

Використовують пристрій під час бігу, ходьби на місці без біжучої доріжки або з використанням безкінечної рухомої стрічки (біжучої доріжки). До нагрудного пояса – 6 користувача, що біжить на місці не використовуючи біжучої доріжки або знаходячись на біжучій доріжці – 1, яка кріпиться на рамі – 2, прикладена направлена вверх сила тяги навантажувального засобу – 3 за допомогою троса – 4 та блоків – 5. Під час бігу навантаження на хребет змінюється у відповідності до фази руху і темпу. Під час відштовхування ногою тіло зміщується вверх, навантаження на хребет зростає, після завершення відштовхування і переносу ваги тіла на іншу ногу, тіло починає опускатися вниз, сила витягання зростає, що пов'язано з дією сил інерції маси вантажу – 3, хребет в більшій мірі розвантажується. Динамічна зміна навантаження на хребет під час бігу створює умови, при яких покращується кровообіг хребта, живлення тканин хребта.

Конструкція дозволяє здійснювати вертикальне витягання хребта в динамічному режимі, підвищувати рухомість хребта, зміцнювати м'язовий корсет, полегшувати виконання рухів ногами під час відновлювальних рухових функцій нижніх кінцівок.

ЛІТЕРАТУРА

1. Васильчук А. Функціональна анатомія тонкоматеріальних тіл людини.- Львів: Каменяр, 2003.- 367 с.
2. Веселовський В.П., Шевага В.М., Пшик С.С. Вертеброневрологія.- Львів: Світ, 1992.
3. Нордемар Р. Боль в спине: причины, лечение, предупреждение.- М.: Медицина, 1988, 140 с.
4. Панарін Б.Г. Оздоровлення та реабілітація хворих на церебральний параліч за допомогою вправ в воді з дозованим навантаженням.- Міжнародний конгрес "Проблеми інформатизації рекреаційної та туристичної діяльності в Україні: Перспективи культурного та економічного розвитку", Трускавець, 2000.- С.258.
5. Панарін Б.Г. Реабілітація інвалідів с захворюваннями позвоночника и опорно-двигательного аппарата.// VI Міжнародний науковий конгрес "Сучасний Олімпійський спорт і спорт для всіх".- Варшава, 2002.- С. 372-373.
6. Панарін Б.Г. Витяжка і корекція хребта в динамічному режимі. // Міжнародний конгрес "Інформатизація рекреаційної та туристичної діяльності в Україні: Перспективи культурного та економічного розвитку", Трускавець, 2003.- С.208-210.
7. Семенова Н. Человек — соль земли.- Москва-Санкт-Петербург.- "Диал", 2003.- 433 с.
8. Синило М. Позвоночник — зеркало нашего здоровья.- К.: Здоров'я, 1998.- 104 с.

І.В. ПАНАСЕНКО

ЗМІЩЕННЯ ВІРИ УКРАЇНЦІВ – ШЛЯХ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.

Стаття присвячена ролі Церкви та предмету "Християнської етики" у вихованні здорового покоління.

Статья посвящена роли Церкви и предмета "Христианская этика" в воспитании здорового поколения.

The article consecrated into the of Church and such a subject as Christian Ethics in the process of training of healthy generation/

Питання покращення духовного та фізичного здоров'я нації у наш час особливо актуальне. Однак, давайте проаналізуємо, де ж причина, а де наслідок такого стану речей. Узагалі, жодне суспільство не може вважатися повноцінним, якщо воно не опікується розвитком духовної сфери. Саме занепад духовності - ось корінь зла та причина всіх бід. Тому утвердження релігійної культури в нашому суспільстві – одна зі складових можливостей вирішення цієї проблеми. Хоча наголосити, що повноцінною можна назвати людину здорову лише духовно та фізично. І хоча запровадження заходів, які б зберігали духовне та моральне здоров'я нації, зокрема, курсу "Християнська етика" у школах, великих матеріальних витрат не потребує, однак, на невизначений термін відкладається. Але занепад духовності, який сьогодні спостерігається в нашому суспільстві, держава та релігійні організації зможуть виправити лише спільними зусиллями. Крім того, слід враховувати і те, що Україна має вікові традиції християнської культури. Саме тому слід приділити більшу увагу докладному вивченню християнських моральних цінностей. Які ж кроки вже робляться задля цього, які ще треба здійснити?

Відродженням духовності в суспільстві повинна займатись, перш за все, Церква. Бо саме вона володіє засобами впливу на людину та її внутрішній світ. Звичайно, формують свідомість громадян

музика, література, художнє мистецтво, гуманітарні заклади держави – школа, театр, а також засоби масової інформації. Однак зауважимо, що основним джерелом розвитку духовності є все ж таки Церква. Бо основою духовності в цьому випадку є Бог, який є нескінченною досконалістю, а це означає, що саме Його Заповіді, Його наука про моральність та духовність є тим, що необхідно людині, тим, що вона підсвідомо чи свідомо шукає, чого прагне, щоб жити в гармонії з оточуючим світом, людьми та Богом, а значить, сама із собою.

