



## Магчымасці фарміравання індывідуальнага здароўя будучых спецыялістаў па сацыяльнай рабоце ў кантэксце іх прафесійнага станаўлення

**А.Л. Міхайлава**

*Установа адукацыі «Віцебскі дзяржаўны ўніверсітэт імя П.М. Машэрава»*

Сацыяльна-эканамічныя пераўтварэнні, якія характэрны для сучаснага этапа развіцця грамадства, абумоўліваюць новыя патрабаванні як да рыс асобы, так і да прафесійных якасцей маладога спецыяліста. У ранг прыярытэтных сэння ўзведзены такія якасці, як сацыяльная актыўнасць асобы, яе культурная кампетэнтнасць, інавацыйнасць мыслення, здольнасць да непарыўнай самаадукацыі, самастойнасць, крэатыўнасць, камунікатыўнасць, умение працаваць у камандзе, вырашаць праблемы і несці адказнасць за прынятыя рашэнні, рабіць асэнсаваны выбар.

Адной з прафесійна значных якасцей спецыяліста на сучасным рынку працы (разам з кампетэнтнасцю і прафесіяналізмам) з'яўляецца здароўе. І сапраўды, наяўнасць дадзенай якасці ва многім абумоўлівае фарміраванне астатніх. Згодна з азначэннямі Сусветнай арганізацыі аховы здароўя (СААЗ), а таксама валеолагаў М.М. Амосава, І.І. Брэхмана, В.П. Казначэва, Р.І. Купчынава, паняцце здароўя 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. З вышэйзгаданага азначэння відавочна, што змест паняцця здароўя 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, Б.Н. Чумакоў) 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, устаноўак і матываў паводзін індывіда ў грамадстве. Маральным здароўем апасродкавана духоўнасць чалавека, бо яно звязана з агульначалавечымі ісцінамі добра, любові і прыгажосці [1–5].

---

*Адрес для корреспонденции:* 210035, г. Витебск, ул. Терешковой, д. 6, кв. 90, тел.: +37529 216-01-17 – Михайлова Е.Л.

Азначэнні дадзеных відаў здароўя, па нашым меркаванні, поўнасцю адлюстроўваюць шляхі развіцця здароўя асобы як стану яе цэлеснага дабрабыту (здароўе фізічнае), а таксама душэўнага і сацыяльнага дабрабыту (здароўе маральнае); і павінны аналізавацца ў міждысцыплінарнай і міжнавуковай прасторы. Таму відавочна, што здароўе асобы залежыць ад фактараў спадчыннасці, ад умоў навакольнага асяроддзя (экалогіі), ад дзейнасці сістэмы па зберажэнні здароўя і, галоўным чынам, ад самога чалавека, ад таго ладу жыцця, які ён вядзе.

Беларускі педагог М.Б. Качаноўскі даследаваў сацыяльна-педагагічную сутнасць далучэння падростаючага пакалення да здаровага ладу жыцця. У выніку ім былі вылучаны напрамкі валеапедагогікі, г. зн. навукі, якая закранае пытанні зберажэння і прымнажэння здароўя вучняў у вучэбна-выхаваўчым працэсе. Асноўнымі педагагічна-валеалагічнымі ўмовамі з'яўляюцца: «1) здаровае развіццё асобы дзіцяці на аснове натуральных заканамернасцей, г.зн. максімальна магчымае духоўна-маральнае, разумовае, псіхічнае і фізічнае станаўленне ў адпаведнасці з яго індывідуальнай сутнасцю і законамі прыроды. Па сутнасці, размова ідзе пра фарміраванне здароўя (у яго шырокім разуменні); 2) падтрыманне і ўмацаванне здароўя за кошт гігіенічна мэтазгоднай арганізацыі педагагічнага працэсу; 3) далучэнне падростаючага пакалення да здаровага жыцця і навучанне яго асновам, што можа ажыццяўляцца як у межах спецыяльнага курса (па выбары)...» [6].

Такім чынам, мэта нашага даследавання: абгрунтаваць значнасць этнапедагагічных валеалагічных традыцый у фарміраванні здаровай асобы, а таксама паказаць магчымасці іх уключэння ў спецыяльны курс «Валеалогія: этнапедагагічны аспект» для падрыхтоўкі будучых спецыялістаў па сацыяльнай рабоце.

