ацэнка яго ўчынкаў і дзеянняў, хоць і сам падлетак свядома кантралюе фарміраванне пэўнага стылю паводзін, папаўняючы яго тымі маральнымі дзеяннямі, што яму імпануюць, і

ліквідуючы адваротныя, што, магчыма, узніклі стыхійна, пад уплывам пэўнага прыкладу.

Фарміраванне маральных паводзін у юнацкім узросце ўступае на якасна новы этап. Гэта звязана з высокім узроўнем сфарміраванасці маральнай свядомасці і маральнага мыслення, што накладвае свой адбітак на фарміраванне маральных паводзін, з развіццём жыццёвых ідэалаў і пэўнай жыццёвай пазіцыі, што абумоўлівае строга матываваныя і абгрунтаваныя паводзіны. Да ўступлення асобай у дадзены ўзроставы перыяд на працягу папярэдніх звычайна ў арсенале маральных паводзін назапашваецца дастатковая колькасць маральных звычак, свядома сфарміраваных асобай у выніку пераадолення знешніх і ўнутраных маральных супярэчнасцей.

Фарміраванне маральнага здароўя немагчыма без валявых намаганняў з боку асобы, г.зн. **маральнай волі**. Хоць маральная воля і “раствараецца” ў іншых асаблівасцях свядомасці, але, на самой справе, моцныя і слабыя бакі характару асобы ў цэлым абумоўлены менавіта валявой арганізацыяй. Больш таго, любую свядомую дзейнасць чалавека можна назваць валявой. Маральная воля выяўляецца па меры разгортвання і выканання дзеяння, дзейнасці. Таму яе можна разглядаць як працэс, пры ажыццяўленні якога фарміруюцца валявыя якасці, што з цягам часу замацоўваюцца і пераходзяць з часовых праяў ва ўстойлівыя. Валявы акт пачынаецца з узнікнення пабуджэння, якое выражана ў імкненні. Па меры ўсведамлення мэты, на якую накіравана імкненне, апошняе пераходзіць у жаданне. Узнікненне жадання прадугледжвае пэўны жыццёвы вопыт, дзякуючы якому асоба спазнае прадмет, што здольны задаволіць яго патрэбнасці (бо жаданне ёсць апрадмечанае імкненне), таму нараджэнне жадання азначае ўзнікненне ці пастаноўку мэты. На вышэйшай ступені праяўлення волі адбываецца пэўная арганізацыя сукупнасці жаданняў, якая прадугледжвае здольнасць рэгуляваць паводзіны на аснове агульных прынцыпаў, перакананняў, ідэй, г.зн. уменне ўпраўляць сабой і ўладарыць над сваімі жаданнямі.

Нягледзячы на некаторы знешні ўплыў на развіццё маральнай волі ў падлеткавым і юнацкім узростах, асоба, што фарміруецца, у большай меры, чым блазны, скарыстоўвае у кожнай канкрэтнай сітуацыі выбар пэўнага праяўлення маральнай волі. Гэта звязана з развіццём унутранай свабоды – дзейнічаннем згодна з унутранымі перакананнямі, з прынятай ідэяй, і ні ў якім разе не здраджваць сваім перакананням. Вышэйшае праяўленне ўнутранай свабоды прыходзілася на перыяд юнацтва, калі асоба атрымлівала доўгачаканую свабоду выбару, свабоду дзеянняў, свабоду меркаванняў і, урэшце, свабоду волевыяўлення. У падлеткавым перыядзе дадзены элемент маральнай волі толькі пачынаў развівацца і ўмацоўвацца, бо асоба яшчэ была звязана з калектыўным меркаваннем, маральнымі ўяўленнямі групы і імкнулася паводзіць сябе згодна з маральнымі поглядамі членаў групы, сяброў і іншых людзей.

Такім чынам, відавочна, што фарміраванне маральнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы ёсць мэтанакіраваны, паслядоўны і ўзаемаабумоўлены працэс фарміравання маральнай свядомасці, маральнага мыслення і маральных паводзін (маральная воля прысутнічае на ўсіх этапах), які напаўняюць народна-педагагічныя выхаваўчыя ідэі, сродкі і метады, што выкарыстоўваюцца ў залежнасці ад узроставых асаблівасцей выхаванцаў.

