

## **Здоровьесбережение как основа семейного воспитания: этнопедагогический и социальный аспект**

Г. Б. Аскарова

*Башкирский государственный университет, Стерлитамакский филиал  
Россия, г. Стерлитамак, 453103, проспект Ленина, 49.*

*Email: askarov66@bk.ru*

В статье обосновывается актуальность проблемы здоровьесбережения как приоритетного направления воспитания и стратегической цели социальной политики российского общества. Особое внимание уделено вопросу здоровьесберегающей деятельности семьи в системе народного воспитания и возможностям использования этнопедагогического потенциала в воспитательной практике современной семьи.

**Ключевые слова:** здоровьесберегающая деятельность, мотивационная установка, здоровый образ жизни, подрастающее поколение, семейное воспитание.

В современном обществе актуализируется проблема здоровьесбережения, постулируемая в качестве важнейшей стратегической цели и гаранта национальной безопасности. Прежде всего, это связано с ухудшением экологической обстановки в планетарном масштабе, ростом заболеваний, повышением уровня смертности, зачастую перекрывающей рождаемость. Ситуацию усугубляет повсеместная алкоголизация и наркотизация населения, половая распущенность, сексуальные девиации и прочие отклонения от общечеловеческих норм нравственности. При этом общество весьма толерантно относится к всевозможным социальным и моральным патологиям, что является свидетельством его духовной деградации. Ведь демонстративная терпимость к общественным аномалиям может привести, в конечном итоге, к гибели цивилизации.

В то же время в тех сферах общественной жизни, где толерантность является обязательным условием их гармоничного функционирования (межэтнические, межконфессиональные, межпоколенные и межличностные отношения), мы наблюдаем антагонизм, противостояние и неспособность к диалогу и сотрудничеству. Средства массовой информации и коммуникации также содействуют ухудшению моральной обстановки, делая чрезмерный акцент на гедонизме и натурализме, активизируя потребительские инстинкты человека. В свое время Л. С. Выготский абсолютно точно оценил последствия подобной политики: «Нет более верного средства толкнуть ребенка на какой-нибудь антиморальный поступок, нежели подробно описать последний» [2; с. 259]. Ежедневно, только с экрана телевидения, дети и молодежь наблюдают различные модели табуированных действий: потребление спиртных напитков, табакокурение,

употребление ненормативной лексики и мн. др. Естественно, что в подобной атмосфере семье и школе довольно трудно пропагандировать общечеловеческие ценности и идеалы нравственности. Ведь философия бизнеса, ориентированная на реализацию экономического интереса и личной выгоды диктует молодежи совершенно иные образцы поведения, целенаправленно и последовательно оказывая тотальное воздействие на сознание формирующейся личности. Бесспорно, сложно внушить девочкам отвращение к курению и алкоголю, когда чуть ли не в каждом кинофильме они видят огромное количество курящих и пьющих женщин – красивых, умных, успешных, достойных любви и уважения. Нельзя, конечно, впадать в пессимизм и оценивать ситуацию как бесперспективную. В принципе любая нравственно цельная и сплоченная семья в состоянии противопоставить прагматически ориентированному обществу морально непоколебимую, не подверженную духовной коррозии личность, обладающую стойким иммунитетом против всякого негативного воздействия. Несмотря на всю сложность ситуации, каждая семья должна всемерно содействовать укреплению моральных устоев личности ребенка, своевременно проводя так называемую «вакцинацию» против отрицательных воздействий окружающей среды, формируя у него активное неприятие любых форм асоциального и морально неодобряемого поведения. Здесь следует особое внимание уделить мерам превентивного характера, поскольку корректировать и искоренять всегда значительно труднее, чем предупреждать что-либо. В связи с этим необходимо сформировать у ребенка правильную мотивационную установку на здоровьесберегающую деятельность. В числе педагогически ценных и личностно приоритетных мотивов можно выделить мотивы долга и индивидуальной ответственности за характер своих действий (перед родителями и самим собой), ориентации на социальную перспективу (каким будет твое будущее?) – высокий уровень сформированности вышеназванных мотивов служит своего рода нравственным фундаментом личности и основой ее физического здоровья.

