

УДК 796.011.1:371.4
DOI 10.35254/bsu/2025.72.20

Кошалиева С. Ш.,
К. Карасаев атындагы БМУ,
п.и.к., доценттин м.а.,
ага окутуучу
E-mail: skoshalieva@bhu.kg

Жумадылова А.А.
К. Карасаев атындагы БМУ,
окутуучу
E-mail: jumadylova.a@icloud.com

АДЕП-АХЛАКТЫК БААЛУУЛУКТАР ЖАНА ДЕНЕ ТАРБИЯ: HOLISTIC (ТОЛУК КАНДУУ) ӨНҮГҮҮНҮН ФИЛОСОФИЯСЫ

Кыскача мазмуну

Макалада дене тарбия менен руханий-адептик өнүгүүнүн ортосундагы байланыш философиялык, психологиялык жана педагогикалык өңүттө изилденет. Авторлор адеп-ахлактык баалуулуктар менен дене тарбиясынын өз ара толуктап туруучу гармониялуу тутумун адамдын бүтүндүк өнүгүүсүнүн компоненттери катары талдашат. Иш дене менен жан дүйнөнүн ажырагыс байланышын аныктаган улуу ойчулдардын (Платон, Аристотель, Конфуций) идеяларына таянат. Кыргыз элинин акыл-насааттарынан мисалдар келтирилип, руханий жана дене тарбиянын улуттук менталитеттеги орду көрсөтүлөт. Изилдөөнүн жыйынтыктары дене менен жан дүйнөнүн тең салмактуулугу боорукер, чыдамкай жана жоопкерчиликтүү инсанды калыптандыруунун негизги шарты экенин көрсөтөт. Сунушталган педагогикалык модель Кыргыз Республикасынын билим берүү системасында адеп-ахлактык жана дене тарбияны бириктирүүнүн негизи боло алат.

Түйүндүү сөздөр: гармония, бүтүндүк өнүгүү, этнопедагогика, руханийлик, интеграция, өзүн-өзү тартипке салуу, маданий мурас, тарбиялык модель, философиялык негиздер, психофизикалык биримдик

Кошалиева С.Ш.,
БГУ им. К. Карасаева,
п.и.к, и.о. доцента,
старший преподаватель
E-mail: skoshalieva@bhu.kg

Жумадылова А.А.,
БГУ им. К. Карасаева,
преподаватель
E-mail: jumadylova.a@icloud.com

НРАВСТВЕННЫЕ ЦЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ: ФИЛОСОФИЯ ЦЕЛОСТНОГО РАЗВИТИЯ (HOLISTIC)

Аннотация

В статье исследуется взаимосвязь между физическим воспитанием и духовно-нравственным развитием личности с философской, психологической и педагогической точек зрения. Авторы анализируют гармоничную систему нравственных ценностей и физической культуры как взаимодополняющих компонентов целостного развития человека. Работа опирается на идеи великих мыслителей (Платона, Аристотеля, Конфуция), установивших неразрывную связь между телом и душой. Приводятся примеры из кыргызской народной мудрости, демонстрирующие место духовного и физического воспитания в национальном менталитете. Результаты исследования показывают, что равновесие между телесным и духовным аспектами выступает ключевым условием формирования сострадательной, терпеливой и ответственной личности. Предложенная педагогическая модель может служить основой для интеграции нравственного и физического воспитания в образовательной системе Кыргызской Республики.

Ключевые слова: духовный мир, физическое воспитание, нравственное развитие, педагогика, психология, философия, интеграция, воспитательный процесс, личностные качества

Koshalievа S.Sh,

BSU named after K. Karasaev

PhD in Pedagogy, Acting Associate Professor,

Senior Lecturer

E-mail: skoshalievа@bhu.kg

Jumadylova A.A.

BSU named after K. Karasaev

Lecturer

E-mail: jumadylova.a@icloud.com

MORAL VALUES AND PHYSICAL EDUCATION: THE PHILOSOPHY OF HOLISTIC DEVELOPMENT

Abstract

This article examines the relationship between physical education and spiritual-moral development of personality from philosophical, psychological, and pedagogical perspectives. Moral values and physical culture were analyzed as components of holistic human development. It draws on the ideas of great thinkers who established a connection between the body and the soul. Kyrgyz folk wisdom demonstrates the place of spiritual and physical education in the national mentality. Physical and spiritual balance is a key condition for developing a compassionate and responsible personality. The pedagogical model can serve as a base for integrating moral and physical education into the Kyrgyz Republic's education system.