Працэс фарміравання фізічнага здароўя асобы адрозніваецца ад працэсу фарміравання маральнага здароўя: фізічнае здароўе ў адрозненне ад маральнага даецца дзіцяці з нараджэннем (з улікам спадчыннасці), таму фізічнае здароўе неабходна падтрымліваць і ўмацоўваць, у той час калі маральнае – фарміраваць практычна “з нуля”. Фарміраванне фізічнага здароўя асобы, такім чынам, павінна пачынацца з моманту нараджэння дзіцяці. На думку Ю.Ф. Зmanoўскага, каб выхаваць фізічна здаровае дзіця, неабходна з самага ранняга дзяцінства навучыць яго весці здаровы лад жыцця, асноўнымі кампанентамі якога з’яўляюцца рацыянальны рэжым, сістэматычныя фізкультурныя заняткі, выкарыстанне эфектыўнай сістэмы загартавання, правільнае харчаванне, спрыяльная псіхалагічная абстаноўка ў сям’і.

На *працэс фарміравання фізічнага здароўя* асобы аказваюць уплыў наступныя сацыяльныя ўмовы і сродкі: спадчыннасць, індывідуальныя асаблівасці арганізма (нязменлівыя сацыяльныя ўмовы, якія не залежаць ад намаганняў асобы, што фарміруецца), а таксама рацыянальны рэжым дня, у тым ліку працы і адпачынку, аздараўленчая фізкультура, актыўны адпачынак, загартаванне, гігіена быту і асабістая, рацыянальнае харчаванне, станоўчая накіраванасць на непрыняцце альбо адмову ад шкодных звычак (зменлівыя сродкі, што непасрэдна залежаць ад чалавека, ад таго ладу жыцця, якога ён прытрымліваецца). Такім чынам, працэс фарміравання фізічнага здароўя асобы пачынаецца ў сям’і і з сям’і (апошняе датычыцца здаровага ладу жыцця сям’і і пэўнага генафонду, г.зн. спадчыннасці).

Клопат пра фізічнае здароўе нашчадкаў пачынаўся задоўга да іх нараджэння. Дзяўчаты і хлопцы прыглядаліся да патэнцыяльных жаніхоў і нявест, ацэньваючы перш-наперш іх здароўе. Добрай жонкай у беларусаў лічылася здаровая і мажняя дзяўчына. Абавязковым патрабаваннем да дзяўчыны павінна быць захаванне цнатлівасці да шлюбу, магчыма, у першую чаргу, каб захавалі сваё здароўе і нарадзіць здаровае патомства. На думку народа, добрым мужам мог стаць фізічна здаровы і моцны хлопец, бо яму належала стаць кармільцам вялікай сям’і, гаспадаром на зямлі і ў доме. Ён павінен не мець дрэнных звычак (для захавання генафонду і падтрымання здаровага ладу жыцця сям’і, бо з бацькі – главы сям’і – звычайна бралі прыклад яго сыны), захоўваць да шлюбу ўласную чысціню (хоць да гэтага факта адносіліся не так катэгарычна, як у адносінах да дзяўчыны), але калі сын, які не захавалі цнатлівасць, адмаўляўся садзіцца на “дзяжу” – своеасаблівы рытуал на

“праверку” чысціні, то нярэдка бацькі адмаўлялі яму ў благаславенні на шлюб).

Так, бацькі загадзя клапаціліся пра здаровае патомства, ацэньваючы свайго выбранніка ці выбранніцу з боку фізічных магчымасцей і маральнасці (часта маладыя за такога роду парадай звярталіся да бацькоў або прыслухоўваліся да грамадскай думкі). Цяжарная жанчына і яе сям’я прытрымлівалася шэрагу няпісаных прыкмет і павер’яў, якія забяспечвалі дабраторны ўплыў на здароўе, выгляд і характар дзіцяці ў чэраве маці і пры нараджэнні, а жанчыне “гарантавалі” нескладаныя роды, што паказвае клопат маці пра стан фізічнага і маральнага здароўя свайго будучага дзіцяці. Падчас прыняцця родаў – складанага моманту ў жыцці жанчыны і дзіцяці – народ перш за ўсё клапаціўся пра іх здароўе. З гэтай мэтай будучую маці ў час народзін ізалявалі ад астатніх членаў сям’і звычайна ў вытапленай лазні, дзе было ўсё неабходнае для паспяховага нараджэння дзіцяці. Разам з парадзіхай знаходзіліся бабка-павітуха, якая непасрэдна прымала роды, і бабка-пупарэзніца, што перавязвала нованароджанаму пупавіну, упершыню яго купала і затым у далейшым становілася яго “хроснай” бабай.

