

... розкрити власний потенціал, гармонізувати стосунки з оточуючими та із
... власності у собі.

... проста, але разом із тим ефективна, і представляє собою
... тіла, рухів, дихання, енергії та свідомості в єдине ціле. Вона передбачає
... наявності фізичної та емоційної напруженості обмежують розкриття
... людини. Повне розслаблення необхідне для гармонії і цілісності душа та
... впливає на стресостійкість людини.

... вправи, які виконуються під час занять йогою, розвивають і
... людини залишатися спокійною, урівноваженою, зберігати ясність розуму,
...

... будь-яких тренувальних вправ з йоги базується на вільному диханні під час
... рухів. Таким чином, кров циркулює вільніше і значно краще насичує киснем,
... організму, регенерує їх, запобігає застійним процесам в організмі. Також, у
... вправ відбувається масаж внутрішніх органів, який впливає на звільнення
... Таким чином відбувається очищення і оновлення травної, репродуктивної,
... організму.

... на нашу думку, також є те, що йога підсилює активність нервової системи.
... аспектами нервової системи порушується тривалими негативними
... факторів. Симпатична нервова система (впливає на результативну дію) працює
... (впливає на розслаблення і заспокоєння) бездіє. Саме йога гармонізує
... тому, що вправи впливають на заспокоєння нервової системи на глибинному
... відмовитися від постійного прагнення до дії та збудження. В той же час
... більшої гнучкості і сприйнятливості. Домінантою цього процесу є повільне,
... дихання. Дихання – основа нашого життя, і те, як ми дихаємо є підґрунтям цього
... важливо контролювати процес дихання під час виконання вправ з йоги. Злиття
... нашого дихання сприяє зосередженню та його мимовільному уповільненню. При
... тренувань і під дією виконання вправ дихання стає правильним, а саме: легким,
... і глибоким, змінюється його потік, уповільнюється ритм. Правильне дихання також
... мозок, оскільки свідомість звільнюється від сторонніх думок внаслідок
... на виконанні вправ та диханні.

... від інших тренувальних комплексів, йога використовує природні функції і не
... засобів, щоб змінити звичайну діяльність нервової системи.

... чином, йога може допомогти людині досягти фізичного та духовного
... дає реальну можливість бути здоровою, невразливою, стійкою до життєвих
... і невдач.

Література

- С. Степанов. Популярная психологическая энциклопедия. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 640 с.
 В лабиринтах психологии личности: Мир психических явлений/ А.В.Тимченко, В.Б.Шапарь. –
 Х.: Пралор, 1997. – 414 с.
 Психологический словарь / Под ред. Ю.Л.Неймера. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 640 с.
 Е. Деворо. Йога за 15 минут / пер. С англ.. Н.В.Бутовой, О.А.Климовой. –М.: РИПОЛ
 КЛАССИК, 2002. – 192 с.

Н.А. САВОЧКА

ПРОПАГАНДА ПРАВОВИХ ЗНАТЬ, ЯК ЗАСІБ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ПРАВОПОРУШЕНЬ І ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я

*Мудрий законотворень починає не з видання закону,
а з вивчення його придатності для суспільства.*

*Тільки здорове суспільство здатне збудувати
здорову державу.*

Ж.-Ж. Руссо.

*В даній статті автор аналізує попередження правопорушень як засіб у вихованні
молодого покоління, оскільки правопорушення завжди завдає суспільству певної*

шкоди, а тому є суспільно небезпечним. Головною метою будь-якого суспільства є попередити злочини, ніж карати.

В данной статье автор анализирует предупреждение правонарушений, как способ воспитания здорового молодого поколения, поскольку правонарушение всегда приносит обществу значительный ущерб, а поэтому есть общественно опасным. Главной целью каждого общества является предупредить преступление, чем наказывать.

In this article the author analyses the preventing of offences by means of education of the young generation, that's why is socially dangerous. The main theme of any society is to prevent the crimes than to punish.

В суспільстві існують обставини, із настанням яких правові норми пов'язують настання певних юридичних наслідків, тобто виникнення, зміну або припинення правовідносин між людьми. Це певні дії, правомірні і неправомірні: вчинки, проступки, злочини. Тобто, різного роду правопорушення, які так чи інакше мають відношення до людського здоров'я, чи то з моральної боку чи з фізичного. Для того, що б їх попередити, необхідно чітко знати, що вони собою являють.

Правопорушення - це суспільно небезпечне, винне діяння деліктоздатного суб'єкта, яке суперечить вимогам правових норм. Це такий акт людини, який може проявитися у формі дії або бездіяльності; це протиправний акт, тобто такий, що порушує правову норму. Людина свідомо поводить себе саме так, вона розуміє характер і значення свого діяння і може керувати своїми вчинками. Вона скоює правопорушення умисно або з необережності. Правопорушення завжди завдає суспільству та особі певної шкоди, а тому є суспільно небезпечним. Конституційне правопорушення завдає шкоди конституційному ладу. Цивільне правопорушення завдає шкоди майновим і пов'язаним із ними немайновим інтересам. Адміністративне правопорушення посягає на відносини у сфері державного управління. Дисциплінарне правопорушення заподіює шкоду внутрішньому порядку в підприємствах, в організаціях, установах.

Суспільні відносини являють собою складне, багатогранне явище. Не всі суспільні відносини мають певну юридичну форму. Якщо ж правовідносини визначаються певними нормами права, то вони відносяться до правових і суб'єкти цих правовідносин завжди наділені певними суб'єктивними юридичними правами та юридичними обов'язками. Правовідносини - явище динамічне. Вони виникають, змінюються, припиняються. Динаміка правовідносин пов'язана з реальними життєвими обставинами, тобто з так званими юридичними фактами. А факти ці бувають різні.