Не менее действенным мотивом является также и мотив страха, выступающий мощнейшим стимулятором деятельности. Известно, что гуманистическая педагогика не приемлет любые формы страха в воспитании ребенка, полагая, что наиболее жизнеспособным мотивом и методом педагогического воздействия является не страх, а любовь и уважение к воспитаннику. В то же время многие философы, психологи, педагоги и социологи утверждали именно страх как эффективный регулятор поведения: страх перед родителями, Богом и государством надежно удерживает человека в границах дозволенного обществом.

В противовес радикально настроенным ученым Л. С. Выготский справедливо утверждал: «...не следует поступать в нравственном воспитании, как в полицейских законах, когда мы избегаем какого-нибудь поступка, потому что боимся наказания, которое последует за ним. Не следует ... превращать нравственность во внутреннюю полицию духа. Избегать чего-нибудь из боязни еще не значит совершать нравственный по-

ступок. В этом смысле глубоко ошибочно поступил Руссо, когда, желая уберечь своего Эмиля от опасной и грязной любви, он повел его ребенком в больницу для венериков, чтобы язвами, зловонием, позором и унижением человеческого тела устроить юношу. Целомудрие, купленное ценой боязни, с психологической точки зрения грязнит душу хуже откровенного разврата, потому что оно не уничтожает в психике ребенка всех дурных влечений и побуждений, а только создает в психике неизменную и мелкую борьбу между этими влечениями и не менее унижительными и рабскими чувствами страха. Только то целомудрие ценно, которое куплено положительным отношением к поступку и пониманием его истинной сути [2; с. 258]. Никто не спорит с тем, что нравственно ценно осознанное и убежденное следование идеалам Любви и Добра, чем принуждение себя к ним из-за страха за себя и собственную жизнь. Но если речь идет о спасении целого поколения, то для успеха профилактической работы следует все же учитывать несовершенство человеческой природы, тяготеющей ко всему запретному и желающей все испытать на собственном опыте. Положив в основу превентивной деятельности страх как личностный мотив и метод педагогического воздействия, мы вполне можем достичь упреждающего эффекта, осуществив своего рода вакцинацию против всего социально недозволенного и морально осуждаемого.

Следует признать как факт, что чужой опыт редко служит для людей уроком и не способен удержать кого-либо от соблазнов. Нередко запрет на нечто, напротив, воспринимается человеком как вызов, а процесс преодоления страха вызывает состояние эмоциональной приподнятости и эйфории вследствие собственной способности противостоять всеобщим правилам, принципам и нормам. Только сильный страх, укоренившийся в сознании под воздействием массивированных вербальных воздействий, либо непосредственного видения чужого негативного опыта может уберечь ребенка от асоциальных проявлений. В этом смысле нельзя не согласиться с утверждением Д. Майерса: «Зло порою является результатом постоянно увеличивающегося числа уступок. Незначительный дурной поступок может упростить попытку совершения более тяжкого деяния. Дурные поступки подрывают нравственную чуткость человека. Перефразируя «Максимы» Ларошфуко..., легче найти человека, который никогда в жизни не поддавался искушению, чем найти человека, который поддался бы ему только один раз» [8; с. 171].

В свете вышеизложенного Дэвид Майерс обосновывает достаточно эффективный способ профилактической прививки правильной установкой, способной повысить сопротивляемость индивида нежелательному убеждению. Здесь идет речь именно о внедрении в сознание индивида чувства страха перед возможными разрушительными для своего физического, психического и социального здоровья последствиями за собственные неразумные действия, что действительно может обеспечить мощную самозащиту. Причем, в самом факте страха нет ничего антигуманного, ибо страх изначально заложен в самой природе человека, что позволяет ему сохранить себя как биологи-

ческий вид. Известный философ, богослов, психолог и педагог В. В. Зеньковский в своем труде «Психология детства» определил страх как основную и врожденную реакцию души, как форму оценки, как тип отношения к миру и людям, источником которого является инстинктивная настороженность, личный негативный опыт, и потому суть воспитательных воздействий должна сводиться отнюдь не к искоренению чувства страха, а к трансформации его в здоровую реакцию психически и физически здорового индивида, озабоченного обеспечением собственной безопасности и выживаемости [5; с. 130]. При этом, как свидетельствуют обобщения Дэвида Майерса, если профилактическую работу построить еще и на методике последовательного убеждения и освоения действенных моделей вербальной самообороны, то ее эффективность и результативность максимально повысится.