**Загартаванне** – гэта комплексная сістэма аздараўленчых уздзеянняў, накіраваных на дасягненне ўстойлівасці, неўспрыняцця арганізма да шкодных для здароўя метэаралагічных і іншых фактараў. Такая ўстойлівасць можа быць дасягнута толькі ў выніку сістэматычнай трэніроўкі і пастаяннага ўдасканалення механізмаў адаптацыі. Загартаванне арганізма дзіцяці пачыналася ледзь не з першых хвілін жыцця праз першае ў яго жыцці купанне, якое ажыццяўлялася з мэтай гігіенічнага ачышчэння дзіцяці (у вадзі часта дадаваліся асвячоныя ў царкве лекавыя травы: рамонак, чыстацел, мята, чарада, што спрыялі, згодна з даследаванымі іх фармакалагічнымі ўласцівасцямі, лепшаму, беражліваму ачышчэнню і ўвільгатненню скуры нованароджанага, не выклікаючы яе раздражнення), а таксама служылі ў якасці надзейнага сродку ад сурокаў.

Акрамя загартавання вадой, дзеці ажыццяўлялі загартаванне паветрам і сонцам. Пачынаючы з 4–5-цігадовага ўзросту, малыя шмат часу бавілі ў рухомах гульнях на свежым паветры. Вясной, калі глеба падсыхала, усё лета і цёплую частку восені малыя наладжвалі калектыўныя гульні.

**Рэжым дня** адыгрывае значную ролю ў фарміраванні фізічнага здароўя асобы. Ён звязаны з сутачнымі і сезоннымі біярытмамі. На думку Ю.Ф. Зmanoўскага, парушэнне, нават нязначнае, дынамікі біярытмаў прыводзіць да пэўнай ступені адхілення ў стане здароўя (ад невялікіх да значных). Больш таго, сезонныя захворванні дзяцей, звязаныя з паслабленнем імунітэту, у першую чаргу, абумоўлены парушэннем рытму. Прадухіліць наступствы хваробы магчыма пры дапамозе спецыфічнай прафілактыкі, што складаецца з фізічных практыкаванняў і эфектыўнага загартавання. Таму, каб не парушаць раўнавагі паміж пэўным сутачным рэжымам і здароўем дзіцяці, бацькам неабходна захоўваць яго “дынамічны

стэрэатып” (стабільнасць і разам з тым дынамічнасць), напрыклад, абавязкова выконваць у пэўны час наступныя элементы рэжыму: прабуджэнне і засыпанне, харчаванне, прагулкі.

Рэжым навароджанага дзіцяці складаўся з двух асноўных кампанентаў: харчавання і сну – важнейшай умовы яго нармальнага росту і развіцця. У дзённы час немаўля клалі спаць па яго ўласнаму жаданню, але выключэннем з’яўляўся начны сон малога: маці клала сваё немаўля спаць у час, калі ўся сям’я клалася спаць або крыху раней (змораным цяжкай фізічнай працай старэйшым членам сям’і патрабаваўся спакой), прычым вясной і летам дзіця засынала ў больш позні час, чым восенню і зімой, што звязана было з занятасцю сям’і ў сельскай гаспадарцы (вясной і летам было больш работы на полі і ў гародзе) і працягласцю светлавога дня. Харчаванне дзіцяці ад нараджэння і да года ажыццяўлялася свабодна ад рэжыму (у сучаснай трактоўцы – “кармленне па жаданні”). Рухальная актыўнасць дзетка дадзенага ўзросту непасрэдна залежала ад захавання гігіены сну і харчавання. Старэйшыя дзеці, звычайна блазнюкі, блазны мелі наступны рэжым дня: дастаткова працяглы начны сон, прыкладна, да дзесяці гадзін, прычым дзеці клаліся спаць у адзін і той жа час разам з іншымі членамі сям’і, дзённы сон быў таксама, як і ў немаўлят, прымеркаваны да фізічнага стану “анёлка” (г.зн. ажыццяўляўся па яго жаданні або па прычыне зморанасці), іх звычайна маці клала спаць разам са старэйшымі братамі і сёстрамі ва ўзросце да 7–8 год; свабодны распарадак харчавання (для “анёлкаў” і “блазнюкоў”); рухальная актыўнасць была звязана з пазнаннем акаляючай рэчаіснасці, а яшчэ – узаемаадносін іншых членаў сям’і; наяўнасць працоўных абавязкаў.

