

принцип «Презумпції моральної шкоди». Зміст його полягає в тому, що будь-яка фізична особа, яка здійснена неправомірною дією, вважається такою, якій завдано моральної шкоди, якщо особа, що здійснила діяння, не доведе зворотнє [6].

При встановленні факту моральної шкоди потрібно керуватися критеріями загальнолюдських цінностей. З одного боку, це критерії, які визначають суб'єктивні відчуття потерпілого, наприклад, честь, гідність, авторитет. Вони оцінюються тільки потерпілим, ступенем його сприйняття заподіяної травми та її наслідками. З іншого — це критерії, що характеризують зовнішній вияв наслідків пошкодження здоров'я. Саме тут моральна шкода виявляється в порушенні звичайного способу життя конкретної особи, що викликано нещасним випадком. Моральна шкода виявляється в реальній втраті потерпілим можливості нормально спілкуватися з друзями, знайомими людьми, жити повноцінним життям.

Паралельно із позовними заявами про відшкодування матеріальної шкоди потерпілі-позивачі мали б подавати і заяви про відшкодування моральних збитків. У нас це ще так часто практикується. Шкода, завдана особі каліцтвом, іншим ушкодженням здоров'я або смертю, відшкодовується фізичною або юридичною особою, яка завдала цієї шкоди, потерпілому у вигляді заробітку (доходу), що був втрачений ним внаслідок втрати чи зменшення професійної або загальної працездатності, також і додаткові витрати, викликані необхідністю посиленого харчування, санаторно-курортного лікування, придбання ліків, протезування, стороннього догляду тощо. У Цивільному кодексі України визначений порядок відшкодування даного виду шкоди.

ЛІТЕРАТУРА

нормативна

1. Конституція України від 28 червня 1996 р. — К., 1996.
2. Цивільний кодекс України — К., 2005 р.

загальна

1. Гошовський М. І., Кучинська О. П. Потерпілий у кримінальному процесі України. — 1998. — С. 17.
2. Загорулько А.И. Обязательства по возмещению вреда, причиненного субъектом гражданского права. — Харьков, 1996.
3. Власенко И. А. Компенсационная функция права (вопросы теории и практики): Автор дис.канд. юрид. наук. — Н. Новгород, 1995.
4. Смирнов В.Е., Собчак А.А. Общее учение о деликтных обязательствах в советском гражданском праве. — Л., 1983.
5. Нор В. Т. Защита имущественных прав в уголовном судопроизводстве. — К., 1989. — С. 100.
6. Порядок організації та проведення медико-соціальної експертизи втрати працездатності ЗП України. — 1994. — Мв 8. — С. 190.

Р. Р. СІРЕНКО, М. О. САПРОНО

Ю. Г. ЛЮБІЖАНІН, О. М. СТЕФАНИШЕ

СКЛАДОВІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ СУЧАСНОГО СУСПІЛЬСТВА

У статті розкрито сутність здорового способу життя і наведено основні кризові явища у сучасному суспільстві, що призводять до знецінення соціального престижу здоров'я молоді і неусвідомлення нею ролі фізичної культури і масового спорту.

В статті раскрыто сущность здорового способа жизни и подано основные кризисные явления в современном обществе, которые приводят к обесцениванию социального престижа здоровья молодежи и неосознанности ими значения физической культуры и массового спорта.

In article brought essence to light of healthy mode of life and directed the basic crisis phenomena in contemporary society, that give rise to depreciation of social young people health prestige and realization by it of role of physical culture and mass sport.

Потреба у здоров'ї, закладена в самій сутності людини, є об'єктивною необхідністю. Покращення стану здоров'я як окремого індивіда, так і суспільства в цілому до недавнього часу пов'язували з досягненнями медицини, економічним та соціальним прогресом. Однак, щораз більші забруднення оточуючого середовища, шум, нервові напруження, гіподинамія, нераціональне харчування

приводять до зростання захворюваності, зокрема серцево-судинними та онкологічними захворюваннями.

Людина народжується з величезним запасом життєвих сил, міцності та здоров'я, розрахованих на 100 років. Проте, рідко хто доживає до такого віку. Людина нехтує своїм здоров'ям і ігнорує своїх нащадків. Склалась така думка, що людина, котра хоче бути здоровою, мусить багато чого відмовитись і тяжко страждати заради підтримання здоров'я. Однак, розумно використовуючи резерви організму, тренуючи та розвиваючи їх, тобто дотримуючись вимог здорового способу життя, людина може підійти до повного використання всіх потенційних можливостей, які закладені в ній природою.