Релігії притаманні усім періодам розвитку людства. Хіба ми можемо назвати хоча б одну епоху, в якій би не було релігії у тій чи іншій формі? Для більшості ж українців життєвим дороговказом є християнство.

Як нам усім добре відомо так склалось історично. Навіть під час найбільших гонінь та утисків на релігію в роки радянського періоду – періоду войовничого атеїзму, релігійна духовність існувала, звичайно, її коріння було якби підрізано. Атеїзм призводив до релігійного безпам'ятства, переривались традиції, які зміцнювали зв'язок поколінь, надавали життю освячення через вірність віковим звичаям, переказам, установленням. Втрачалось те, що наші предки приймали з дитинства, і вважали нормою поведінки. Сьогодні, коли в країнах колишнього Радянського Союзу основи комунізму поруйновано, а економіка держави ґрунтується на принципах капіталістичного господарювання – матеріальний статус різних верств суспільства продовжує все більше і більше різнитися. Тепер ми маємо і жебраків (яких усе більше) і мільйонерів. Причому у людські душі, осіб які не вірять в Бога, немов гірські потоки, хлинули бажання наживи, заздирств, злість, легковажність. Для багатьох людей порушувати будь-які із Заповідей Божих стало звичним явищем, поняття гріха для людей без віри остаточно знівелоувалось, і такий стан речей не може не хвилювати.

Тепер про те, що треба робити. Головне завдання всіх релігійних організацій – це підняти та зміцнити віру українців, а держави-забезпечити захист норм нашої традиційної культури та моралі. Нині при храмах існують недільні школи, в західних областях України (в Львівській, Івано – Франківській, Тернопільській у деяких містах та селах Рівненщини) “Християнська етика” вже викладається в загальноосвітніх школах. Але цього, звичайно, недостатньо. Церковні структури не охоплюють усього суспільства. Звичайно, до церкви стало ходити більше людей, але вони ж складають не більше третини українців. До того ж, багато хто приходить до церкви лише на великі свята. Однак, при опитуваннях населення, переважна більшість людей заявляють, що вірять у Бога, але при цьому вважають не обов'язковим ходити до церкви. Як же пояснити цей свого роду феномен? Більшість наших громадян не мають ні глибоких релігійних переконань, ні релігійного виховання, вони звикли до спрощення речей, і думають, що достатньо прийняти основу віри, а все, що понад те – зайве, принаймні, без виконання багатьох Божих та Церковних Заповідей можна обійтись. З цим не можна погодитись, скарб віри отриманий Церквою від Бога і є досконалим. Люди, які зрозуміли або серцем відчули, що Бог є, що без Нього не можна існувати, і усвідомлюють свою приналежність до віри, повинні бути причетними до джерела віри – Церкви, приєднатися до неї, стати членами Тайнственного Тіла Господа Ісуса Христа і слухати те, як Церква навчає та роз'яснює Божі Істини Віри, які є завірені у Святому Письмі, Традиції та навчанні св.Отців.

Кожній людині необхідно знати, чим же є Церква Христова? В чому суть її існування? Для чого необхідне її посередництво у спілкуванні з Богом? Чому необхідно з повагою ставитись до інших релігій, які передають загальнолюдські моральні цінності? З метою дати відповідь на ці запитання, наскільки мені відомо, УПЦ КП приступила в минулому році до здійснення важливого проекту – видання “Закону Божого” для української сім'ї. В цій книзі зосереджені всі основи православної віри, християнської моралі, богослужіння, історія самої Церкви, тут можна знайти відповіді на запитання, які виникають при знайомстві зі Святим Письмом. Подібні видання здійснюють також інші релігійні конфесії. Це дуже добре, але цього замало, щоб швидко змінити ситуацію на краще. Верховна Рада України повинна прийняти відповідні закони, які дали б можливість викладати християнську етику та мораль у навчальних закладах України.

Уся європейська культура є тісно пов'язаною з християнством, тому освічена людина повинна знати основи християнської культури та релігії. В багатьох музеях Європи зберігаються всесвітньо відомі картини, написані за релігійними сюжетами. Не знаючи Святого Письма, хіба можна їх повністю зрозуміти та відповідно оцінити? Саме християнська релігія давала натхнення для багатьох талановитих людей. Освіченій людині обов'язково треба мати певні знання з християнської культури та етики. Нині в більшості шкіл, засобах масової інформації - усе це подається занадто спрощено, поверхово, нерідко зі значними помилками.