Таким образом, суть воспитательной работы родителей должна состоять в формировании в детях стойких нравственных мотивов здоровьесберегающей деятельности и в последовательной пропаганде здорового образа жизни. Именно семья призвана всемерно содействовать развитию здоровья детей, что предполагает, по мнению известного российского ученого И. И. Брехмана, сохранение соответствующей возрастной устойчивости в условиях изменений количественных и качественных параметров потоков сенсорной, вербальной и структурной информации [1, с. 27]. Причем, успех здоровьесберегающей деятельности в решающей мере зависит от целенаправленного соблюдения родителями принципов непрерывности, систематичности, последовательности и комплексности воспитательных воздействий.

Немалый методический потенциал для современной семьи содержит опыт народного воспитания. Если обратиться к этнопедагогической воспитательной практике, то там мы можем обнаружить свидетельства весьма рачительной заботы о здоровье подрастающего поколения. Народ весьма ответственно относился к исполнению своих родительских функций: уже с момента беременности женщины семья начинала заботиться о будущем ребенке при помощи различных способов и средств. Так, обязывали женщину еженедельно наговаривать на воду специальный заговор на охрану дитя, а затем умываться этой водой и пить ее; заваривали ежедневно чай из манжетки и коры калины для предупреждения выкидыша и преждевременных родов, а также с этой же целью дарили будущей матери янтарные или жемчужные бусы.

Рождение ребенка тоже сопровождалось специальными охранительными обрядами, призванными способствовать сохранению жизни и здоровья новорожденного путем отпугивания злых духов и привлечения сил добра для оказания ему помощи и покровительства. Несмотря на обращенность в религию, многие народы долгое время сохраняли языческие верования и представления. Подобная защитно-охранительная практика бытовала и у русских, башкир, татар, казахов и др. народов, когда при рождении ребенка били в железную домашнюю утварь, чтобы отвести духов от роженицы; принимали ребенка в рубаху отца, чтобы ребенок рос здоровым и отец любил его; сра-

зу после рождения мать с ребенком вели в баню и купали, производя различные заговоры и обряды; первый год жизни ребенка купали в настоях лечебных трав и в соленой воде во избежание заболеваний.

Отметим, что укорененные в общественном сознании верования были столь сильны, что народ неуклонно следовал всем родовым установлениям, не подвергая их скепсису или сомнению. В результате дети были ухожены и обустроены надлежащим образом. В свете этого кажется несколько спорным утверждение видного российского ученого И. С. Кона о том, что феномен родительской любви есть результат достаточно долгой эволюции человеческих нравов и потому «До конца XVIII века материнская любовь...была делом индивидуального усмотрения... Во второй половине XVIII века она постепенно становится обязательной нормативной установкой культуры. Общество не только увеличивает объем социальной заботы о детях, но и ставит их в центр семейной жизни, причем главная и даже исключительная ответственность за них возлагается на мать. ... «Новая мать» и вправду начинает больше, а главное, – иначе заботиться о детях. В конце XVIII века начинается кампания за то, чтобы матери сами выкармливали младенцев, не доверяя их ненадежным кормилицам. ... Растут гигиенические заботы о детях (Людовика XIII регулярно пороли с двух лет, а впервые выкупали почти в семилетнем возрасте). Возникает специальный раздел медицины – педиатрия. По мере индивидуализации внутрисемейных отношений каждый ребенок, даже новорожденный, к которому еще не успели привыкнуть, становится принципиально единственным, незаменимым, его смерть переживается и должна восприниматься как невозполнимая горькая утрата...Однако эволюция нравов была медленной, «Новые матери» первоначально появлялись главным образом в среде состоятельной и просвещенной средней буржуазии. Аристократкам времен Стендаля и Бальзака было недосуг заниматься своими детьми. По совсем другим причинам этого не могли позволить себе пролетарские и мелкобуржуазные семьи. Что же касается деревни, там дольше сохранялись старые, довольно-таки грубые, нравы» [6, с. 227–228].

