

ЗДОРОВЬЕ КАК УСЛОВИЕ СВОБОДЫ ЛИЧНОСТИ

Для выживания и стабильного существования в нелёгкий период экономических и социальных изменений общество нуждается в полноценно функционирующем здоровом человеке. Сначала именно в здоровом человеке, а затем умном, образованном, свободном и т.д. «Без здоровья меркнут и гибнут мудрость, знания и добродетели», - как когда-то заметил Монтень.

Наметившиеся изменения в ценностной ориентации современного общества указывают на то, что постепенно в общественном сознании здоровье из категории медицинской переходит в категорию педагогическую, социальную, психологическую, экономическую. Здоровью принадлежит статус важной жизненной ценности, некоей опоры, помогающей человеку не только устоять перед губительными соблазнами и привычками, но и открывающей преимущества *физической нестеснённости*, полноценной жизнедеятельности индивида. В этом смысле здоровье выступает условием *объективного состояния* человека, активность которого не сдерживается различными отклонениями в функционировании организма.

Здоровье можно рассматривать и как условие *субъективного состояния* человека, дающее ему *свободу* в выборе различных форм активности, *свободу* в выборе способов реализации себя, проявления своих способностей. В педагогическом смысле мы говорим об *относительной свободе*, о позитивных её гранях, о свободе как некоторой степени уменьшения несвободы воспитанников. *Свободу* можно понимать как особое состояние человека (гражданское, физическое, психическое, духовное и т.д.), обеспечивающее ему реализацию жизненных устремлений.

Факторы свободы можно разделить на внутренние – это способности человека, его интеллектуальный, физический, духовный потенциал, и внешние – это среда, её возможности. Человек может быть свободной личностью при наличии у него способностей и возможностей, предоставляемых средой.

Личность – ценностная характеристика человека. Личность как образ «Я» влияет на человека, обуславливает его поступки. Человек становится в глазах окружающих *свободной личностью* в том случае, если он *имеет способности, позволяющие ему реализовать жизненные устремления*. В способностях заключается потенциал, сила человека. Чем больше у человека способностей, тем выше степень его свободы. Для педагогики данное положение представляется особенно важным.

Процесс формирования свободной личности, как процесс ограничения свобод, показывает меру допустимой свободы. *Формировать* – значит нивелировать либо блокировать проявление тех или иных способностей, корректировать их направленность. Это значит предоставлять *возможности* для проявления желательных способностей и делать невозможным развитие «негативных» способностей. Результат формирования – человек, обладающий способностями, благодаря которым он может реализовать себя в границах социальной нормы. Причём, имеется в виду не столько количество способностей, сколько их качество.

Среда обитания и образ жизни либо помогают, либо препятствуют росту способностей. Процесс воспитания благоприятен, если созданы *педагогические условия* для развития и формирования способностей. В логике средового подхода, разработанного д.п.н. Ю.С.Мануйловым, среду, ориентирующую на определённый образ жизни, можно рассматривать как *средство* и как *условие* формирования способностей учащихся.

Важным условием является *образ жизни воспитанников* – связующее звено между личностью и средой. Эта категория фиксирует стабильное, повседневное, устойчивое существование человека в среде. Какой образ жизни ведёт человек, такие способности у него и формируются. *Здоровый образ жизни* ведёт к сохранению и совершенствованию физических способностей, наличие которых влияет на субъективное ощущение свободы. В основе образа жизни лежат способы бытия, которые вслед за Ю.С. Мануйловым мы обозначили словами с префиксом со-. При формировании здорового образа жизни приоритет отдаётся таким способам бытия, как *соблюдение* режима дня, *сохранение* хорошей физической формы, *сопротивление* кинорекламным соблазнам, *создание* собственного физического «Я», *соисполнение* санитарно-гигиенических правил, *соотнесение* своих действий, влияющих на здоровье и их отдалённых последствий, *совершенствование* физических способностей, и т.д.

Необходимым условием формирования свободной личности является *специально организованная среда*. Влияние через среду двойственно. В *нишах* заключены возможности для

развития и формирования индивидуума. *Стихии* способствуют определённому образу жизни, увеличивают вероятность реализации потенциальных возможностей среды.

Представим среду как некое пространство свободы, имеющее трёхмерное измерение – *трёхвекторную модель среды*. Пространство свободы – это *разнонаправленные* возможности (проходы в пространстве сознания), спроектированные с учётом того, как они могут влиять на формирование способностей.

1. Вектор «свободы в» чём-либо – это вертикаль *будущего* как проекция личностного роста. Ученика нацеливают на сохранение и укрепление здоровья, являющегося гарантом достижения профессионального успеха, социального благополучия. Хороший физический потенциал организма может гарантировать высокую работоспособность, психологический комфорт от ощущения своей силы и т.п. Вертикаль «свободы в» даёт возможность воспитаннику взглянуть на себя из некоторой предполагаемой точки будущего, увидеть преимущества здорового человека, который может реализовать устремления в различных сферах жизни, пользуясь силой здоровой личности.

Возможности вектора «свободы в» ориентирует учащихся на проявление таких форм активности, которые работают на завтрашний день, способствуют продвижению к намеченной цели. «Свобода в» чём-либо возможна, если предоставлена «свобода для» и «свобода от».

2. Действие вектора «свободы для» направлено на предоставление возможностей в среде для формирования у учащихся навыков рационального использования внутренних ресурсов своего организма, поддержания и совершенствования физической и психической формы. Управленческие действия педагога должны быть направлены на привнесение целесообразных стихий, актуализирующих благоприятные возможности и потенцирующих здоровую трофику ниш. Позитивными с точки зрения педагогической цели являются следующие стихии: *спортивных игр и соревнований, заинтересованности в сохранении здоровья, свободы владения телом, закаливания, демонстрации собственных достижений, преодоления трудностей и др.*

Педагогические действия включают *обучение* навыкам здоровьесбережения, *оснащение* приёмами релаксации, *ознакомление* со средствами профилактики заболеваний, *осуществление* контроля за соблюдением санитарных норм, художественно-эстетическое *оформление* среды обитания и др.

3. Действие вектора «свободы от» ведёт индивида к независимости от мешающих его личностному росту нежелательных обстоятельств. Среда, благодаря действию определённых стихий, препятствует неприемлемым проявлениям активности, *ограничивает* от негативных состояний, *ограждает* от соблазнов и вседозволенности, *отвергает* действия, наносящие вред растущему организму, *отвращает* от привычек, разрушающих здоровье. Человек может фактически стать свободным от тех факторов, которые мешают здоровью.

Векторы пространства свободы равнозначны и связаны между собой по принципу динамического равновесия. Все три вектора работают не изолированно, а в комплексе, представляют собой единый механизм. Эффект достигается за счёт взаимного проникновения, коррекции и взаимного ограничения степеней свободы каждого вектора.

Спроектированные возможности среды как трёхвекторного пространства свободы воссоздаются в *средообразовательной практике*. Действия субъекта управления направлены на продуцирование среды, формирующей образ жизни воспитанников. В данной статье представлен один из аспектов формирования свободной личности, её способности сохранять и использовать свой физический потенциал для реализации жизненно важных целей.