

ФІЛОСОФСЬКЕ ОСМИСЛЕННЯ ЗОЖ

Здоровий спосіб життя на сьогодні, це безпечний стан існування сучасної людини, при якому різноманітні фактори по-різному впливають на неї, по відношенню до її системи цінностей.

Тіло використовується людиною, як видимий і відчутний проект, і в ньому формується його ставлення до навколишнього світу. І тут важливо співвіднести свою сутність зі способом свого існування – здоровий спосіб життя, що забезпечує біопсихосоціальне благополуччя, або нездоровий спосіб життя, що призводить до патологій, хвороб і, зрештою, смерті. Тому питання про природу здорового способу життя не є суто теоретичним, воно в першу чергу практичне.

Сучасні системи освіти зазвичай об'єднують в собі безліч різних філософських ідей і напрямків, які входять в концепцію розвитку освіти. У напрямку «формування здорового способу життя» традиційно використовуються положення різних філософських теорій.

Змістовний аналіз ідеалізму і реалізму та з точки зору їх ставлення до таких фундаментальних світоглядних понять, як істина, цінність, свобода, любов, щастя, культура, розкриває їх виховну роль у побудові моделей здорового способу життя. Одним з найважливіших питань у зв'язку з цим є питання про природу людини.

Ідеалізм розглядає людину як творіння вищої сили, підпорядкованої їй. Для реалістів людина як біологічний організм є частиною природи і підпорядкована біологічним законам. Розум мислиться як порожня або нерозвинена сутність, яка наповнюється і приводиться в рух досвідом. Суспільство здатне розвивати в собі природні чесноти.

Людина, завдяки своїй біологічній сутності, є універсальною, що забезпечує її природне існування як виду *Homo sapiens* у біосфері Землі. Соціальна сутність людини формує певну систему життєвих цінностей, зумовлених індивідуальним життєвим досвідом, у тому числі здоровим способом життя, що забезпечує безпеку в рамках системи «природа-людина-суспільство».