Наступнай і адной з найважнейшых умоў фарміравання фізічнага здароўя асобы з’яўляюцца **аздараўленчая фізкультура і актыўны адпачынак**. Здравае дзіця немагчыма ўявіць сабе нерухомым, бо рухі неабходны для развіцця і ўмацавання яго фізіялагічных сістэм, а галоўнае, для нармальнага функцыянавання растучага арганізма. Таму маці, клапацячыся пра здароўе свайго дзіцяці, з першых дзён яго жыцця робіць з ім фізічныя практыкаванні. Затым па меры росту і пашырэння спектру фізічных магчымасцей немаўляці яго гульні з дарослымі прымалі больш актыўны характар: дзіцяці падабалася, калі яго гушкалі на руках, на нагах; вадзілі па падлозе або па лаўцы да той пары, пакуль малое не навучыцца рабіць самастойныя крокі. Паступова гульні дарослых з немаўляці або гульні апошняга са сваімі “нянькамі” становіліся сюжэтна-ролевымі. Вялікая рухальная актыўнасць дзіцяці, пачынаючы з году, сама па сабе з’яўлялася і фізічнымі практыкаваннямі (хадзьба, поўзанне, бег, скокі, выгінанні і нагінанні цела, напрыклад, каб падняць цацку і г.д.), і актыўным адпачынкам праз выкананне вышэйазначаных дзеянняў у кантэксце пэўнай сюжэтна-ролевай гульні (гульні “У касца”, “У пастуха”, “У сяўбу”, “Ва ўборку ўраджаю”, “У рубку лесу” і інш.).

Дух змагарства, магчымасць паспрабаваць сваю сілу і вытрымку былі характэрны для гульняў і спаборніцтваў дзяцей блазнюковага ўзросту (з двух-трох да шасці-васьмі год) і старэйшых. У летні час блазнюкі і блазны, ды і старэйшыя дзеці спаборнічалі ў плаванні (хто першым пераплаве вадаём і г.д.), што спрыяла ўмацаванню арганізма дзіцяці, загартаванню, прадухіленню захворванняў вестыбулярнага апарату і косна-мышачнай сістэмы. Многія рухомыя гульні, што адбываліся на свежым паветры, таксама патрабавалі вытрымкі, хуткасці, спрыту, каардынацыі рухаў і служылі своеасаблівымі спаборнічаннямі ў тым, каго не “зацураюць” (“Квачыкі”, “Агарыш”, “Салкі”), не “замарозыць” (“Гульня ў мароза”), не зловяць (“Гусі-лебедзі”, “У чорта”, “У пераскочкі”, “У чыжыка” і г.д.).

**Рацыянальнае харчаванне** як адна з умоў фарміравання здоровага арганізма з’яўляецца адным з найважнейшых складнікаў фарміравання і падтрымання фізічнага здароўя чалавека.

Асноўнае правіла рацыянальнага харчавання, згодна з даследаваннем Ю.Ф. Зmanoўскага, заключаецца ў наступным: энергетычная каштоўнасць з’едзенага не павінна перавышаць энергазатраты арганізма. Трэба заўважыць, што беларускі народ не цікавіўся ды і не ведаў энергетычнай каштоўнасці харчовых прадуктаў, аднак у харчаванні быў умераным. Другім правілам рацыянальнасці ў харчаванні з’яўляецца збалансаванасць у харчы нутрыентаў (харчовых рэчываў), што дасягаецца аптымальнымі адносінамі бялкоў, тлушчу і вугляводаў у прыкладных суадносінах 1:1:4 і спалучэннем незамяняльных кампанентаў (амінакіслот, вітамінаў і г.д.).