Напротив, в сказках, былинах и легендах можно встретить огромное количество примеров беззаветной материнской, сыновне-дочерней и братско-сестринской любви, что является безусловным свидетельством вполне оформившегося института семьи со всеми необходимыми морально-психологическим атрибутами ее функционирования. Конечно, процесс воспитания изначально характеризовался некой двойственностью, будучи, с одной стороны, демократичным и гуманным по природе своей, и, с другой стороны, достаточно жестким, а порой и радикальным – инфантицид был действительно достаточно распространенным явлением во многих культурах. Недаром даже в «Коране», в суре 17 («Перенес ночью»), в аяте 33 дается указание мусульманам: «И не убивайте ваших детей из боязни обеднения: Мы пропитаем их и вас; поистине, убивать их – великий грех!» [7, с. 223]. В то же время, следует заметить, что в немалой степени широкую распространенность данное негативное явление могло получить

вследствие общей духовной недоразвитости того или иного общества, определяющего характер жизнедеятельности и ценностные приоритеты своих граждан. В то время как люди с высокими моральными качествами и развитым нравственным кругозором были всегда и могли служить поведенческим образцом для других.

Обращение к фольклору наглядно демонстрирует любовно-нежное отношение матерей к своим детям и одни только ласкательные эпитеты и сравнения тому убедительное доказательство: солнышко мое ясное, звездочка моя, соколик мой родной, лапушка ненаглядная, губки словно ягодки, глазки словно вишенки, походка лебединая, лань быстроногая и т.п. А сколько каждодневного труда и сил вкладывал народ в повседневный уход за детьми! Общеизвестно, что основной категорией этнопедагогики является «пестование», означающее последовательное и ласковое обращение с ребенком, обеспечение его жизнедеятельности в соответствии с принципами любви и высокого гуманизма. Именно такое отношение было нормой семейной педагогики. Несмотря на тяжелый крестьянский труд и физическую усталость, на ночь читали над ребенком особые заговоры на здоровый и полноценный сон, пели колыбельные песни (даже традиционная песенка про серого волчка тоже носила охранительный характер, ибо боясь быть утешенным волчком с краю полатей, ребенок старался спать поближе к стене, что уберегало его от возможных падений с высоты), укладывая спать «правили» позвоночник, с достаточным нажимом проводя вдоль него костяшками согнутых пальцев – указательного и среднего; хоть и рано вставали, никогда резко не будили ребенка (верили, что во время сна душа выходит из тела и при быстром пробуждении может не успеть в него вернуться), а делали это постепенно, путем незатейливой гимнастики (сгибание-разгибание рук и ног) с сопутствующими прибаутками типа: «Ручки хлопают, ножки топают, Быстро-быстро по лужайке топают» и пр. А сколько деятельной заботы о молодом поколении проявлял народ в период полового созревания подростков! Поскольку идеалом человеческой красоты было здоровье, то родители уделяли пристальное внимание физическому воспитанию. Вот как, к примеру, воспитывали нарттов – эпических кавказских богатырей: они уже в подростковом возрасте должны были уметь на полном скаку останавливать коня перед каким-либо препятствием, уметь на скаку метко поражать дальние мишени, легко переправляться на конях через бурные горные реки, прыгать на коне с крутого берега реки в воду, перепрыгивать через горные расщелины. В качестве иллюстрации можно привести описание одной из популярных нартских забав: с вершины высокой горы бросали огромный диск, который, стоящий под скалой нарт, должен был троекратно отразиться обратно сначала лбом, затем – руками и, наконец, грудью[3, с. 76].

