

*Ризаева Рахат Расуловна*

канд. пед. наук, и.о. доцента

Институт повышения квалификации

и переподготовки кадров им. М.Р. Рахимовой

Кыргызского государственного

университета им. И. Арабаева

г. Бишкек, Кыргызстан

DOI 10.21661/r-113572

## **ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЛИЧНОСТИ КАК ОСНОВА ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОГО ФОРМИРОВАНИЯ И ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ**

*Аннотация: в статье рассматривается сущность понятия «ценностные ориентации», которые выступают важнейшим фактором мотивации поведения личности, лежат в основе ее социальных поступков и влияют на процесс личностного выбора. Ценостные ориентации не только определяют мотивы деятельности субъекта, но и влияют на выбор и протекание самой деятельности. Тем самым именно они являются связующим звеном между человеком, его потребностями и окружающим миром.*

*Ключевые слова: ценностные отношения, ценностные ориентации, содержание ценностных ориентаций, здоровье, образ жизни.*

Особенность личности в том, что она – есть субъект своего собственного развития. Поэтому ученые считают, что для развития личности необходимо усложнить деятельность, то есть одновременно обогатить все структурные компоненты деятельности при активном участии в ней человека, как деятеля, как ее субъекта. Одним из важнейших критериев развития личности, считает Л.И. Анцыферова, является переход отношений людей в высшую стадию многоуровневых ценных отношений, реализующихся в созидательной деятельности, обще-

нии, активном созерцании, эстетическом переживании, так как жизнь и деятельность человека направлены на овладение и усвоение материальных и духовных объектов (идей, принципов, эталонов деятельности), которые суть ценности.

Ценностные отношения проявляются в любом психическом действии, пронизывает все стороны того интегрального целого, каким является личность и обуславливаются следующими моментами: деятельной функцией творческих способностей личности, индивидуальностью ее психических свойств, своеобразием характера и темперамента, мотивов действия и т. д.; общественной направленностью личности; активной природой сложившихся человеческих ценностей – познавательных, эстетических, этических, правовых и т. п., имеющих характер надиндивидуальных форм предписаний, образцов, идеалов и т. д., в системе которых действует личность; процессом приобщения индивида к миру культуры, необходимостью заинтересованного участия и приобретения готовых форм поведения, знаний, умений и прочее, что связано с активным их усвоением и преобразованием. Среди параметров человеческой деятельности ценностные критерии занимают особое место и относятся к наиболее содержательным и системообразующим компонентам структуры личности.

В психологии проблему ценностной ориентации личности рассматривали Б.Г. Ананьев, С.И. Кон, В.А. Крутецкий, В.И. Мясищев, Б.Ф. Ломов, А.В. Петровский и др.; в социологии – Р.Г. Гурова, С.И. Иконникова, Л.Н. Лесочина и др.; в педагогике – З.И. Васильева, С.Г. Вершловский и др.

Согласно их определению ценностные ориентации представляют собой сложное личностное образование, вбирающее в себя разные уровни и формы взаимодействия общественного и индивидуального в личности, специфические формы осознания личностью окружающего мира, своего прошлого и будущего, а также сущности собственного «Я».

Ценностная ориентация есть, с одной стороны, конкретное проявление отношения личности, а с другой, – это система фиксированных установок, регулирующих поведение в каждый отрезок времени, под которыми следует понимать

избирательность сознания и поведения, их детерминированность представлениями личности о ценностях жизни и культуры.

Основное содержание ценностных ориентаций личности составляют политические, философские, нравственные убеждения человека, глубокие и постоянные привязанности, нравственные принципы поведения. Ценностные ориентации обеспечивают устойчивость личности, определенность и последовательность, постоянство взаимоотношений человека с социальным миром, с другими людьми. Развитые ценностные ориентации – призрак зрелой личности, показатель ее социальности, степени вхождения индивида в общественно-социальные учреждения и общности. В силу этого в любом обществе ценностные ориентации личности оказываются объектом воспитания и целенаправленного формирования.

Согласно теории Д.Н. Узнадзе, ценностные ориентации выступают важнейшим фактором мотивации поведения личности, лежат в основе ее социальных поступков и влияют на процесс личностного выбора. Личности не там, где индивид отказывается идти на риск выбора, пытается избежать социальной оценки своих поступков, честного ответа перед самим собой о мотивах своего социального поведения.