Дослідниками [8] зроблено спробу поділити параметри, які визначають різноманітні сторони життя людини на дві групи: 1 – консервативні, які визначають передусім нейрофізичний статус і пов'язані з найважливішими типологічними конституційними особливостями; 2 – лабільні – які визначають плінний фізичний стан і не пов'язані навпростець з типологічними конституційними характеристиками. Стверджується, що в основі індивідуальної оптимізації і вдосконаленні фізичного стану людини головна роль належить індивідуальному нейрофізичному статусу людини, а зміні і вдосконаленню підлягає плінний психофізичний стан. Під час оздоровчого тренування і вдосконаленню, тобто адаптаційній перебудові на органному та тканинному рівні, підлягають саме ті часті рухливі складові, у співвідношенні, які залежить не тільки від задач заняття, але і від індивідуального нейрофізичного статусу [5].

У сучасних умовах в Україні склалася критична ситуація зі станом здоров'я студентської молоді. Прийнята у 1998 р. національна комплексна програма “Фізичне виховання – здоров'я нації” визначає: “Майже 90 % учнів та студентів мають відхилення у стані здоров'я, а понад 50 % – недостатню фізичну підготовку” [1].

За даними Драчука В.І [3] у Вінницькому державному педагогічному університеті зростає частота захворювань студентів, віднесених до спеціальної медичної групи (за 4 роки навчання з 7,8 до 16,2 %); зростає кількість гострих респіраторних захворювань (на 13,7 – 14,2 %), серцево-судинних (на 12,7 – 14,1 %), порушення рефракції зору (на 2,8 – 6,7 %).

Основними причинами кризи є знецінення соціального престижу здоров'я нашої молоді, ролі фізичної культури та масового спорту, як засобу зміцнення здоров'я і фізичного розвитку з ігноруванням таких факторів, як акселерація, недостатня рухова активність, перевантаження руховою діяльністю в процесі навчання, поширення шкідливих звичок [4].

У зв'язку з наведеним, дослідження організаційних і методичних аспектів впровадження здорового способу життя в побут студентів є актуальним.

Здоровим вважається такий спосіб життя, який виключає причини виникнення захворювань, забезпечує підтримання високої працездатності та доброго настрою, забезпечує стале фізичне і психічне здоров'я [7]. Сутність здорового способу життя – в гармонійному поєднанні біологічних особливостей людини та соціальних умов її життя. Здоровий спосіб життя дозволяє студенту здійснити моральний вибір власної життєдіяльності з врахуванням віку, статі, конституції, нервово-психічних та інших особливостей.

Здоровий спосіб життя не може скластись сам по собі, його необхідно вміло формувати і підтримувати на основі ряду характерних для нього критеріїв: гігієнічно обгрунтованої працездатності, фізіологічно оптимального режиму праці, достатньої рухової активності, раціонального харчування, відмови від шкідливих звичок, повноцінного відпочинку. Здоровий спосіб життя є важливим чинником оптимізації біологічних та психічних параметрів життєдіяльності, ефективним засобом збільшення середньої тривалості життя та його активного періоду [7].

Встановлено, що рівень здоров'я людини на 50% залежить від способу життя, по 20% визначають на стан оточуючого середовища і спадковість. Медичні заходи здатні забезпечити здоров'я тільки на 10% (рис. 1). Стимулом до посилення відповідальності студента за власне здоров'я є усвідомлення того факту, що в умовах ринкової економіки здорова у фізичному та психічному відношеннях людина має значні переваги перед ослабленою і хворою.

Як біологічній особі, людині для життя і здоров'я необхідне чисте повітря, доброякісна вода, правильне харчування, сонячне світло, достатня фізична активність. В той же час, життя людини тісно пов'язане з оточуючим соціальним середовищем, якому належить значна роль у формуванні здорового способу життя [2].

Першонеобхідною запорукою здоров'я і сутності життя – є рух. Гармонія фізичного, психічного і соціального – їх нероздільна єдність, повинна стати основною методологічною позицією в ході до процесу засвоєння й удосконалення людиною цінностей фізичної культури, в основі якої

лежить рухова активність особи, тобто використання нею фізичних вправ, спрямованих на розвиток та збереження фізичних якостей, покращення психофізіологічних процесів [5]. Низький рівень фізичної підготовленості не дозволяє особистості повно реалізувати власні природні задатки у професійній діяльності і виконати своє соціальне призначення. Вирішення цієї проблеми позитивно відображається на гуманістичній і економічній сторонах людської практики.