Немаўлят ад нараджэння і да шасці-сямі месяцаў жанчыны кармілі толькі грудным малаком, якое змяшчала ідэальную колькасць бялкоў, вугляводаў і тлушчу, неабходных растучаму арганізму малага, а лактоза, што складае значную частку элементаў матчынага малака, спрыяла добраму ператраўліванню ежы і хуткаму ўсмоктванню неабходных дзіцяці рэчываў у кроў, дапамагала поўнаму ператраўліванню тлушчу і інш. Праз шэсць месяцаў пасля нараджэння дзіця пачыналі прыкормліваць (але мацярынскае малако малое атрымлівала да 2–3-х год), што, згодна з народным звычаем, лічылася неабходным для прывучэння дзяцей да іншага харчу. Прыкормам спачатку з’яўлялася малако хатніх жывёл, затым рацыён маленькіх папаўняўся малочнымі кашамі (маннай, грэцкай, аўсянай і інш.), у якія клалі растопленае масла і зверху залівалі малаком. У больш познім узросце (восем-дзесяць месяцаў) дзецям уводзілі ў харчовы рацыён супы і баршчы.

Дзеці з года да трох-чатырох атрымлівалі ў дадатак да кашы, супоў ці баршчоў, малака яшчэ і іншыя малочныя прадукты (тварог, смятану, сыроватку). Дзецям дадзенага ўзросту маці давалі хлеб і булчкі, мучныя стравы, да якіх адносяцца бліны, аладкі. Беларуская традыцыйная кухня славілася ва ўсе часы шырокім выбарам страў з бульбы, якая давалася ў адвараным выглядзе, патоўчаная і запраўленая малаком і маслам, нават дзеткам з сямі-васьмі месяцаў. Летам дзеці ўжывалі ў вялікай колькасці свежую гародніну (капусту, буракі, агуркі, моркву, бручку, цыбулю і

г.д.), садавіну (яблыкі, грушы, слівы, вішні), лясныя ягады (чарніцы, суніцы, маліну, журавіны, ажыну).

Адзіным значным недахопам рацыянальнага харчавання з'яўлялася не штодзённае ўжыванне мяса або рыбных прадуктаў у адвараным альбо тушаным ці смажаным выглядзе, што было звязана з нізкім матэрыяльным становішчам сям'і, а таксама з правядзеннем двух гадавых Пастоў (мяса ўжывалі ў зімовы час, бо яно ўзімку лепш захоўвалася, але толькі пасля Ражства Хрыстова, калі пасля заканчэння Пасту дазвалялася ўжываць мясныя і рыбныя стравы).

Да гігіены быту адносяцца *гігіена жылля* і *асабістая гігіена* кожнага. Гігіена жылля падразумявае клопат пра чысціню пакояў, захаванне хатніх рэчаў у парадку і чысціні. Беларускаму народу ўласціва ахайнасць: дзетак змалку прывучалі захоўваць чысціню і парадак у доме, складваць пасля гульняў свае цацкі, рэчы і іншыя прадметы ва ўстаноўленыя для гэтага месцы пакоя, вучылі выкананню хатніх спраў, звязаных з прыбіраннем пакояў, мыццём посуду і інш. Абавязкам дзяўчынак была дапамога маці ў мыцці, адбельванні і прасаванні адзення, коўдраў, прасцін, маці імкнулася ўтрымліваць дом у чысціні і ахайнасці, падключаючы да гэтай справы дачок (нават калі сям'я не лічылася заможнай, гаспадыня імкнулася надаць пакоям дома прыстойны выгляд: часта мыла падлогу; не менш двух разоў на год (перад вялікімі рэлігійнымі святамі) мыла і чысціла вокны і шыбы, мыла і прасавала фіранкі; кожная рэч у доме мела сваё месца; ложка, на якіх спала сям'я, засцілаліся коўдрамі, звычайна вытканымі самой гаспадыняй, падушкі таксама пакрываліся накідкамі, зробленымі сваімі рукамі; драўляныя сталы, лаўкі, не пакрытыя лакам, звычайна раз на год (перад Ражствам Хрыстовым) гаспадыня мыла цёплай вадой і скабліла нажом; печ своечасова бялілі, завешвалі ляжанку шырмачкамі са шчыльнага матэрыялу (на ляжанцы звычайна зімой грэліся дзеці і састарэлыя бабуля і дзядуля); адзенне сям'я захоўвала ў драўляных куфэрках, што былі ўпрыгожаны мастацкімі роспісамі ці арнамантам; рэчы сям'і, яе адзенне гаспадыня мыла і адбельвала (беларусам не характэрны неахайныя адносіны да свайго адзення і нашэнне забруджаных рэчаў), па традыцыі, ходзячы разам з іншымі жанчынамі, пачынаючы з ранняй вясны і да позняй восені, на вадаём мыць. Хатні посуд жанчыны таксама захоўвалі ў чысціні: мылі яго, затым спаласквалі вадой, лыжкі і міскі да таго ж выціралі.