Keywords: harmony, holistic development, ethnopedagogy, spirituality, integration, self-discipline, cultural heritage, educational model, philosophical foundations, psychophysical unity

КИРИШҮҮ. Адам баласынын руханий дүйнөсү менен анын дене абалы — бул эки башка нерсе эмес, тескерисинче, бири-бирин толуктап туруучу, бир бүтүндүктү түзгөн ажырагыс эки бөлүк. Чыныгы инсандын өнүгүүсү бул — ичтеги дүйнө менен сырттагы туюмдун биримдигинен башталат. Бул экөөнүн ортосундагы байланыш адамдын күнүмдүк жүрүм-турумунда, адеп-ахлактык чечимдеринде, өзүн-өзү баалоосунда жана коомго болгон мамилесинде даана көрүнүп турат. 2024-жылдын 18-декабрында Кыргыз Республикасынын Президенти Садыр Жапаров "Улуттук дем – дүйнөлүк бийиктик" уңгужолун кабыл алуу жөнүндө жарлыкка кол койду. Бул документ Кыргызстандын коомдук-саясий, социалдык-экономикалык жана маданий-руханий өнүгүүсүнүн стратегиялык багыттарын аныктап, улуттук идеологиялык негиздерди бекемдөөгө багытталган [1].

Кыргыз элинин: *"Жан дүйнөсү таза адамдын — денеси да таза болот"* деген накылы бекеринен айтылган эмес. Бул ойдун тамырында адам денесине гана эмес, жан дүйнөсүнө да кам көрүү зарылдыгы жатат. Руханий тазалык — бул ар-намыстын, жоопкерчиликтин, сабырдуулуктун, адилеттүүлүктүн, боорукерликтин көрүнүшү. Ал эми дене тарбия — ошол сапаттардын физикалык жүрүшүндө чагылуусу, тагыраак айтканда, карапайым көнүгүүлөр аркылуу тарбияланган ички тартип [2]. Мындай көз караш менен караганда, адеп-ахлактык тарбия менен дене тарбиянын байланышы жөн гана кошо жүрө турган эки сабак эмес, алар — бир системанын эки компоненти, бири экинчисин кубаттап турган күч. Мисалы, дене тарбия аркылуу бала эрктүүлүктү, туруктуулукту, чыдамкайлыкты, максат коюп жетүүнү үйрөнөт. Бул сапаттар, өз кезегинде, адамдын адеп-ахлактык деңгээлин бекемдөөгө

өбөлгө түзөт. Тескерисинче, руханий баалуулуктарсыз дене тарбия да жалаң механикалык кыймылга айланып калат [3].

Бул темада адеп-ахлактык тарбия менен дене тарбиянын байланышы — педагогикалык процесс аркылуу кандайча чагылат, ал кандай ыкмалар менен ишке ашырылат жана мунун коомдук турмушка тийгизген таасири кандай — биз ушул суроолорго жооп издеген болобуз. Себеби бүгүнкү коомдо инсан тарбиялоо — бул жалаң билим берүү эмес, анын ички дүйнөсүн, жүрөгүн жана денесин бирдей тарбиялоо болуп калды. Дал ушул үч багыттын: билим, руханий тазалык жана дене саламаттыгынын гармониялуу биримдиги аркылуу күчтүү, боорукер жана жоопкерчиликтүү муунду калыптандыруу мүмкүн.

Антик философтордун көз карашы Платондун философиясында адам эки өзгөчөлүккө ээ: дене (материя) жана жан (рух). Ал "Тимей" чыгармасында денени руханий өнүгүүнүн куралы катары карайт. Дененин тазалыгы, тартипте болушу — жан дүйнөнүн тунуктугуна өбөлгө болот. Мисалы, ал ар бир адам денесин жакшы карап, аны аша чапкан ыракаттардан сактап, "жаны татыктуу жашашы үчүн" дене тарбия керек деп эсептеген [1].

"Жан дүйнө — кудайдын белеги, ал эми дене — жанды көрүүгө мүмкүндүк берген чыны" (Платон).

Платон — дене менен жан дүйнөнүн байланышына чоң маани берген философ. Ал өзүнүн "Мамлекет" аттуу эмгегинде **жан — бул адамдын негизги маңызы**, ал эми дене — ошол жандын убактылуу туралыгы деп эсептеген. Бирок ошол эле учурда Платон дене аркылуу **өзүн-өзү башкаруу, дисциплина** жана **тартип** сыяктуу сапаттар өнүгөөрүн да белгилеген. Демек, денени тарбиялоо — жанды тазартып, аны бийик деңгээлге көтөрүү үчүн **зарыл шарт** [3].

