

Все це говорить про те, що музика може використовуватися як з лікувально-профілактичною метою, так і для стимулювання, підвищення працездатності на виробництві [7].

Але зовсім не завжди музика несе позитивні емоції. Особливо це помітно в підлітковий період, коли формуються основні стереотипи, які на думку підлітків, є стереотипами "дорослої поведінки". Одним із таких негативних факторів є рок-музика, де відсутність мелодії компенсується занадто високою гучністю (до двох сотень децибел). Ця, позбавлена змісту дисгармонійна музика негативно впливає на психіку і здатна викликати невиправдану агресію. Повне занурення в рок-музику, особливо ту, що належить до "важкого металу", може бути тривожним симптомом зречення світу дорослих, неприйняття його подвійної моралі та етики. Для сучасного підлітка музика має дуже велике значення. Справа в тому, що музика для підлітка є джерелом інформації про секс, інший спосіб життя і ті явища, що перебувають під заборонаю в школі і вдома [3].

Американські вчені встановили, що підлітки, які надають перевагу телевізійним версіям музичних програм, легше вливаються в традиційну культуру, в той час як захоплення рок-музикою породжує тяжіння до "своєї групи", відриває молоду людину від сім'ї, а значить унеможливорює контроль батьків за моральним розвитком дитини.

Особливе місце займають музичні відеокліпи. Вони пригнічують уяву, ліквідуючи здатність музики викликати у людини особливі, особисті відчуття. При проведенні неофіційного дослідження про вплив музичних відеокліпів на учнів 5 і 6 класів з'ясувалося, що ті, які дивилися відеокліп, гірше відповідали на питання, що вимагають уяви, ніж ті, які слухали тільки аудіоверсію цієї ж пісні. Вибір є. Існує стільки красивих мелодій, які є джерелом позитивних емоцій.

Таким чином, є всі підстави вважати, що музика має суттєвий вплив на здоров'я і його об'єктивну основу - життєздатність людини. Це положення базується на сучасних валеологічних принципах, згідно яких здоров'я як емоційно-усвідомлена життєздатність в значній мірі залежить від суб'єктивної компоненти настрою і самопочуття людини. Змінюючи певним чином настрій людини, музика має прямий позитивний вплив на її здоров'я.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бербенцов В.Н. Функциональная музыка и здоровье: реальность взаимосвязи или бесосновательные надежды? // Сучасні досягнення валеології та спортивної медицини VI Міжнародна науково-практична конференція 22-24 червня 2000р., м.Одеса, С. 29-30.
2. Музыка в медицине //Врач.-1992.-№1.- С.53.
3. Подростки и их музыка //Врач.- 1992.- №3.- С.57.
4. Музыка лечит //Врач.- 2000. - № 12.-С.41.
5. Пузич Я.І., Ніколаєва І.М. Музыка і здоров'я //Рідна школа.-2002.- №2.-С.57-58.
6. Пузич Я.І., Пузич І.Я. Музыка і здоров'я: психофізіологічні аспекти // Науковий світ - 2002.- № 8.- С.28-29.
7. Пузич Я.І. Ноти замість пігулок // Фармацевт Практик. - 2004.-№12.-С.70-72.
8. Шаповалов И.А. Искусство врачевания.- Махачкала, 1987.

Н.А. САВОЧКА

#### ФОРМУВАННЯ ПРАВОВИХ ЗНАНЬ У УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ УКРАЇНИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ

*В даній статті автор аналізує формування правових знань учнів початкових класів загальноосвітніх шкіл України на сучасному етапі і пропонує поєднати для них вчення про права людини, в даному випадку, права дитини, з вченнями про Катехизм на уроках етики.*

*В данной статье автор анализирует формирование правовых знаний учеников начальных классов общеобразовательных школ Украины на современном этапе и предлагает соединить для них учение о правах человека, в данном случае, права ребенка, с учениями о Катехизме на уроках этики.*

*In this article the author analyses the formation of law's knowledge's of the primary school children at the contemporary stage and suggests to join for them the knowledge about the human rights, especially children's rights, with the knowledge about catechism at the lessons of ethics.*