Асабістая гігіена кожнага члена сям'і ўключае падтрыманне чысціні цела, зубоў і ротавай поласці, адзення і абутку. Асабістую гігіену маленькіх дзетак да 6–7-мі год праводзіла маці. Да двух-трохгадовага ўзросту купала некалькі разоў на тыдзень, па дасягненні дадзенага ўзросту і надалей (раз на тыдзень) брала разам з сабой у лазню, дзе мыла і парыла малых, прывучала да мыцця рук перад ядой. Гігіена ротавай поласці і зубоў ажыццяўлялася наступным чынам: каб зубы былі белыя, іх націралі тоўчанымі вугольчыкамі або попелам (зубны налёт

адсарбіраваўся дзякуючы порыстай структуры вугольчыкаў і іх усмоктваючай здольнасці), у стравы дававалі свежую цыбулю і часнок ці проста жавалі іх, каб ачысціць поласць рота ад шкодных бактэрый, а зубы засцерагчы ад карыесу. За чысцінёй адзення сваёй сям’і сачыла маці, своєчасова мыючы бялізну. Ды і самі дзеці былі прывучаны да ахайнасці ў адзенні і бялізне, сачылі за яе чысцінёй, своєчасова мылі і прасавалі або дапамагалі ў гэтым маці.

Апошнім са сродкаў фарміравання фізічнага здароўя асобы з’яўляецца **станоўчая накіраванасць на непрыняцце ці адмову ад шкодных звычак**. Дадзены кампанент – адзін з найважнейшых у фарміраванні здаровага ладу жыцця не толькі дарослых, але і моладзі. Беларускі народ імкнуўся выхаваць у падростаючага пакалення трывалы “імунітэт” да ўжывання алкаголю праз асуджэнне грамадскай думкай дадзенай загану. Беларускія народныя прыказкі і прымаўкі паказваюць негатыўныя наступствы ад уздзеяння спіртных напояў на арганізм чалавека: “Гарэлка – не вада, як уп’есся, дык бяда”, “Без чаркі няма хваробы і сваркі”, “Гарэлка весяліць, ды ад яе галава баліць”, “Піў, як мог, а цяпер ні рук, ні ног”, “Ад водкі век кароткі”, “Дзе чарка, там і сварка”. Менавіта з-за вышэйзгаданых наступстваў п’янства, што пададзены ў прыкладах, дзяўчат папярэдзвалі не ўступаць у шлюб з “аматарамі выпіць”.

Традыцыі сямейнага “антыалкагольнага” выхавання прадугледжваюць пэўныя правілы паводзін падростаючага пакалення ў грамадскіх месцах: па-першае, недапушчэнне ўжывання дзецьмі і моладзю алкаголю да той пары, пакуль яны не ўступаць у дарослае жыццё, г.зн. з дасягненнем 18-ці год (“шлюбнага” ўзросту), прычым дзяўчаты ў разлік не браліся, бо будучыя жонкі і маці павінны быць абсалютна здаровымі, каб нараджаць фізічна і псіхічна здаровых дзяцей, без разумовых адхіленняў; па-другое, са з’яўленнем у грамадскім месцы (у карчме, у каго-небудзь дома) п’яніц, што сваімі паводзінамі зневажалі акружаючых, моладзь не мела права там знаходзіцца, таму пераходзіла ў іншы дом, дзе жылі годныя гаспадары; па-трэцяе, у беларусаў існавала культура ўжывання спіртных напояў падчас застолляў ці сямейных свят, якая на першае месца выносіла не выпіўку, а весялось, радасць сяброўскай сустрэчы (гэта даказваюць наступныя прыказкі: “Піццё – смяццё, але дорага пасядзёнка”, “Не дорага піва п’яна, а дорага пасядзёнка”, а таксама шэраг “піцейных” абрадаў і звычаяў падчас вялікіх святаў, напрыклад, у час вяселля існаваў звычай, калі маладыя падношвалі чарку гарэлкі ўсім гасцям у парадку сядзення за сталом па крузе, выказваючы такім чынам сваю ім павагу і ўдзячнасць, гэта спрыяла атрыманню зараду бадзёрасці, весялосці, а не напівання да страты кантролю над сабой).