Аристотель болсо, адамдын максаты — **"евдаимонияга"**, башкача айтканда, **жан дүйнөнүн бактысына** жетүү деп эсептеген. Ага жетиш үчүн адам өзүнүн табигый жөндөмдөрүн өнүктүрүшү керек. Ал жөндөмдөрдүн бири – **физикалык жактан өнүгүү**, башкача айтканда, дене тарбия. Анын "Никомахова этика" чыгармасында дене менен жан – бири-биринен ажырагыс, бири экинчисин толуктап турган эки реалдуу чөйрө. Жакшы мүнөз, адептүүлүк, сабырдуулук — бул *"руханий көндүмдөр"*, алар дене аркылуу жашоодо жүзөгө ашырылат. Аристотель үчүн **этика жана практикалык философия** дене-рух тандеминде гана ишке ашат. Адамдын жыргалчылыгы, бул экөөнүн тең салмактуулугунда – деп ойлойт [4].

Конфуций – чыгыш философиясынын таасирдүү өкүлү катары, руханий жана этикалык нормаларды дене тарбия менен айкалыштыруунун үлгүсүн берген. Анын философиясында **адам өзү менен үзгүлтүксүз иштеши, өзүн тарбиялашы, адамгерчиликке умтулушу** — бул физикалык, руханий жана моралдык биримдиктин натыйжасы [4]. Чыгыш философиясынын алыбы Конфуций болсо адамдын ишенимдүүлүгүн, сабырдуулугун, намыскөйлүгүн — руханий абал менен денелик машыгуунун натыйжасында гана ишке ашат деп эсептеген.

Ал: *"Ийгилик—булчкитынчтык менен тышкы тартиптин биримдиги"*, – деген. Конфуций үчүн дене – бул жаратылыштын бөлүгү, аны ыйык сактап, аны менен максаттуу иштөө — бул да адеп-ахлактык милдет [5].

Жыйынтыктап айтканда, бул улуу ойчулдар денени өзүнчө карашкан эмес, тескерисинче, жан дүйнөнүн күзгүсү деп карашкан. Жан дүйнө таза болсо, дене да тартиптүү, тың жана пайдалуу болот. Бул идея бүгүнкү күндө да актуалдуу: инсандык өнүгүү – рух менен дененин гармониясында гана мүмкүн.

Кыргыз философиясында: “Ден соолук – байлыктын башы” Бул элдик накыл — кыргыз элинин байыркы философия-

лык түшүнүгүнүн туу чокусу. Ал адамдын физикалык абалы, жаратылыш менен болгон байланышы жана руханий дүйнөнүн таза болушу — түздөн-түз байланышта экенин билдирет [5].

Кыргыз эли ден соолукту жалаң "оору жоктук" деп түшүнгөн эмес, тескерисинче, толук жашоо жөндөмдүүлүгү, ишке болгон эрк, кылган ишке жоопкерчилик, башкаларга жардам берүү мүмкүнчүлүгү катары түшүнгөн. Ошондуктан ден соолук — бул жөн гана организмдин иштеши эмес, бул руханий энергиянын ишке ашуусу. Элибиз баланы тарбиялоодо: "Таза жүр", "Жакшы сөз сүйлө", "Ачууланба", "Башка адамга жамандык каалаба" – деп үйрөткөн. Мунун баары – руханий тазалык, жана ал тазалык дене ден соолугуна да түздөн-түз байланыштуу.

Кыргыз элинин оозеки чыгармаларында, макал-лакаптарында жана жашоо образынын өзүндө жан менен дененин биримдиги дайыма баса белгиленген.

Макалдар жана түшүнүктөр: *"Ден соолук — байлыктын башы"* *"Оору жанды кыйнайт, жан денени"*, *"Жаны таза – жамандыктан алыс"* [6].

Бул макалдар дене абалы руханий абалга түздөн-түз байланыштуу экенин тастыктайт. Элдик медицина, шаманизм жана ислам таасири менен кыргыз эли руханий дүйнөнү тазалоо үчүн атайын жөрөлгөлөрдү, тазалануу ыкмаларын колдонуп келген. Денени кыймылда кармоо, жаратылыш менен бирдикте болуу — бул жалаң физикалык гана эмес, руханий тазалыктын шарттары катары каралган.

Руханий тазалык — этикалык жүрүм-турумдун негизи

Руханий тазалык – бул жалаң диний же диний эмес түшүнүк эмес. Ал адамдын **этикалык жүрүм-турумунда, ички ниетинде, башкаларга болгон мамилесинде** көрүнөт. Руханий таза адам — бул: Жаман ойдон алыс, Өзүнүн максаты бар, Башка адамдарга зыян келтирбеген, Өзүн жана башкаларды сыйлаган инсан [8].