Ценностные ориентации не только определяют мотивы деятельности субъекта, но и влияют на выбор и протекание самой деятельности. Тем самым именно они являются связующим звеном между человеком, его потребностями и окружающим миром. Ценностные ориентации, в которых закрепляется устойчивость отношения человека к миру и зависимость от иерархии значимых для него объектов, определяют относительную устойчивость его поведения.

Таким образом, ценностные ориентации обуславливают любую деятельность человека, которая пронизывает мысли людей и их образ жизни. Г.В. Плеханов отмечал, что привычки, нравы, взгляды, стремления и идеалы должны приспособиться к образу жизни людей. С другой стороны, на образе жизни людей

сказывается и степень развития их духовной культуры, в том числе и мировоззрения. Это находит свое выражение в характере и росте их духовных потребностей, их разносторонности.

Личность как объективная социальная определенность обращена к своему образу (способу) жизни. При этом мы имеем в виду конкретную жизнь индивида со всеми ее особенностями.

Образ жизни – понятие, охватывающее различные формы жизнедеятельности людей в сфере труда, быта, общественно-политической и культурной жизни. Он зависит от условий жизни людей. При этом все многообразные виды жизнедеятельности определяются в конечном счете, способом производства и воспроизводства условий, необходимых для существования людей. Таким образом, образ жизни есть та социальная реальность, в которой индивид и общество находятся в идеальном и материальном взаимодействиях. Социальные роли и социальный статус личности – под этими понятиями следует понимать место индивида в социальной системе, говорящее о его жизни и его социальных функциях, его социальной определенности. Личность как система представляет собой единство ее психологической структуры и ее социального бытия, которое, как правило, описывается в понятиях образа жизни, социального статуса, социальных ролей.

С образом жизни соотносится образ мыслей людей, т.е. типичные для людей взгляды, представления об окружающем мире, их собственные взаимоотношения, оценки. Соотношение между этими категориями состоит в том, что определенный образ жизни людей порождает у них, в конечном итоге, и соответствующую выработку определенного строя мышления, стремлений, надежд или, выражаясь современным языком психологии, установок, ценностных ориентаций.

При определении понятия «образ жизни» необходимо иметь в виду

- во-первых – компоненты, из которых слагается жизнь индивида;
- во-вторых – границы между этими компонентами;
- в-третьих – их содержательные характеристики и взаимные связи между ними.

По отношению к человеку следует говорить о социальных формах его индивидуального бытия, которые и являются составляющими его образа жизни.

Какие же социальные формы жизни свойственны человеку?

Философы выделяют четыре таких формы: трудовую деятельность, общественную деятельность, сферу семейно-бытовых отношений, досуг. Их конкретное содержание и взаимная связь и есть его образ жизни. Формы жизнедеятельности людей зависят от условий жизни. Объективные условия, детерминирующие образ жизни людей, подразделяются на общественные и природные. Природные условия всегда накладывают отпечаток на образ жизни людей. От развития производительных сил и производственных отношений зависит степень и характер использования природной среды. В силу сказанного состояние окружающей среды, и связанное с ним (а также с социальными условиями) состояние здоровья населения могут рассматриваться как один из показателей образа жизни. Проблема сохранения и укрепления здоровья человека была и остается одной из важнейших проблем человеческого общества. Интерес к ней определяется пристальным вниманием людей к фундаментальной ценности своей жизни – здоровью.

Что же такое здоровье? Э.М. Яшин, автор математической модели биосистемы «Человек», говорит, что здоровье – максимальное функционирование жизненно важных систем организма. Академик Н.М. Амосов считает, что этого недостаточно для определения здоровья, нужен количественный подход. По его мнению, элементами здоровья являются физическая нагрузка, правильное питание, закаливание и сон. К этому нужно добавить и психику: она все окрашивает.

В специальной литературе здоровье определяется как естественное состояние организма, выражющееся в его уравновешенности с окружающей средой и отсутствии каких-либо болезненных изменений. Как видим, главное для здоровья – отсутствие болезней, гармоничность физического и психического развития и уравновешенность с внешней средой.