Поскольку идеалом женской красоты были крепкие полногрудые женщины, то в период полового созревания девочек усиленно поили настоями шишек хмеля, травы манжетки, заставляли есть капусту. У русских сибиряков, к примеру, до середины 70-х годов XX века при сватовстве девушкам устраивали своего рода испытание на физиче-

скую крепость и здоровье: вначале ставили девушку на гору, а сваты становились под горой, и девушка должна была бежать с горы вниз под «инспектирующим» надзором сватов, которые внимательно наблюдали, чтобы при беге грудь девушки и тела ее не тряслись – в противном случае она объявлялась дебелий и нездоровой. Затем девушку вели в дом, где устраивали еще одно испытание: на лавку сыпали лесные орехи, и она должна была, усевшись на них, постараться расколоть орехи. В связи с этим, для крепости и силы тела, девочек обязывали пить свекольный квас и молочную сыворотку.

Народ всемерно заботился о сохранении внешней красоты юношей и девушек как важнейшей составляющей их физического здоровья. В целях этого в уходе за детьми широко применялась лечебная магия. Несмотря на огромную занятость, любящие родители находили время, чтобы заговаривать воду на красоту и здоровье и умывать этой водой свое дитя. Только для изведения подростковой угревой сыпи следовало добыть воду из семи колодцев и после специально проведенного обряда обмывали этой водой своего ребенка.

Вообще следует обратить внимание на тот факт, что практически всю деятельность детей народ обустроивал с учетом здоровьесохранения, создавая своего рода охранительную систему их жизнеобеспечения. Детей целенаправленно обучали способам и приемам личной безопасности: что нужно говорить, когда слышишь раскаты грома; какой обряд следует провести перед заходом в лес, чтобы защитить себя от лесных духов и задобрить их для удачного собирательства ягод и грибов; какой заговор следует произнести, если все-таки заплутаешь в лесу, чтобы избавиться от проказ лешего; какие заговоры и действия способны остановить кровь, снять боль и т.п. Даже в обычной игре дети не забывали защищать себя, прибегая к помощи предков, ведь традиционное «чур меня!» есть сокращенный вариант от «Пращур, защити меня!».

Аналогичные обереги обнаруживаем мы и в мусульманской педагогике, которая также активно использует практику подготовки человека к любым жизненным ситуациям, рекомендуя применять специальные охранительные молитвы во всех случаях: во время приема пищи и питья, перед заходом в баню, перед отправлением ко сну, во время пробуждения среди ночи, в момент пробуждения, перед важной работой, для успешного учения и мн.др.

Думается, что огромный развивающий потенциал этнопедагогике необходимо творчески использовать и в современном воспитательном процессе, что позволит сформировать у людей столь же ответственно-активное отношение к здоровью, как это было характерно для наших предков. Ведь именно в вопросах здоровьесбережения в массовом сознании, к сожалению, укоренились ложные стереотипы и установки. Все попытки просветить граждан относительно травмирующих здоровье факторов, встречают неоправданно мажорный отпор в виде расхожих поговорок: «Семь бед – один ответ», «Зараза к заразе не пристанет», «Кто не курит и не пьет, тот здоровеньким помрет»,

«А-а! Все равно все там будем – от смерти еще никто не уходил!», «Все вредно, так что одним больше или меньше – не существенно» и прочие рассуждения в подобном духе. Между тем еще древние мудрецы абсолютно верно предупреждали (и это при изначальном отсутствии огромного количества вредоносных факторов!): «Искусство продлевать жизнь – это искусство не укорачивать ее».