Гіподинамія, якою страждає 90 % студентства призводить до патологічних змін обміну речовин, ослаблення роботи внутрішніх органів, зниження активності ферментів, погіршення процесів анаболізму, деструктивних зсувів у клітинах, особливо у серцевому м'язі [7]. Взаємозв'язок між звичкою вести малорухомий спосіб життя та станом здоров'я не залежить від інших суспільних факторів ризику [6].

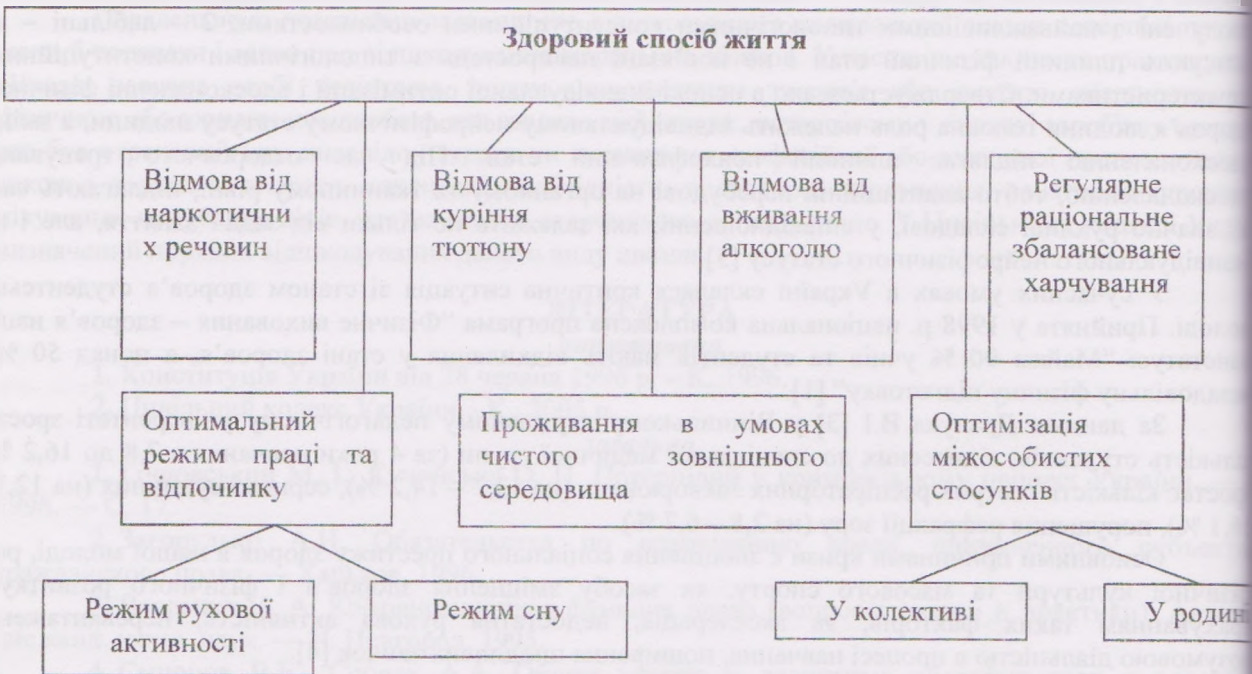


Рис. 1. Складові здорового способу життя [7].

За даними І.Р. Бондар, 1998 [1] фізичне виховання у вищому закладі освіти не сприяє ефективному розв'язанню проблем зменшення дефіциту рухової активності студентів, що є однією з причин різних відхилень у здоров'ї.