Загальна криза духовності вражає насамперед дітей та підлітків, тобто молоде покоління, і це дуже гірко, бо йдеться про майбутнє нації. На жаль, багато телеканалів, а також друкованих видань вкладають у розум та душі підлітків невисокі моральні цінності, а прагнення насилля, крові та вбивства в гонитві за матеріальним достатком, взагалі відсутність будь-якої моралі.

Змішались, а то й помінялися місцями, поняття Добра й Зла. Більше того Зло, тепер вважається звичайним природним явищем.

Наприклад, у більшості випадків в фільмах головними героями є не патріоти, високодуховні особистості чи люди праці, а кримінальні “авторитети”... Після перегляду таких передач чи фільмів у культурних людей виникають негативні відчуття роздратування чи невдоволення через даремно втрачений час, а в молодих, ще несформованих особистостях виникає бажання наслідувати героїв того чи іншого телесеріалу, щоб за будь-яку ціну жити багатим та щасливо. А яку мораль утверджують багато сучасних пісень?! Рекламуються пияцтво, наркотики, розпуста як обов’язкові атрибути життя. І молоді сприймає це як необхідні речі в житті будь-якої нормальної людини – кожен із присутніх розуміє, до чого можна дійти, йдучи таким шляхом. Останнім часом держава вживає певні заходи для наведення ладу в цьому питанні, але їх поки що недостатньо. Необхідно проводити більш жорстку та рішучу політику в цьому питанні. Зауважимо, що останнім часом у нашому суспільстві посилюється негативний вплив східної містики, активізувалася згубна діяльність тоталітарних сект, шкідливість діяльності яких, на мою думку, відповідними державними органами недооцінюється. Принаймні, більшості громадян невідомо, які саме заходи вживаються державою для протидії цим негативним явищам.

Між тим, що ж, на мою думку необхідно зробити для того, щоб виправити ситуацію? Необхідно повернутись, в першу чергу, до традиції сімейного виховання. Багато батьків дає дітям життя, але не знає, або не хоче їх виховувати. Мовляв, дітей усього навчать у дитсадку, школі, армії, хай вчить хто завгодно, але не ми..... В державі повинна бути розроблена й втілена у життя комплексна програма виховання підростаючого покоління. Причому отримувати певні знання про те як слід виховувати дітей діти повинні вже в молодших класах школи. Тільки комплексне поєднання програми “Християнська етика” та, програми виховання підростаючого покоління дасть можливість мати справді висококультурну та освічену людину.

Т.Ф. ПОТАБЕНКО

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ КАРТУВАННЯ МОЗКУ В РАННІЙ ДІАГНОСТИЦІ ПСИХОПАТОЛОГІЧНИХ РОЗЛАДІВ В ДІТЕЙ

В статті представлені результати тривалого спостереження за групою здорових дітей раннього шкільного віку. Обговорюються кореляторні зв'язки між типом електрогенезу та доклінічними проявами психопатологічних порушень.

В статье представлены результаты длительного наблюдения за группой здоровых детей раннего школьного возраста. Обсуждение коррелятивные связи между типом электрогенезу и доклиническими проявлениями психопатологических нарушений.

The article presents the results of continuous examination of the group of healthy children in early school age/ It stipulates the correlation between type of bioelectrical activity and pre-clinical occurrences of psychopathological dysfunctions.

Для ранньої діагностики можливих психологічних розладів в дітей на даний час широко застосовуються психодіагностичні та клінічні методи (тести, опитування, шкали, т.і) [2]. Значно рідше з цією метою використовують параклінічні методи, такі як комп’ютерна електроенцефалографія, або картування мозку (КМ).

В літературі зустрічаються посилання на високу інформативність КМ у виявленні генетичної схильності до шизофренії [3,4]. За даним дослідників, - в здорових родичів хворих на шизофренію спостерігається аномальна структура спектральної характеристики ЕЕГ стану спокою. Вона полягає у підвищенні потужності нижнього (8-9 Гц) та зменшенні потужності верхнього (9-13 Гц) піддіапазонів альфа-частот одночасно із зростанням питомої ваги повільнохвильової активності.

Під нашим спостереженням протягом близько 5 років знаходилось 27 дітей в віком від 6 до 9 років, 15 хлопчиків та 12 дівчат.

Особлива увага до цього віку з нашого боку зумовлена тим, що саме в той час відбувається послідовна інтеграція дитини в соціальне середовище, її активне спілкування і навчання, формування основних поведінкових стереотипів [1]. Вдосконалення міжнейронних та міжструктурних взаємин різних ієрархічних систем мозку, яке спостерігається в цьому віці, на електроенцефалограмі викликає появу патерну, що наближений до ЕЕГ дорослої людини.