Об'єктом правовідносин виступають матеріальні, духовні та інші соціальні блага, з приводу яких суб'єкти, люди, вступають у правовідносини. Це речі, гроші, цінні папери, фізичний та психічний стан, поведінка людей, її здоров'я, честь, гідність людини, духовні цінності.

У юридичній літературі до сьогодні ведуться дискусії про соціальні, біологічні причини правопорушень. Поведінка людини залежить як від соціальних, так і від біологічних чинників, але першочерговий пріоритет, зазвичай, віддається соціальним через те, що особа формується і діє у відповідному соціальному середовищі, і вчинки залежать не стільки від фізіологічних особливостей, а й від міжособистісних відносин, морального та психологічного стану спільноти в цілому.

Основна причина протиправної поведінки людини пов'язана з різноманітними протиріччями, які зумовлюють дестабілізацію нормального функціонування соціального середовища та людини. Загострення цих протиріч і спричиняє правопорушення. Але, загалом є три речі, що штовхають людей на злочин - це розкіш, заздрість і жадоба, всевічні людські пороки. З ними бореться все суспільство в цілому, держава, церква, родина, сім'я та й сама окрема людина десь у глибині душі будучи закоренілим правопорушником, все-таки намагається боротися із своїми пороками.

Будь яке правопорушення завдає шкоди людському здоров'ю. Взяти до уваги такі чинники, як наркоманія, алкоголізм, бомжування. До чого приводить поведінка людини, психіка якої порушена. Вона, можливо, підсвідомо розуміє, що шкодить і своєму здоров'ю і здоров'ю оточуючих, та тяга до лихого бере верх над свідомістю, що і приводить до певного правопорушення. Така людина не хоче усвідомити того, що за будь-який неправомірний вчинок треба нести відповідальність не тільки моральну, а й юридичну. Саме на юридичну відповідальність покладається функція попередження правопорушення. Вона покликана захистити правопорядок (в цьому виражається її захисна функція); виховувати у громадян повагу до права (виховна функція юридичної відповідальності).

... суб'єктів правовідносин (відновлювальна функція юридичної відповідальності) і кваліфікувати правопорушника (функція покарання).

Цілі, мети і функції юридичної відповідальності мають дуже важливе значення для кожного громадянина і для суспільства в цілому. Саме через це законодавство приділяє особливу увагу чіткості, ясності підстави і порядку притягнення до юридичної відповідальності, а також висоті накладених стягнень. Краще попередити злочини, ніж карати. У цьому головна мета доброго законодавства. Тільки задовольнитися покаранням злочинця є замало для суспільства, головним для нього є попередження злочинів. Як говорив древній філософ: "Краще бути не як бути ножем".

Саме з цією метою в середньо-освітніх закладах предмет правознавства вводиться в навчальний курс. Підприємці, які найбільш вразливі і сприймають радше гіршу сторону життя, необхідно попередити від негативності поганого вчинку, щоб в майбутньому ці вчинки не переросли у злочини, і ще гірше – у злочин. Адже, найменш обтяжливим для порушника стягненням є офіційне засудження проступку уповноваженим органом. Це засудження про недопустимість вчинення подібних дій у майбутньому. Попередження як юридичної відповідальності, як правило, тягне ті ж самі наслідки, що й інші стягнення. Зокрема, за повторним вчиненні правопорушення підвищується ступінь юридичної відповідальності.

Метою будь-якого попередження правопорушення є сформувати правові знання у учнів, громадян та їх зацікавлених у громадян в обов'язку, необхідному для того, щоб правопорушення не було допущено, а тим самим збережено психічний стан людини, її здоров'я. Правове ознайомлення людини має таке завдання, як формування навичок нормативно-правового мислення, усвідомлення цінностей життя та свободи, своє здоров'я, свою психіку від негативних впливів.

Для цього громадяни повинні бути підготовлені до охорони свого здоров'я. В навчальних закладах, як підприємствах, установах діють різні навчально-освітні програми. Правовий статус громадянина, його права, обов'язки та відповідальність визначає закон. Важливим завданням органів, уповноважених попереджувати правопорушення є формування правосвідомості та правової культури у громадян.

Для кожного громадянина України, учень чи студент повинен мати уявлення про державу і її функції, про їх взаємовідносини, про взаємовідносини між суб'єктами суспільства, а вони повинні бути гуманними і терпимими, і не призводити до тих дій, які мають характер злочинів. Охорона здоров'я особи, піклування про правильний розвиток психіки людини, формування правосвідомості як засіб попередження правопорушень є базою для розвитку та процвітання суспільства.

Література

1. Алексеев С.С. Право. Опыт комплексного исследования. – М., 1999.
2. Вишневський О. Сучасне українське виховання. – Львів, 1996.
3. Законодавство України про адміністративну відповідальність. – Київ, 2000.
4. Зельмановский В. Проблемы воспитания в свете христианской антропологии. – М., 1994.
5. Пастышев Н. Педагогическая гармония. – К., 1996.

Р.Р. СІРЕНКО, М.О. САПРОНОВ

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ: ВИЗНАЧЕННЯ ФЕНОМЕНА

"Здоровий спосіб життя" відображує орієнтовану діяльність особистості в напрямку збереження і розвитку особистого і суспільного здоров'я. Таким чином, здоровий спосіб життя пов'язаний з особистісно-мотиваційним втіленням індивідами своїх соціальних, психологічних, фізичних можливостей і здібностей.

"Здоровий способ жизни" отображает ориентированную деятельность индивидуума в направлении укрепления и развития личного и социального здоровья. Таким образом, здоровый способ жизни тесно связан с личностно-мотивационным внедрением индивидуумами своих социальных, психологических, физических возможностей и способностей.