“Усі люди є вільні і рівні у своїй гідності та правах” – так говорить Конституція України, Основний Закон, що визначає найнеобхідніші засади нашого життя. В сучасному світі немає суспільства, в якому не використовувалося б, не культивувалося б поняття права, разом з цим і здорової психіки особистості. Світогляд людини не може бути повним, досконалим, якщо у ньому відсутні знання щодо сутності права, яке безумовно впливає на її моральне, фізичне та духовне життя. Немає, ясна річ, людини, котра у своєму буденному житті не використовувала б таких слів, як “право”, “свобода”, “обов’язок” та ін. Адже саме до цих понять вдаються тоді, коли необхідно довести обґрунтованість своїх вимог чи виправдати свої вчинки або певні дії, вияснити чи здорова психіка у даної людини; як впливає на психічний стан те чи інше елементарне порушення прав особистості.

Право все більше наповнюється сучасним моральним змістом, що включає нові, а також відроджені моральні норми цивілізованого людства. Сьогодні в умовах морального оновлення України, відродження та переформування психіки людей, що народилися у 60-80 роках минулого століття та нового покоління часів незалежності, виникає пряма необхідність зміцнення моральних основ українського національного права, культурної та духовної цінності нашого народу.

Насамперед знання права вимагає правова культура. Як саме виховане суспільство, на яких цінностях, чи здорове воно - такою і буде держава. А будь-яке суспільство виховується змалечку. Курс правознавства введено у загальноосвітніх школах у старших класах. Як довести до учнів початкових класів таке поняття як “право”, „здоровий спосіб життя”? На мою думку, найкраще поєднати для них вчення про права людини, зокрема права дитини, з вченням про Катехизм на уроках етики. Адже саме поняття права найперше було закладено у Божій науці, у звичаєвому праві. Довгий час для школи така наука була як “заборонений плід”. Та часи змінилися. Людина все частіше звертається до Бога, прославляє Його у молитві, як Всемогутню, Премудру і Люблячу Найвищу Силу, яка створила світ і все живе на ньому, в усій його безмежній різноманітності; створила людину, наділивши її найбільшими дарами – розумом та свободою волі. Хто, як не діти найбільш щиро і з відкритим серцем сприймають цей світ таким, яким він є. І дуже важливо не спотворити їх уявлення, але й не захоплюватися малюванням їм надзвичайної казки про буття. Кожна дитина колись виростає, стає свідомою того, що крім свобод та прав є ще й обов’язки, які необхідно виконувати. Який фундамент буде закладено у її свідомість, таким і буде її майбутнє. А перші цеглини – це і є саме права дитини, якими вони їх бачать і що значить для них це поняття - “права людини”.

Пропоную поєднати Заповіді Божі із Старого Завіту та основні права, свободи і обов’язки дитини-людини за Конституцією. Бо саме через хороші емоції, через Добро, Красу та Любов необхідно донести до дитячої душі значення Права в цілому.

Мною було проведено такий загальний урок-лекцію у одній із шкіл м. Львова під час проведення “днів Права” у загальноосвітніх закладах. Діти дуже жваво включились у дискусію і виявилось, що саме в такому розумінні розшифрування поняття “Права” їм найбільш доступне.

Кожна людина має невід’ємне право на життя. Ніхто не може бути свавільно позбавлений життя і повинен захищати життя і здоров’я інших людей від протиправних посягань. Воно є найбільшою цінністю людини. Одна із заповідей саме на це вказує – не вбивай. У чому б ми не зустріли прояв життя – його треба цінувати. Діти не дуже гостро сприймають цю заповідь і це право, бо ще не до кінця усвідомлюють зміст слова “смерть”. Та всім їм добре вже відомо, що рослині життя дає Людина, бо посіє зерно, пташеняті розкрити крила допомагає Птаха, а дитині життя дає Мати.

Звідси впливає інша заповідь, інше правило та інше право на повагу до його гідності – шануй батька й матір свою, а також люби ближнього твого, як себе самого. Повагу до старших необхідно виховувати з раннього віку. Діти це вже усвідомлюють. Вони наводили багато прикладів прояву поваги до інших. Це і допомога при переході вулиці, і поступлення місцем в автобусі, допомога батькам вдома.

Не завдавай шкоди здоров’ю своєму – кожен має право на охорону здоров’я, на безпечне для життя і здоров’я довкілля. Разом з тлумаченням цього права, дітям було роз’яснено, якої шкоди завдає молодому організму куріння, а ще більшої – наркотики.