### *Кантрольныя пытанні*

1. Якія працэсуальныя кампаненты прысутнічаюць пры фарміраванні маральнага здароўя асобы?
2. Якім паўстае працэс фарміравання маральнай свядомасці асобы ў беларускай народнай педагогіцы? Ахарактарызуйце яго з кампанентнага боку.
3. Што ўяўляе сабой фарміраванне маральнага мыслення асобы ў беларускай народнай педагогіцы?
4. Якім чынам маральныя паводзіны і маральная воля закладваюць і развіваюць асновы маральнага здароўя асобы? Дайце апісальную характарыстыку з пункту гледжання народна-педагагічнага вопыту беларусаў.
5. Якая ўзроставая перыядызацыя традыцыйна характэрна для беларускага народа?
6. Як адбывалася фарміраванне маральнага і фізічнага здароўя дзіцяці ў пубертатны перыяд?
7. Што ўяўляў сабой працэс фарміравання маральнага і фізічнага здароўя дзіцяці ад нараджэння да двух год?
8. У чым падобныя і чым адрозніваюцца паміж сабой працэсы фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы?
9. Якія сацыяльныя ўмовы і сродкі аказваюць уплыў на фарміраванне фізічнага здароўя асобы?
10. Якія кампаненты фізічнага здароўя традыцыйна прысутнічалі ў беларускай народнай педагогіцы? Падайце іх працэсуальнае апісанне.

## Літаратура

1. Арлова, Г.П. Беларуская народная педагогіка / Г.П. Арлова. – Мн.: Народная асвета, 1993. – 120 с.
2. Беларусы. Т.4: Вытокі і этнічнае развіццё/ В.К. Бандарчык, В.М. Бялявіна, Г.І. Каспяровіч і інш.; Ін-т мастацтвазнаўства, этнаграфіі і фальклору. – Мн.: Бел.навука, 2001. – 433 с.
3. Беларусы. Т.5: Сям'я/ В.К. Бандарчык, Г.М. Курьловіч, Т.І. Кухаронак і інш.; Ін-т мастацтвазнаўства, этнаграфіі і фальклору. – Мн.: Бел.навука, 2001. – 375 с.
4. Беларусы. Т. 7: Вусная паэтычная творчасць/[Г.А. Барташэвіч, Т.В. Валодзіна і інш.]; НАН БССР, Інстытут мастацтвазнаўства, этнаграфіі і фальклору імя К. Крапівы. – Мн.: Беларуская навука, 2004. – 586 с.
5. Болбас, В.С. Сям'я і выхаванне дзяцей у феадальнай Беларусі / В.С. Болбас // Пачатковая школа. – 1994. – № 4. – С.42-46.
6. Болбас, В.С. Этыка-педагагічная думка Беларусі (са старажытнасці да XVIII ст.) / В.С. Болбас. – Мн.: Бел. навука, 2004. – 260 с.
7. Болбас, В.С. Этычная педагогіка беларусаў / В.С. Болбас. – Мн.: Бел. навука, 2004. – 175с.
8. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.
9. Василенко, С.Г. Системы оздоровления человека: Учеб.-метод. пособие / С.Г. Василенко. – Витебск: Изд-во УО “ВГУ им. П.М. Машиера”, 2004. – 32с.
10. Волков, Г.Н. Этнопедагогика: Учеб. пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений / Г.Н. Волков. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 168 с.
11. Грымаць, А., Варанецкая, Л., Пашкевіч, У. Народная педагогіка беларусаў / А. Грымаць, Л. Варанецкая, У. Пашкевіч. – Мн.: Універсітэцкае, 1999. – 254 с.
12. Дубровский, А.А. Открытое письмо врача учителю: Здоровье детей – будущее народа / А.А. Дубровский. – М.: Просвещение, 1988. – 31 с.
13. Земляробчы каляндар: Абрады і звычаі/ Уклад. А.І. Гурскі. – Мн.: Беларуская навука, 1995. – 186 с.
14. Змановский, Ю.Ф. К здоровью без лекарств / Ю.Ф. Змановский. – М.: Сов.спорт, 1990. - 64 с.
15. Казначеев, В.П. Основы общей валеологии: Учебное пособие для вузов / В.П. Казначеев. – Воронеж: МОДЭК, 1997. – 48 с.
16. Каченовский, М.Б. Психодуховное самооздоровление: (Рекомендации по использованию принципов самооздоровления в педагогике) / М.Б. Каченовский. – Мн., 1993. – 69 с.