Таким чином, зниження здоров'я, рівня фізичного стану й фізичної підготовленості студентської молоді вимагають пошуку адекватних методів та засобів фізичного виховання з метою вирішення означеної проблеми. Тому, на нашу думку, аналіз складових здорового способу життя та ступінь залучення до них студентів дасть змогу виявити і сформулювати організаційні та методичні рекомендації, що сприятимуть підвищенню рівня здоров'я та фізичної працездатності, зменшенню захворюваності молоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бондар І.Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем підготовленості: Автореф. дис. канд. наук з ФВіС. – Луцьк, 2000. – 20 с.
2. Гармония здоровья / Сост. С.Ю. Юровский. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 80 с.
3. Драчук А.І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю: Автореф. дис. канд. наук з ФВіС. – Львів, 2001. – 20 с.
4. Изуткин А.М. Формирование здорового образа жизни // Советское здравоохранение, 1984. С. 8 – 11.
5. Колтун В.В. Двигательная активность и состояние здоровья // Бюллетень Сибирского отделения АМН СССР, 1986. – С. 91 – 94.
6. Pollock M. L., Wilmore J. H. // Sanmed Health and Fitness through physical activity. Copyright © 1987 by John Wilcysons. Inc. New-York, 1978. -357 p.
7. Рябуха О.І. Вчення про здоров'я. – Львів: Ліга-Прес, 2001. – 112 с.

Я.В. ТИМЧАК

КОНЦЕПЦІЯ ПРИРОДНОСТІ ЯК ОСНОВА УЯВЛЕННЯ ПРО ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ В ЦИВІЛІЗАЦІЯХ СХОДУ ТА ЗАХОДУ

В статті розглядаються історико-філософські аспекти, принципи розуміння здоров'я, здорового способу життя в цивілізаціях Сходу та Заходу.

In the article рассматриваются историко-философские аспекты, принципы понимания здоровья, здорового образа жизни в цивилизациях Востока и Запада.

Historical and philosophic aspects, principles of understanding health, healthy way of life in civilizations of the East and the West are considered in the article.

Два релігійно-філософські системи, в частині своїх морально-етичних норм та приписів, багатомісячним багатовіковим досвідом, орієнтири та принципи, які могли б на повсякдень, привертати до уваги людиною у процесі реалізації здоров'я і здорового способу життя.

На мій погляд, етичні норми тієї чи іншої релігійно-філософської системи, закладаючи межі того, що дозволено, що корисне, і що заохочується, на протиположне тому, що не можна, що шкідливе, і що заборонено, формували певний спосіб життя, який, по суті, можна розглядати, як етику здоров'я. У цих етичних систем релігій Давнього Сходу, поряд з концепцією помірності [1], другою, фундаментальною для етики здоров'я цивілізацій Сходу основою, виступає концепція природності. Найбільш вкрито концепція природності знайшла своє вираження у філософсько-релігійних системах даосизму і буддизму.

Ідея природності сформувалася в даосизмі не випадково. Даосизм виходив із концепції взаємодії природи і досягнення її Шляху, або Дао. На думку даосів, людина стає щасливою, живучи природним порядком, діючи спонтанно і довіряючи своїй інтуїції. Дао – це “закон природи”, космічний процес, у якому беруть участь усі речі, вища реальність, що не піддається вимірюванню. За філософією Дао світ “тече і змінюється”, але є і стійкі “схеми і форми” у відповідності з якими і відбуваються усі зміни. Мудрець має розпізнати ці схеми і діяти за ними. Так виступає “людина Дао”, що живе за законами природи.

Однією з базових у філософії даосизму, як випливає з вищевикладеного, є концепція природності. В її основі лежать принципи діяльності Дао. Одним із цих принципів є принцип “недіяння”, або “недіяння”. Під принципом недіяння даоси розуміють не бездіяльність взагалі, а мовчання і дії, що суперечать природі людини:

“Застосувати недіяння не означає бездіяльності і збереження мовчання. Хай усьому буде місце і можливість робити те, що призначено йому природою, так, щоб задовольнялася його природа” [2].

Другим, не менш важливим, і на мій погляд, доповнюючим попередній, є принцип спонтанності. Спонтанність – теж принцип діяльності Дао. Для даосів поступати у відповідності із природою, означає поступати спонтанно, виходячи із своєї справжньої суті! Культивування принципу спонтанності, як форми прояву поведінки людини, має забезпечити вияв її природної, істинної сутності.

Таким чином, концепція природності у даосизмі ґрунтується на двох принципах, які, по суті, виступають.

Концепція природності
1. Принцип “недіяння”
2. Принцип “спонтанності”

Апеляцію до природності знаходимо і у такій філософсько-релігійній системі Сходу як дзен-

Буддизм. Інтерес дзен до природності і спонтанності пояснюється його даоським походженням, але основа цього інтересу – одне із положень буддизму. Це впевненість в досконалості нашої початкової сутності, сприйняття процесу просвітлення як повернення до цього стану, у якому