Не свідчи неправдиво проти ближнього твого – ніхто не може зазнавати втручання в його особисте життя, за недостовірну інформацію про себе можна вимагати і відшкодування матеріальної та моральної шкоди. Ця заповідь дітям знайома, хоча вже багато хто з них використовує неправдиві свідчення з користю для себе чи з метою себе захистити, вигорідити в певних обставинах.

Недоторкання житла та недопустимість заволодіння майном іншої людини – заповідь не пожадай дому ближнього твого, ні поля його, ні всякого скоту його, ні всього, що є у ближнього

твого; не кради. Якщо не присікти ще в малому віці схильність дитини “потягти” щось, що “киво лежить”, в майбутньому це ввійде в звичку.

Право на працю для дорослих дітям було представлено як, на даний момент їх право на освіту, бо для них школа – це їх робоче місце, а за свою працю вони отримують плату – хороші оцінки.

Люди у віці до 18 років є, за міжнародно-правовими критеріями, неповнолітні і тому належать до “дітей” (ст. 1 Конвенції про права дитини, прийнятої ООН у 1989р.; за 10 років до того ООН проголосила Декларацію прав дитини). Значна частина основних прав дитини нічим не відрізняється змістовно від прав повнолітніх (“дорослих”) осіб.

Крім основних прав, роз’яснених дітям у дискусійно-ігровій формі, до їх відома було доведено і про існування особливих, “додаткових” можливостей, які зафіксовані Конвенцією про права дитини в усіх “змістовних” різновидах прав. Зокрема, виділяються серед прав:

*фізичних* – права на першочерговість захисту і допомоги, здорове зростання, неприпустимість таких кримінальних покарань як смертна кара і довічне тюремне ув’язнення (їм було пояснено, що смертна кара у нас відмінена, але існує в інших державах);

*особистісних* – права на знання своїх батьків і нерозлучення з ними (сімейні зв’язки), виховання;

*культурних* – право на відповідні ігри і розважальні заходи;

*економічних* – право не бути залученим до роботи до досягнення певного віку;

*політичних* – права не призиватись на державну військову службу до 15 років, на захист з боку держави від недбалого і брутального, жорстокого поводження, експлуатації та розбещення.

Спеціальним органом всесвітнього співтовариства по спостереженню і контролю за дотриманням прав дитини, закріплених у згаданій Конвенції, є Комітет ООН з прав дитини, до якого Україна приєдналась у 1991р.

Право покликане бути інструментом духовного оздоровлення українського суспільства. Що буде посіяно нами – батьками, вихователями, вчителями – в дитячу свідомість, те зерно ми пожнемо в майбутньому у вигляді законної поведінки, правової відповідальності, взаємоповаги один до одного. Це найвища цінність, усвідомлення якої є запорукою вдосконалення і розвитку кожного, зокрема, починаючи з дитячих літ. Ознайомлення з поняттям “права” в ранньому віці покликане сприяти зростанню правосвідомості, індивідуальної та загальної правової культури, дотриманню законності, зміцненню правопорядку.

#### ЛІТЕРАТУРА

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

Р.Р. СІРЕНКО, Й.Г. ФАЛЕС, О.Ф. ОГЕРЧУК

#### ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ, ЯК ІНТЕГРАЛЬНИЙ ПОКАЗНИК ЗДОРОВ’Я ФУТБОЛІСТІВ

*Стаття присвячена вивченню функціонального стану серцево-судинної системи, як інтегрального показника стану здоров’я та підготовленості футболістів.*

*Статья посвящена изучению функционального состояния сердечно-сосудистой системы, как интегрального показателя состояния здоровья и подготовленности футболистов.*

*Article is devoted to study of functional state of cardiac-vascular system, as integral health state index and footballers preparedness.*

Сучасний футбол характеризується високою інтенсивністю дій в умовах активних єдиноборств суперників на фоні значної фізичної та психічної перевтоми.

Футбол – складний з енергетичної та фізіологічної точки зору вид спорту, який вимагає значних зрушень у функціональному стані організму та напруження його адаптаційних можливостей.

У тренувальному та змагальному процесах футболістів особливого значення набуває контроль за функціональним рівнем діяльності серцево-судинної системи, як ланки, що несе основне