

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ П. М. МАШЕРОВА»**

Кафедра педагогики

**1-08 80 02 «Теория и методика обучения и воспитания
(в области воспитательной работы)»**

Допущена к защите
Заведующий кафедрой
Раков Н.А. Раковой

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**ФОРМИРОВАНИЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТАРШЕ-
КЛАССНИКОВ В УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ
СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЫ**

Соловьева Вера Анатольевна,
Соловьева

Научный руководитель:
Зинькова Надежда Константиновна,
Канд. пед. наук, доцент

Зинькова

Витебск, 2010

СОДЕРЖАНИЕ

РЕФЕРАТ	2
ВВЕДЕНИЕ.....	3
1. Теоретические аспекты валеологической культуры	7
1.1. Проблема валеологической культуры в педагогической литературе.....	7
1.2. Сущность и структура валеологической культуры.....	16
2. Педагогические условия формирования валеологической культуры среди школьников.....	33
2.1. Учебный процесс как средство формирования валеологической культуры.....	33
2.2. Использование внеучебной деятельности в формировании валеологической культуры среди школьников.....	44
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	49
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	51
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	56

РЕФЕРАТ

Магистерская работа 69 с., 86 источников, 4 прил.

ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ, ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ, ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС, ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС, ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ПРИНЦИПЫ ОБУЧЕНИЯ, КУЛЬТУРА, ВАЛЕОЛОГИЯ, ВАЛЕОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.

Объект исследования: валеологическая культура школьников.

Предмет исследования: процесс формирования валеологической культуры учащихся школ.

Цель исследования: выявить возможности урочной и внеурочной деятельности учебно-воспитательного процесса школы в формировании валеологической культуры будущих граждан нашей страны.

В соответствии с целью в исследовании решались следующие задачи:

- Изучить проблему валеологической культуры в педагогической в педагогической науке;
- Раскрыть сущность валеологической культуры, уточнить понятийно-терминологический аппарат исследования;
- Выявить основные направления деятельности учебного процесса как средства формирования валеологической культуры
- Определить потенциал использования внеучебной деятельности в формировании валеологической культуры

Методы исследования и организация исследования: теоретические - анализ философской, социологической, психолого-педагогической, биологической и медицинской литературы, моделирование процесса обучения здоровому образу жизни школьников; эмпирические - анализ документов, различные виды опроса (анкетирование, тестирование), статистические методы анализа материала, обобщение, систематизация и классификация полученных в ходе эксперимента результатов, количественный и качественный анализ.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

- систематизированы и обобщены концепции отечественных ученых по проблеме сохранения и укрепления здоровья;
- определены теоретические аспекты формирования валеологической культуры школьников;
- проведено уточнение понятийно-терминологического аппарата, включающего использование понятий «здоровый образ жизни», «валеологическое образование», «валеологическое воспитание», «валеологическое обучение» и «валеологическая деятельность».

ВВЕДЕНИЕ

По статистическим данным в Республике Беларусь за последние годы отмечается негативная тенденция по снижению уровня здоровья школьников. В связи с этим государство разработало нормативно-правовую базу, регуливающую весь учебно-воспитательный процесс школы, а именно законодательные акты и программные документы «О здравоохранении», санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «Государственная межотраслевая программа «Дети Беларуси», «Национальная программа демографической безопасности Республики Беларусь на 2007 - 2010 годы», Постановление Совета Министров Республики Беларусь «О Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь». На основании данных документов в общеобразовательных учреждениях страны особое внимание уделяется формированию здорового образа жизни.

Научно-технический прогресс, ранняя компьютеризация образования предъявляют повышенные требования к психофизиологическим особенностям школьников, что на фоне роста и развития организма может приводить к утомлению, переутомлению, нарушению внутренней среды организма и развитию различных патологических состояний. В этом контексте важность приобретает формирование основ валеологической культуры.

Изучение представлений о здоровье позволяет более четко понять поведение учащейся молодежи, выявляет тенденции структурных преобразований в обществе, а также имеет практическое значение для внедрения программы по продвижению здорового образа жизни (ЗОЖ). Также назрела необходимость в активизации коммуникативных программ, направленных на изменение привычек и поведения молодежи с рискогенного на здоровьесберегающее.

Существующая проблема самосохранительного поведения учащейся молодежи заключается в противоречии между сознанием в области здоровья и реальным поведением. Именно данное противоречие определяет проблематичность выбранной нами темы, и его разрешение послужит решению многих исследовательских задач, поставленных в данной работе. Кроме того, изучение специфики отношения современной учащейся молодежи к здоровью позволит также наметить возможности ее оптимизации.

В последние годы активизировались научные исследования, касающиеся проблемы здоровья людей в системе образования (Р.И. Айзман, Г.Л. Апанасенко, В.Ф. Базарный, А.С. Батуев, И.И. Брехман, Э.Н. Вайнер, Н.А. Голиков, И.Ю. Глинянова, В.И. Дубровский, Г.К. Зайцев, В.П. Казначеев, В.Н. Касаткин, В.В. Колбанов, М.Г. Колесникова, Г. А. Кураев, З.И. Татарникова, В.О. Морозов, З.И. Чуканова и др.), которая является предметом профессионального интереса специалистов, работающих не только в области медицины, но и педагогики.

Антисоциальные объединения, игромания, наркомания, алкоголизация, преступность, оказывающие негативное влияние на развитие старшеклассника, приводят выпускников общеобразовательных школ в группы социального риска. Наиболее существенными факторами, порождающими эти явления, являются молодежная среда, средства массовой информации, социокультурная среда семьи и воспитания. Поскольку умение противостоять влиянию негативных факторов молодежной среды во многом определяет способность к сохранению, укреплению здоровья и успешности обучения, то следует направить усилия на коррекцию общих и индивидуальных составляющих характеристик образа жизни старшеклассников. При этом учебно-воспитательный процесс является общим условием для создания соответствующей валеологической среды, способствующей ее формированию (В.П. Бузунов Г.К.Зайцев, В.В. Колбанов, М.Г. Колесникова, Е.А. Овчаров, Л.В. Радионова и др.).