**Матэрыял і метады.** Даследаванне пабудавана на аснове этнапедагагічнага аналізу і сінтэзу вуснай народнай творчасці беларусаў (у прыватнасці, прыказак, прымавак і фразеалагізмаў), звычаяў, традыцый народа ў справе захавання і ўмацавання здароўя асобы, а таксама распрацоўкі патрабаванняў да ведаў, уменняў, навыкаў студэнтаў і мадэлявання зместу спецыяльнага курса «Валеалогія: этнапедагагічны аспект».

**Вынікі і іх абмеркаванне.** Лад жыцця асобы ў многім абумоўліваюць тыя традыцыі грамадскай жыццядзейнасці, што склаліся на працягу стагоддзяў на пэўнай тэрыторыі і трансліраваліся з пакалення ў пакаленне. Што датычыцца беларускага народа, то традыцыйна погляды беларусаў на маральнае і фізічнае здароўе асобы 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 былі ўласцівыя фізічная моц, працалюбства, справядлівасць, смеласць, здольнасць абараніць сябе, сваю сям'ю, свой народ, сваю зямлю.

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, прымаўкі і фразеалагізмы – 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.

Не з'яўляюцца выключэннем дадзеныя віды вуснай народнай творчасці ў паданні рыс характару здаровага чалавека, прычым прыказкі і прымаўкі фіксуюць у асноўным ідэальныя рысы, у той час як фразеалагічныя адзінкі змяшчаюць у сабе пераважна рысы характару, супрацьлеглыя ідэальным, падкрэсліваючы пры дапамозе своеасаблівай антытэзы, якая нараджаецца ў свядомасці чалавека, значнасць станоўчых якасцей асобы ў адносінах да іншых, да сябе, да працы.

Здароўе асобы ў беларусаў традыцыйна вызначалася перш за ўсё праз адносіны да працы: «*Для здаровага чалавека праца лепшы доктар*», «*Праца здароўя не адбірае*», «*Не на адну хваробу праца лепшы доктар*», «*Працаваць не любіш, чалавекам не будзеш*». У адносінах да стараннага і руплівага чалавека народ заўсёды зазначаў, што той працуе «*з аганьком*», «*з душой*» ці «*з поўнай аддачай*». Пра гультаяватага казалі – «*абівае бакі*», «*сачка давіць*», «*вераб'ям дулі паказвае*» або «*яму раницай росна, у поўдзень млосна, а ўвечары камары кусаюць*». Характарызуючы працавітасць канкрэтнага чалавека наогул, а не падчас выканання ім асобнай справы, народ-педагог казаў пра спрытнага ды жвавага – «*адарві ды падай*» або «*праворны ўсюды паслее*», пра нічога не вартага работніка «*адарві ды кінь*» або «*гультайства горш за хваробу*».

Любоў да Радзімы – адзін са значных паказчыкаў здароўя асобы ў беларусаў. Станоўчыя адносіны да Радзімы закладваюцца яшчэ ў дзяцінстве, а фарміруюцца і шліфуюцца на працягу ўсяго жыцця чалавека: «*Дораг той куток, дзе рэзалі 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 імкнуўся прыкласці ўсе свае сілы і намаганні, каб абараніць родную старонку – «*станавіўся гарой*» ці «*станавіўся сцяной*», прымаючы за пастулат народную мудрасць: «*З роднай зямлі памры – не сыходзь*», «*Усякая птушка сваё гняздо бароніць*», «*За родны край галаву аддай*». Пачуццё радзімы – адно з самых моцных – уласціва ўсім. Таму, страціўшы радзіму, сувязь з ёю, чалавек пакутаваў усё жыццё: «*Хто страціў радзіму, той плача ўсё жыццё*», «*Лепей у сваіх людзях з голаду памерці, чым на чужыне золата збіраць*», «*Дома і саломы ядома, а на чужыне і гарачы тук стыне*», «*З роднага боку і варона мілая*», «*На чужой старане і вясна не красна*».

Маральна здароваму чалавеку была ўласціва гуманнасць. У штодзённых узаемаадносінах людзей дадзеная якасць звязана з чалавечнасцю (народная 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*»); сумленнасцю (кожны чалавек павінен «*мець Бога ў сэрцы*» ці быць «*з чыстым сумленнем*», «*з чыстай душой*»). Пра чалавека нахабнага, які страціў сумленне і сорам, звычайна казалі: «*І пад белай кашуляй бывае душа брудная*» або «*ў сабакі вачэй пазычыў*». Калі ж ён не адстойваў справядлівасць ці знарок утойваў ад аднавяскоўцаў праўду, народ у адзін голас зазначаў, што гэта «*воўк у авечай скуру*» або «*двухаблічны Янус*»; надта хітры і каварны чалавек, які не прымаў удзелу ў грамадскіх справах, меў «*хату з краю*» або была яго «*справа старана*», заслугоўваў наступнай народнай ацэнкі ўласных дзеянняў: «*Сядзіць ціха, а думае ліха*», «*Да сэрца ліпне, а ў кішэнь паглядае*»).