Именно это мудрое высказывание и должно стать основополагающим принципом семейной педагогики, которая сегодня базируется на чудовищных ошибках и воспитательных просчетах. В качестве своеобразной иллюстрации обратимся к методике поощрения детей в современной семье. Что сегодня традиционно предлагают родители ребенку в качестве поощрения? Посещение «Макдоналдса», дарение многофункциональных сотовых телефонов, ноутбуков, планшетов, игровых приставок, компьютерных дисков с играми. И это при том, что нынче все детские больницы заполнены детьми с опухолями головного мозга, вследствие чего даже Всемирная организация здравоохранения вынуждена была признать, что пользование сотовыми телефонами увеличивает риск заболевания раком головного мозга на 40%. Несмотря на это многие, в угоду экономическим соображениям, повсеместно отключают стационарные телефоны, полностью переключаясь на сотовую связь. Получается, что родители совершают преступление против своих же детей, покупая им все новые и новые модели сотовых телефонов, компьютеров, разрушая, тем самым, их здоровье. Тем более, что это вредит не только физическому, но и психическому состоянию детей. Современные ученые сегодня фиксируют новый вид зависимого поведения – уход в виртуальную реальность. Подвергнув обследованию значительное количество учащихся, исследователи выявили, что работа с компьютерами и игровыми приставками довольно быстро привела к формированию у них замещающее-компенсаторного и гедонистически мотивированного поведения. Все испытуемые имели существенные психологические проблемы и трудности в общении. Со временем возникали признаки зависимости, что проявлялось в психофизическом дискомфорте, в большей степени эмоциональном, вне общения с персональным компьютером и в восстановлении психологического комфорта при начале (и даже лишь от факта предвкушения начала) работы с ним. Постепенно данная потребность вытесняет даже потребности голода, жажды, живого общения, отдыха и сна. В дальнейшем нарастает диссоциация пациента – суживается круг интересов, падает учебная и производственная работоспособность, еще более усиливаются трудности коммуникации и пр.

Ситуация может быть исправлена только при условии противопоставления компьютерам в досуговой сфере чего-то альтернативно мощного, способного вывести молодое поколение из виртуального мира в мир посюсторонней реальности. Попустительская же политика семьи к организации личного времени и досугового пространства ребенка не только наносит ему непоправимый вред, но с неизбежностью порождает массу педагогических проблем. Современные ученые выказывают тревогу по поводу рази-

тельного обеднения структуры досуга граждан за счет его резкого «одомашнивания». Член корреспондент РАН, академик РАО А. П. Запесоцкий по этому поводу заявляет: «Образно говоря, вся страна «уселась у телевизора». В свободное время около 60% россиян предпочитают дома смотреть телевизор. Телевидение абсолютно доминирует в структуре досуга жителей страны как по затрачиваемому на просмотр телепередач времени, так и по числу людей, занимающих ежевечернее места перед экранами телевизоров. По данным различных исследований величина среднесуточной аудитории телевидения (выраженная в показателях охвата – количество человек, включивших телевизор, колеблется в интервале 75–80% населения. Фактически имеет место производство духовного мира, системы потребностей, мотивов деятельности телезрителей. Еще более существенно другое: молодежи навязан радикальный культурный разрыв с предшествующими поколениями. Как говорил шекспировский король Лир: «Распались связь времен». Подобная ситуация существовала в теории, но никогда и нигде ранее не воплощалась на практике» [4, с. 33].

Действительно, телевидение отнюдь не лучшая альтернатива компьютерным технологиям. Не хотелось бы впадать в пессимизм, однако тотальное погружение мира в иллюзорное и виртуальное бытие, излишняя устремленность к гедонистическим наслаждениям и удовольствиям есть свидетельство духовной, нравственной и эстетической деградации общества, обратить которую весьма затруднительно. И все-таки потенциально возможно, но опять же «силами самих утопающих».

Не меньшую опасность для детского здоровья представляет и крайне несерьезное отношение родителей к проблеме организации режима питания детей. Современные родители очень отличаются от тех народных воспитателей, которых мы описывали чуть выше. Лень как двигатель прогресса привела к тому, что нынешние родители, понимая всю меру опасности для здоровья своих детей, склонны сознательно идти по пути наименьшего сопротивления и совершенно не заботятся о качестве потребляемой ими продуктов. Не желая обременять себя излишней домашней заботой, матери предпочитают закармливать детей чипсами, шоколадками, газированными напитками, вредной выпечкой, содержащей консерванты, подсластители, усилители вкуса, красители и т.п., вместо того, чтобы печь самим экологически чистую выпечку, делать домашние (не менее вкусные и, главное, полезные) напитки, йогурты, конфеты и даже мороженое (благо, мороженницы продаются сегодня по вполне доступным ценам). При том, что ученые неоднократно заявляли, что домашняя выпечка делает детей более открытыми, дружелюбными и успешно социализирующимися людьми. Заявление, может и не бесспорное, но, тем не менее, нечто рациональное в нем все-таки есть: ведь, если дома регулярно пекутся блины, пироги и пирожки, значит, мать заботится о своей семье и это есть способ выражения ее любви к близким, а люди, выращенные в атмосфере любви и заботы, традиционно более открытые по отношению к окружающим, что значительно облегчает процесс их социальной коммуникации. Возможно,