17. Крываносава, А.Э. Асноўныя сродкі і метады маральнага выхавання ў народнай педагогіцы беларусаў / А.Э. Крываносава // Веснік ВДУ. – 1998. – №3(9). – С. 21-26.
18. Купчинов, Р.И. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи: Пособие для преподавателей и кураторов групп средних спец-х и высш. уч. заведений / Р.И. Купчинов. – Мн.: УП “ИВЦ Минфина”, 2004. – 211 с.
19. Кухаронак, Т.І. Радзінныя звычаі і абрады беларусаў: Канец XIX–XX ст.ст. / Т.І. Кухаронак. – Мн.: навука і тэхніка, 1993. – 126 с.
20. Малах, О.Н. Медико-социальные основы здоровья: Курс лекций / О.Н. Малах. – Витебск: Изд-во «УО ВГУ им. П.М. Машерова», 2005. – 201 с.
21. Міфы Бацькаўшчыны/ Беларус. Энцыкл.; Уклад. Васілевіч У.А. – Мн.: БелЭн, 1994. – 109 с.
22. Міхайлава, А.Л. Ідэі народнай педагогікі як крыніца фарміравання фізічнага здароўя асобы / А.Л. Міхайлава // Здаровы лад жыцця. – 2003. - № 6. – С.12-14.
23. Міхайлава, А.Л. Фарміраванне маральнага здароўя асобы / А.Л. Міхайлава // Народная асвета. – 2001. – №12. – С.50-52.
24. Міхайлава, А.Л. Фарміраванне маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы канца XIX – пачатку XX стагоддзя: манаграфія / А.Л. Міхайлава. – Віцебск: УА “ВДУ імя П.М. Машэрава”, 2007. – 153 с.
25. Народная педагогіка. Вучэбна-метадычны дапаможнік/ Г.П. Арлова, Т.Д.Вакушэнка, А.Л.Міхайлава, С.Р.Тубалец; Пад рэд. Г.П. Арловой. – Віцебск: Выд-ва УА “ВДУ імя П.М. Машэрава”, 2006. – 168 с.
26. Орлова, А.П. Этнопедагогика: теория нравственного воспитания: Учеб. пособие / А.П. Орлова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2001. – 186 с.
27. Попов, С.В. Валеология в школе и дома: о физическом благополучии школьников / С.В. Попов. – С-П.: Союз, 1997. – 256 с.
28. Ракава, Л.В. Традыцыі сямейнага выхавання ў беларускай вёсцы / Л.В. Ракава. – Мн.: Ураджай, 2000. – 111с.
29. Чумаков, Б.Н. Валеология: Избранные лекции / Б.Н. Чумаков. – М.: Российское педагогическое агентство, 1997. – 245 с.
30. Этнаграфія Беларусі. Энцыклапедыя/ Гал рэд. І.П. Шамякін. – Мн.: БелСЭ, 1989. – 575 с.

Вучэбнае выданне

**АРЛОВА** ,  
**МІХАЙЛАВА**

**ВАЛЕАЛОГІЯ: ЭТНАПЕДАГАГІЧНЫ АСПЕКТ**

Канспект лекцый

Тэхнічны рэдактар

*Г.У. Разбоева*

Карэктар

Камп'ютарны дызайн

*А.У. Малнач*

Падпісана ў друк 2011. Фармат 60x84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Папера афсетная.

Ум. друк. арк. . Ул.-выд. арк. . Тыраж экз. Заказ .

Выдавец і паліграфічнае выкананне – установа адукацыі

«Віцебскі дзяржаўны ўніверсітэт імя П.М. Машэрава».

ЛВ № 02330 / 0494385 ад 16.03.2009.

Надрукавана на рызографе ўстановы адукацыі

«Віцебскі дзяржаўны ўніверсітэт імя П.М. Машэрава».

210038, г. Віцебск, Маскоўскі праспект, 33