У своеасаблівы пералік патрабаванняў да здаровай асобы народ укладваў, 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*». Ухваляючы дадзеныя рысы характару, народ-педагог асуджаў

нядобрасумленнасць, хітрасць, ману: *«Лепш хай праўда спаліць, чым ліха пахваліць»* – характарызаваў іх у прымяненні да іншых людзей, як *«абуваць у лапці»*, *«вадзіць за нос»*, *«абводзіць вакол пальца»*, называючы чалавека, які імі карыстаецца, *«падшыты лісіцай»*, *«мякка сцеле»*, *«на вуснах мёд, а ў сэрцы лёд»*. На думку народа, не трэба маніць і таіцца, праўду патрэбна гаварыць *«адкрытым тэкстам»*, *«у адкрытую»* ці *«вочы ў вочы»*, бо калі-небудзь *«Усё тайнае стане яўным»*;

– павага да людзей: *«Шануй людзей, то і цябе пашануюць»*, *«Лепш паважаць, чым зневажаць»*. Гэтая якасць дасканалы чалавека перарасла ў народны паступат – «залатое правіла» маральнасці, якое вучыла людзей адносіцца да іншых такім чынам, як яны хацелі, каб адносіліся да іх саміх: *«Як паклічаш, так і адгукнецца»*, *«Пажыві для людзей, пажывуць і для цябе»*, – прычым кіравацца патрэбна было адной з біблейскіх заповедзяў, якая вучыла 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»*. Згодна з парадзімі, якія занатаваны ў фразеалагізмах, нельга было іншых людзей *«абліваць граззю»*, бо *«за доўгі язык не пахваляць»* – плёткі маглі абярнуцца супраць іх аўтара і сапсаваць яго аўтарытэт у грамадстве, – наадварот, неабходна было кіравацца ў сваіх паводзінах наступным: *«памінаць добрым словам людзей»*, праяўляць *«пачуццё локця»* (г.зн. падтрымку), – таму, на думку народа, *«Лепш недагаварыць, чым перагаварыць»*, *«Слухай многа, а гавары мала»*, *«Гаварыць – гавары, ды меру знай»*;

– дабрыва: *«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 верыў, што добры чалавек, калі з ім пагаварыць або запрасіць у госці, заўсёды прыносіў удачу: *«Хто добрага чалавека мінае, той шчасця не мае»*, *«Добры чалавек, параішы, не шкадуе»*. Дабрыва паўстае як характэрная рыса беларускага народа, таму пра скупюга чалавека гаварылі: *«Каб мог, зямлю б еў»*, *«Ён цябе прадасць і грошы пры табе палічыць»*, *«За капейку бацьку роднага прадасць»*, у яго *«зімоў снегу не выпрасіш»* ці *«снегу леташняга не дапросішся»*;

– гонар і пачуццё ўласнай годнасці: *«Чэсць даражэй за грошы»*, *«Беражы адзенне знову, а чэсць змоладу»*. Каштоўнасцю з’яўляўся і дзявочы гонар, ад зберажэння якога залежаў далейшы лёс дзяўчыны: *«Чэсць дзявочае шчасце беражэ»*. Ухваляючы пачуццё ўласнай годнасці, народ пагардліва адзываўся пра слабавольнага, бесхарактарнага чалавека – *«мокрая курыца»*, *«абсевак у полі»*, *«малая сошка»*, *«адстаўной казы барабаншчык»*, *«ні Богу свечка, ні чорту качарга»*. Асоба з пачуццём чалавечай і асабістай годнасці з’яўлялася, па народных уяўленнях, *«важнай птушкай»* ці *«птушкай высокага палёту»*.

Народ занатаваў у прыказках і прымаўках адносіны да здароўя як да каштоўнасці: *«Здароўе даражэй за грошы»*, *«Здаровы багатаму варты»*, *«Не прасі ў Бога багацце – прасі здароўе»*. На думку беларускага народа, на здароўі 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 шкурыць»*, *«Гарэлка весяліць, ды ад яе галава баліць»*, *«Хваробу сабе купіў за свае грошы»*.