все дело в том, что в современном мире все меньше остается места для любви, и это характерно и для внутриспоколенных и междупружеских отношений, что и проявляется в таком пренебрежительном отношении к важнейшей социальной и личной ценности – здоровью. Недаром психологи в качестве жизнеутверждающего тезиса развития современной цивилизации провозгласили принцип: «Возлюби, иначе погибнешь!». Любовь всегда деятельна и замешана на подвижничестве. В свое время, женщины упрекнули пророка Мухаммеда в том, что Аллах даровал мужчинам возможность джихада (участие в священной войне), а женщинам якобы в джихаде отказал. На что пророк им ответил: «Вам Аллах также даровал джихад. Ваш джихад – то ваша работа по дому». В этом смысле несомненный интерес представляет для нас мусульманская педагогика с ее идеей «большого и малого джихада», где под малым джихадом подразумевается защита своей Родины от врагов, а большой джихад подразумевает победу над своим «внутренним» врагом – смертными грехами вроде лени, чревоугодия, уныния, гнева и т.п. Таким образом, изначально признается, что положить свою жизнь на алтарь Отечества гораздо более легкая задача, чем неустанно трудиться по усовершенствованию собственной природы и сущности. Видимо поэтому домашний труд многими воспринимается как тягостная обязанность, которую стремятся избежать или, по возможности, существенно облегчить ее. Независимо от того, что заложено в подобном стремлении – лень или отсутствие истинной любви – в любом случае это явления негативного характера. Возможно, осознание своего несовершенства может стать залогом успешного переустройства себя как для собственного спасения, так и во имя спасения жизни и здоровья своих близких. Ведь здоровье являет собой бесценное богатство и безусловную социально и личностно значимую ценность, пусть и не выраженную в денежном эквиваленте, но не менее привлекательную, чем деньги, власть, образование и прочее. Именно благодаря здоровью человек способен в полной мере раскрыться и реализовать себя как созидательная, нравственная и творческая личность.

## Литература

1. Брехман И. И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Л.: Наука, 1987. 125с.
2. Выготский Л. С. Педагогическая психология. / Под ред. В. В. Давыдова. М.: Педагогика, 1991. 480с.
3. Гуртуева М. Б. Игры и спортивные состязания как средство воспитания джигита-горца // Педагогика. 2004. №3. С.76–82.
4. Запесоцкий А. П. Философия образования и проблемы современных реформ // Вестник Российского философского общества. 2012. №3(63). С.30–34.
5. Зеньковский В. В. Психология детства. Екатеринбург: Деловая книга, 1995. 265с.

6. Кон И. С. Ребенок и общество: (Историко-этнографическая перспектива). М.: Главная редакция восточной литературы издательства «Наука», 1988. 270с.
7. Коран. Пер. с араб. И. Ю. Крачковского. М.: Раритет, 1990. 528с.
8. Майерс Д. Социальная психология. Пер. с англ. СПб.: Питер, 1996. 684с.

Статья рекомендована к печати кафедрой психолого-педагогического образования факультета педагогики и психологии Стерлитамакского филиала БашГУ (к.п.н., доцент Р. М. Салимова)

## **Health care as the basis of family upbringing, ethno-pedagogical and social aspect**

G. B. Askarova

*Bashkir State University, Sterlitamak Branch  
49 Lenin Street, 453103 Sterlitamak, Russia.*

*Email: askarov66@bkl.ru*

The article substantiates the urgency of the problem of health care as a priority direction of education and strategic goals of the social policy of the Russian companies. Special attention is paid to the issue of health care activity of the family in the system of national education and the possibilities of the use of ethnopedagogical potential in the educational practice of the modern family.

**Keywords:** health-promoting activities, motivational preset, a healthy lifestyle, the younger generation family education.