Баалуулукка берилгендик – бул адамдын жашоосунда *ак ниет, чынчылдык, боорукерлик, чыдамкайлык* сыяктуу сапаттарды артык көрүшү. Алсак, дене тарбия аркылуу балдарда **эрттүүлүк, чыдамдуулук, жоопкерчилик** сыяктуу баалуулуктар калыптанат. Бул болсо руханий тарбиянын **практикалык көрүнүшү** болуп саналат.

ЖЫЙЫНТЫК

Инсандык сапаттар — бул жөн эле сүйлөө же окутуу менен калыптанбайт. Алар жашоонун өзү аркылуу, анын ичинде дене тарбия аркылуу жүрүп отурат. Адам дене менен гана эмес, аң-сезим, эрк,

ишеним, сабыр менен жашайт. Ошондуктан, тарбиялык процессте дене менен жан дүйнөнүн байланышын эстен чыгарбай, спорт менен психологияны интеграциялоо — толук кандуу инсандын калыптанышына жол ачат. Адам денеси — бул жандын күзгүсү. Эгер жан дүйнөбүз тынч, таза жана гармонияда болсо, денемиз да ошого ылайык ден соолугу жакшы, ишмердүүлүгү шайкеш болот. Адеп-ахлактык баалуулуктар менен дене тарбиянын байланышы — бул келечек муундун өсүшү үчүн негизги шарт. Кыргыз элинин руханий мурастары менен дүйнөлүк философиянын жакшы жактарын айкалыштыруу — holistic тарбиянын улуттук модели болушу мүмкүн.

Адабияттар

1. «Улуттук дем – дүйнөлүк бийиктик» уңгужолу жөнүндө : Кыргыз Республикасынын Президентинин 2024-жылдын 18-декабрындагы №369 Жарлыгы // Кыргыз Республикасынын ченемдик укуктук актыларынын мамлекеттик реестри. – URL: <https://sf.gov.kg/uluttuk-dem-d%D2%AFjn%D3%A9l%D2%AFk-bijiktik-u%D2%A3guzholu/> (кайрылуу датасы: 21.05.2025)
2. Бектурганов, К. Руханий тазалык жана адеп-ахлактык тарбия кыргыз коомунда / К. Бектурганов // Кыргыз билим берүүсү. – 2021. – №3. – Б. 21-25.
3. Волков, Г. Н. Жашоо педагогикасы / Г. Н. Волков. – Москва : Академия басмасы, 1989. – 228 б.4
4. Гумилёв, Л. Н. Эзелки түрк элдери / Л. Н. Гумилёв. – Москва : АСТ басмасы, 2010. – 576 б.
5. Кыргыз Республикасынын Билим берүү жөнүндө : Кыргыз Республикасынын Мыйзамы : 2023-жылдын 11-августунда №179 кабыл алынган // Кыргыз Республикасынын ченемдик укуктук актыларынын мамлекеттик реестри. – URL: <https://edu.gov.kg/organizations/8/pages/286/> (кайрылуу датасы: 21.05.2025)
6. Измайлов, А. Э. Борбордук Азия жана Казакстандын элдеринин педагогикалык көз караштары / А. Э. Измайлов. – Москва : Педагогика басмасы, 1981. – 176 б.
7. Кыргыз Республикасынын Конституциясы. – Б.: Юридикалык адабият, 2021. – 84 б.
8. Кошалиева, С. Ш. Мектеп жашына чейинки балдардын ден-соолугун чыңдоодо оюн технологиясын колдонуу / С. Ш. Кошалиева // Вестник Бишкекского государственного университета. – 2019. – №4(50). – Б. 158-160.
9. Кошалиева, С. Ш. Мектеп жашына чейинки балдардын физикалык өнүгүүсү, ден соолукту сактоо технологияларды колдонуунун ыкмалары / С. Ш. Кошалиева // Вестник БГУ. – 2022. – №4. – Б. 82-86.
10. Слостенин, В. А. Педагогика: педагогикалык окуу жайлардын студенттери үчүн окуу куралы / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. М. Шиянов. – Москва : Школа-Пресс басмасы, 1986. – 512 б.
11. Момунов, Т. Этнопедагогика негиздери / Т. Момунов. – Бишкек, 2012. – 561 б.
12. Токтомаматов, М. Жандын жана дененин гармониясы – holistic тарбиянын негизи катары / М. Токтомаматов // Педагогика жана Философия. – 2019. – №2(8). – Б. 33-38.