У выніку на аснове вывучэння этнапедагагічнай спадчыны беларусаў, у якой знайшлі сваё выяўленне педагагічныя ідэі народа, намі 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 і інш.;
- служэння грамадству, сям'і і нацыі, якая замацоўвае ўстаноўку на сацыяльную каштоўнасць жыцця і здароўя чалавека.

Дадзеныя ідэі як грамадскія пастулаты служылі фарміраванню здароўя не аднаго пакалення беларусаў, актуальнымі яны з'яўляюцца для сучаснага грамадства. Зберагчы і актыўна карыстацца ў выхаваўчай практыцы гістарычнымі здабыткамі духоўнай культуры беларускага народа ёсць галоўная задача цяперашняга пакалення беларусаў, бо, па-першае, фарміраванне беларускай нацыі немагчыма без апоры на нацыянальна-гістарычныя здабыткі нашых продкаў; па-другое, беларускі фальклор адлюстроўвае не толькі мінулае, але і будучае, г.зн. тыя каштоўнасці, якія яшчэ павінны рэалізавацца; па-трэцяе, беларускі народ праз вусную народную творчасць сцвярджае ўласны ідэал маральна і фізічна здаровай асобы як мэту фарміравання маральна і фізічна здаровай асобы, якую, на нашу думку, трансфармуючы з улікам сучасных выхаваўчых умоў, каштоўнасных арыентацый, ментальных якасцей адпаведнага соцыума, магчыма ўводзіць у сучасны вучэбна-выхаваўчы працэс, маральна і фізічна здараўляючы сённяшняе пакаленне, далучаючы апошніх да пераемнай духоўнай сувязі са сваімі продкамі.

Станаўленне будучага спецыяліста па сацыяльнай рабоце адбываецца ва ўзаемазвязі з яго асобасным развіццём, на што скіраваны выхаваўчая работа ВНУ, шэраг вучэбных дысцыплін, вучэбная і вытворчая практыкі. Акрамя станаўлення прафесійных уменняў і навыкаў, будучы спецыяліст «шліфуе» ўласныя рысы характару, «праграмуе» комплекс асабістых паводзін, вызначае стыль узаемаадносін з іншымі. Такое асобаснае развіццё адбываецца ў адпаведнасці з ментальнасцю народа, з традыцыямі грамадскага ўзаемадзеяння ў адпаведным соцыуме і здольна паўплываць на каштоўнасныя ўстаноўкі студэнта адносна фарміравання асабістага здароўя, а таксама на адпаведныя паводзіны.

Адной з вучэбных дысцыплін, што выкладаецца будучым спецыялістам па сацыяльнай рабоце, з'яўляецца этнапедагагіка. Менавіта дадзеная вучэбная дысцыпліна актыўна ўплывае на фарміраванне нацыянальнай самасвядомасці. Народная педагагіка беларусаў як аб'ект вывучэння этнапедагагікі, створаная выхаваўчай практыкай народа, перадаецца з пакалення ў пакаленне не проста шляхам капіравання метадаў і прыёмаў выхавання, а праз пастаяннае і мэтанакіраванае ўдасканаленне назапашанага вопыту згодна з канкрэтным выхаваўчым асяроддзем, умовамі жыцця і поглядамі асобнай сям'і ды з каштоўнаснымі арыентацыямі грамадства. Беларускія асветнікі на працягу гістарычнага станаўлення беларусаў як нацыі, падкрэсліваючы значнасць народна-педагагічнай спадчыны беларусаў, зрабілі грунтоўны ўклад у распрацоўку, навуковае апісанне, сістэматызацыю сродкаў і метадаў народнай педагагікі. Іх тэарэтыка-метадалагічная і метадычная спадчына з'яўляецца неацэнным скарбам для распрацоўкі сучаснай выхаваўча-педагагічнай сістэмы, а таксама асновай для сучасных тэарэтычных даследаванняў па беларускай народнай педагагіцы.