Учеными установлено, что благополучное состояние организма, его способность сопротивляться различным заболеваниям зависит от полноты удовлетворения поисковой потребности, которая у человека реализуется в различных сферах жизни. Поэтому его активность в данных сферах прямо, непосредственно и через внутреннее взаимодействие различных отделов нервной и эндокринной систем влияет на благополучие и сохранность организма. Состояние здоровья существенно зависит от типа (способа) эмоционального реагирования на жизненно важные обстоятельства и собственное состояние индивида. Как видим, понятие здоровья приобретает уже более широкий смысл. Это не только отсутствие болезней, травм, физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия – такое определение дает Всемирная организация здравоохранения.

Древнегреческие философы здоровье человека ставили в прямую зависимость от физической культуры. Так, Плутарх в своем главном сочинении «Сравнительные жизнеописания» называет движение «кладовой жизни», Платон считает их «целительной частью медицины». Тоже утверждал и восточный философ, и врач Ибн-Сина (Авиценна). В своих основных философских сочинениях «Книга исцеления» и «Книга указаний и исцелений» он говорит о необходимости умеренно и своевременно заниматься физическими упражнениями, соблюдать режим, и, если человек этому следует, он не нуждается ни в каком лечении, ни в каком лекарстве. Ученый справедливо считал, что физические упражнения укрепляют мышцы, связки, нервы, благодаря чему люди могут выполнять свою работу, не опасаясь при этом заболеть.

Современный философ В.Ф. Сержантов выделяет основные составляющие модели здоровья: отношение к собственному телу; личностное понимание сущности здоровья и целей его сохранения; знание функционирования организма и степень волевой регуляции жизни; индивидуальное отношение к болезням (степень развития способности к поиску, активному выходу из состояния болезни); выраженность личностных установок (мотивов) в ходе выздоровления. Данные

постулаты касаются всех возрастных групп, в том числе детей дошкольного возраста.

Во многих работах последних лет (В.В. Давыдов, В.М. Мельников, Л.Т. Ямпольский и др.) дается характеристика формирования личности ребенка, анализируются возможности и особенности различных возрастных групп, через которые он проходит в своем развитии, раскрывается структура двигательных возможностей каждой из возрастных групп. В рамках такого общего анализа рассматривается место физической активности детей в структуре их деятельности, роль физического воспитания в укреплении здоровья, во всестороннем развитии личности школьника (В.К. Бальсевич, Т.А. Репина, М.И. Станкин и др.). Без развития способностей, природных возможностей каждого ребенка, без самореализации невозможно стать полноценно здоровым человеком, как физически, так и психически и нравственно.

Если подходить к рассмотрению здоровья с позиций системного подхода, как это делает В.В. Парин, то оно определяется как оптимальное состояние организма, при котором обеспечивается максимальная адаптивность. Следовательно, по его мнению, количественное определение здоровья выступает как способность организма к адаптации, и чем выше его адаптивные возможности, тем выше должен быть уровень здоровья и наоборот.

Названный концептуальный подход был апробирован в ходе адаптации детей к дошкольным учреждениям и школе (Ю.А. Макаренко, В.Д. Колесов). По данным анализа, сделанного А. Бойко, если принять здоровье ребенка условно за 100%, то оно раскладывается следующим образом: могут взять на себя:

- 30% – школа;
- 10–20% – внешкольные мероприятия;
- 50–60% – родители.

В психологической литературе здоровье, как правило, связывается со зрелостью личности. Законченность формирования личности, зрелость человека как личности является основанием его всестороннего здоровья, потому что при этом

условии возможно гармоничное развертывание жизнедеятельности во всех ее аспектах и гармоничное развитие индивида с выявлением всех потенций природы (К.А. Абульханова-Славская, Н.И. Рейнвальд и др.).

Таким образом, здоровым можно назвать лишь того, кто способен к трудовой и творческой деятельности, к полноценному проявлению социальных функций, к развитию духовных способностей. Физическое и психическое благополучие является составными компонентами понятия «здоровье» и формирования личности человека.

### ***Список литературы***

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. – М.: наука, 1980.
2. Амонашвили Ш.А. Личностно-гуманская основа педагогического процесса. – Минск: Университетская, 1990.
3. Анцыферова Л.И. К психологии личности как развивающей системе // Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981.
4. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и каждого. – М.: Физкультура и спорт, 1988.
5. Басов А.В. Образ жизни и наше здоровье / А.В. Басов, В.Г. Запорожченко, Л.В. Тихомирова. – Ярославль: Верх.-Волж. кн. из-во, 1989.
6. Сержантов В.Ф. Человек, его природа и смысл бытия. – Л.: ЛГУ, 1990.