Вырашэнне сучасных праблем станаўлення асобы ў адпаведнасці з агульнанародным ідэалам магчыма пры звяртанні сучасных адукацыйных устаноў Беларусі да нацыянальных вытокаў і стратэгічным выкарыстанні выхаваўча-здараўленчага патэнцыялу беларускай народнай педагагікі ў планаванні і рэалізацыі выхаваўчага працэсу. Фарміраванне маральнага і фізічнага здароўя асобы як накірункаў агульнанароднага ідэалу асобы ў сучасных вучэбна-выхаваўчых умовах будзе дзейным пры выкананні наступных гістарычна

абгрунтаваных і нацыянальна вызначаных умоў: *па-першае*, выбар выхаваўчых арыенціраў павінен ажыццяўляцца згодна са спецыфікай нацыянальнага характару і ментальнасці беларускага народа, а таксама з улікам агульнанароднага маральнага і фізічнага ідэалу, трансфармаванага з улікам сучасных выхаваўчых умоў, каштоўнасцей арыентацый, ментальных якасцей адпаведнага соцыума (бо фарміраванне беларускай нацыі немагчыма без апоры на нацыянальна-гістарычныя здабыткі нашых продкаў, беларускі фальклор як крыніца ведаў пра ідэал маральна і фізічна здаровай асобы адлюстроўвае не толькі мінулае, але і тыя каштоўнасці, якія яшчэ павінны рэалізавацца); *па-другое*, шырокае выкарыстанне сродкаў і метадаў беларускай народнай педагогікі ў вучэбна-выхаваўчым працэсе навучальных устаноў, сямейным і грамадскім выхаванні (пры спецыяльнай падрыхтоўцы будучых педагогаў; праз метадычнае кансультаванне бацькоў; праз правядзенне тэматычных лекцый для шырокага кола грамадскасці); *па-трэцяе*, планаванне здаровага ладу жыцця сучаснай асобы пры выкарыстанні беларускіх народных традыцый фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы; *па-чацвёртае*, планаванне і фарміраванне маральнага і фізічнага здароўя падростаючага пакалення ва ўзаемадзеянні (у працы паказаны магчымасці іх спалучэння праз навукова-тэарэтычнае, гісторыка-метадалагічнае абгрунтаванне, наглядна прадэманстраваныя ў выглядзе табліц і логіка-структурных схем, а таксама пададзены шэраг неабходных сродкаў і шляхоў фарміравання маральна і фізічна здаровай асобы, якія працяглы час паспяхова выкарыстоўвалі і ўдасканальвалі нашы продкі).

Акрамя вышэйзгаданай дысцыпліны, быў распрацаваны і апрабаваны аўтарскі спецкурс «Валеалогія: этнапедагагічны аспект», які дае не толькі веды па традыцыйнай для беларусаў сістэме фарміравання індывідуальнага і грамадскага здароўя, але і спрыяе назапашванню і актывізацыі сярод студэнтаў навыкаў і мерапрыемстваў па зберажэнні і ўмацаванні здароўя, што былі характэрны для беларускага народа і прыносілі свой плён.

Мэта выкладання дысцыпліны – фарміраваць сістэму ведаў і ўменняў па вылучэнні і выкарыстанні валеалагічна значных ідэй беларускай народнай педагогікі; па насычэнні сферы зберажэння здароўя лепшымі валеалагічнымі традыцыямі беларускай народнай педагогікі.

Задачы вивучэння дысцыпліны:

1) азнаёміць з тэарэтыка-метадалагічнымі падыходамі да вызначэння асноўных паняццяў і катэгорый валеалогіі з педагагічнага і этнапедагагічнага пункту гледжання;

2) прадставіць этнагенез валеалагічных уяўленняў беларусаў;

3) раскрыць сутнасць і значэнне валеалагічных ідэй у вусна-паэтычнай творчасці беларусаў;

4) падаць гістарычны аспект фарміравання грамадскага здароўя беларускага народа;

5) раскрыць сутнасць, метадычны сэнс народна-педагагічных сродкаў фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы, а таксама магчымасці іх практычнага выкарыстання;

6) прадставіць працэс фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы, пачынаючы з пубертатнага перыяду і заканчваючы ўступленнем асобы ў дарослае жыццё.

У выніку навучання студэнт павінен ведаць:

- пацэсійна-тэрміналагічны апарат курса;
- гісторыю развіцця валеалагічных уяўленняў беларусаў;
- сутнасць валеалагічных ідэй у вуснай народнай творчасці беларусаў;
- гісторыю фарміравання грамадскага здароўя беларускага народа;

- класіфікацыі і метадычны сэнс народна-педагагічных сродкаў і метадаў фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы;
  - працэс фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ад пубертатнага перыяду да ўступлення яе ў дарослае жыццё;
  - фактары ўплыву на маральнае і фізічнае здароўе асобы; павінен умець:
  - вылучаць валеалагічныя ідэі ў вусна-паэтычных творах беларусаў і выкарыстоўваць іх педагагічны сэнс у жыцці;
  - выкарыстоўваць пэўны спектр народна-педагагічных сродкаў і метадаў фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы як для ўмацавання ўласнага здароўя і работы па самаўдасканаленні, так і ў будучай прафесійнай дзейнасці;
  - вызначаць фактары, што ўплываюць на здароўе асобы, і карэкціраваць іх уплыў;
  - аказваць прафесійную кансультацыю па складанні індыўдуальных праграм па зберажэнні здароўя і падтрыманні здаровага ладу жыцця асобы.
- павінен валодаць: метадамі параўнальна-супастаўляльнага аналізу пры вывучэнні сітуацый і пошуку з іх аптымальнага выйсця.

Лекцыйны курс дадзенай дысцыпліны ўключае такія тэмы, як «Асноўныя паняцці і катэгорыі валеалогіі з педагагічнага і этнапедагагічнага пункту гледжання», «Этнагенез валеалагічных уяўленняў беларусаў», «Валеалагічныя ідэі ў вусна-паэтычнай творчасці беларусаў», «Фарміраванне грамадскага здароўя беларускага народа: гісторыя і сучаснасць», «Народна-педагагічныя сродкі і метады фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы», «Антагенез фарміравання маральнага і фізічнага здароўя асобы ў беларускай народнай педагогіцы».

Практычныя заданні звязаны са складаннем індыўдуальнай карты здароўя і планаваннем для яе рэалізацыі адпаведных мерапрыемстваў (сродкаў, метадаў).

**Заклучэнне.** Значнасць вывучэння курса «Валеалогія: этнапедагагічны аспект» дыктуецца шэрагам абставін, што склаліся ў сучасным грамадстве і цяперашняй сістэме нацыянальнага выхавання. Па-першае, 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 негатыўна паўплывалі на маральнае і фізічнае здароўе нацыі. Усе вышэйзгаданыя фактары прывялі да пагаршэння стану здароўя беларусаў, скарачэння працягласці іх жыцця, маральнай дэградацыі пэўнай часткі грамадства, трансфармацыі жыццёвых каштоўнасцей і ідэалаў моладзі. Па-другое, праблема фарміравання здароўя асобы даўно ўжо выйшла за межы толькі медыцынскай адказнасці і ў большай ступені залежыць ад самога чалавека; па-трэцяе, 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 гаспадары і творцы 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 гра-

мадскага выхавання, што ў выніку дапаможа фарміраванню нацыянальна вызначанай маральна і фізічна здаровай асобы, здольнай жыць у суладдзі з нацыянальна-культурным асяродкам.

Атрыманыя веды, а таксама выпрацаваныя ўменні і навыкі будучых спецыялістаў па сацыяльнай рабоце ў межах спецыяльнага курса «Валеалогія: этнапедагагічны аспект» дапамогуць ім не толькі ва ўдасканаленні прафесійнага майстэрства, але і ў падтрыманні іх індывідуальнага здароўя.

#### ЛІТАРАТУРА

1. **Амосов, Н.М.** Раздумья о здоровье / Н.М. Амосов. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – С. 18.
2. **Брехман, И.И.** Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – С. 5–6.
3. **Купчинов, Р.И.** Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи: пособие для преподавателей и кураторов групп средних спец. и высш. уч. заведений / Р.И. Купчинов. – Минск: УП «ИВЦ Минфина», 2004. – С. 30–31.
4. **Попов, С.В.** Валеология в школе и дома: о физическом благополучии школьников / С.В. Попов. – СПб.: Союз, 1997. – С. 7, 9.
5. **Чумаков, Б.Н.** Валеология: избранные лекции / Б.Н. Чумаков. – М.: Российское педагогич. агентство, 1997. – С. 20.
6. **Каченовский, М.Б.** Психодуховное самооздоровление: (рекомендации по использованию принципов самооздоровления в педагогике) / М.Б. Каченовский. – Минск, 1993. – С. 3–4.

#### S U M M A R Y

*The article is devoted to the possibility of forming individual health for future specialists in social work. Special courses helps replenish of knowledge and skill for preservation individual health in better traditions of belarussian national pedagogics.*

*Поступила в редакцию 19.04.2010*