Актуальность данной проблемы: развитие старшеклассников требует обеспечения поддержания и укрепления их здоровья. На него воздействуют различные факторы среды, ведущие к различным отклонениям, что выдвигает на передний план необходимость противостояния их влиянию. В этом контексте важность приобретает формирование основ валеологической культуры старшеклассников в учебно-воспитательном процессе.

Объект исследования: валеологическая культура школьников.

Предмет исследования: процесс формирования валеологической культуры учащихся школ.

Цель исследования: выявить возможности урочной и внеурочной деятельности учебно-воспитательного процесса школы в формировании валеологической культуры будущих граждан нашей страны.

В соответствии с целью в исследовании решались следующие задачи:

- Изучить проблему валеологической культуры в педагогической в педагогической науке;
- Раскрыть сущность валеологической культуры, уточнить понятийно-терминологический аппарат исследования;
- Выявить основные направления деятельности учебного процесса как средства формирования валеологической культуры
- Определить потенциал использования внеучебной деятельности в формировании валеологической культуры

Гипотеза нашего исследования основана на том, что процесс формирования валеологической культуры школьников будет эффективным, если он будет: целенаправленно формировать все четыре компонента валеологической культуры: валеологические знания, умения, опыт творческой деятельности и опыт эмоционально-ценностного отношения к проблеме валеологии; в процессе формирования валеологической культуры используется многообразие форм как урочной так и внеурочной деятельности, обеспечивающих включение учащихся в разнообразную валеологическую деятельность; целе-

направленно и осознанно формировать у учащихся опыт валеологической культуры личности.

Методологической основой являются философские и психолого-педагогические концепции обосновывающие понятие «культура», валеологическая культура», культурологический подход; достижения педагогики в области валеологического воспитания; положения о ведущей роли активной деятельности личности в процессе её формирования; законодательные акты и программные документы.

Методы исследования и организация исследования: теоретические - анализ философской, социологической, психолого-педагогической, биологической и медицинской литературы, моделирование процесса обучения здоровому образу жизни школьников; эмпирические - анализ документов, различные виды опроса (анкетирование, тестирование), статистические методы анализа материала, обобщение, систематизация и классификация полученных в ходе эксперимента результатов, количественный и качественный анализ.

Основные положения диссертации, выносимые на защиту:

1. Валеологическая культура становится неотъемлемым компонентом процесса обучения и воспитания. Основные компоненты которой, представляющей собой сложное интегративное образование;

2. Формирование валеологической культуры старшеклассников осуществляется в двух аспектах - содержательном и процессуальном,

3. Эффективность формирования валеологической культуры обеспечивается соблюдением педагогических условий.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

○ систематизированы и обобщены концепции отечественных ученых по проблеме сохранения и укрепления здоровья;

○ определены теоретические аспекты формирования валеологической культуры школьников;

○ проведено уточнение понятийно-терминологического аппарата, включающего использование понятий «здоровый образ жизни», «валеологическое образование», «валеологическое воспитание», «валеологическое обучение» и «валеологическая деятельность».

Теоретическая значимость исследования:

✓ выявлены и теоретически обоснованы педагогические условия, необходимые для успешного формирования валеологической культуры школьников средствами валеологии в учебном процессе, связанные:

• с субъектностью - учетом личностного фактора;

• с организацией учебно-воспитательного процесса - конкретизацией задач, определяющих деятельность по формированию валеологической культуры средствами валеологии (совершенствованием валеологического образования; оптимальным выбором форм и методов валеологического обучения и т.д.);

✓ определена процедура выбора организационных форм, методов и средств формирования валеологической культуры;

✓ теоретически обоснованы уровни сформированности валеологической культуры, в качестве критериев которых выступают знания, мотивы, ценностные ориентации, способность планирования и осуществления валеологической деятельности.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования:

–Полученных результатов в процессе обучения, образования и воспитания школьников;

–Результатов при создании методических разработок и практических рекомендаций, основополагающим моментом которых будет не процесс механической передачи знаний, а формирование личности - будущего субъекта деятельности, способного к самопознанию, самооценке, самокоррекции, самоопределению;

–Испытуемыми полученных результатов, как в своей дальнейшей профессиональной деятельности, так и в каждодневной жизни.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авраменко А.И. Здоровый образ жизни: проблемы, пути решения. – Мн., 1998
2. Айзман Р. И. Здоровье ребёнка - эпицентр современного образования /Валеологические аспекты образования. Барнаул, 1996.- 370 с.
3. Актуальные проблемы валеологии в образовании: Материалы второй всерос. науч.-практ. конф., г. Липецк, 2-4 февр. 1999 г. / Под ред. Вайнер Э.Н. - Липецк, 1999. - 154 с.
4. Апанасенко Г. Л. Валеология: имеет ли она право на самостоятельное существование? //Валеология. 1996. № 2.- С. 9-15.
5. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология./ Г.Л. Апанасенко – Киев; Ростов-на-Дону: Здоровье, 2000
6. Арнольдов, А. И. Введение в культурологию. М., 1998. - 345 с.
7. Бабайцева, О. Ю. Проблемы психологической валеологии аспекты здорового образа жизни и формирование экологического сознания учащихся //психология и экология человека психологические факторы культуры мира и ненасилия современной России: тезисы международной конференции, 13-15 октября 1999. - С. 155-157
8. Бабанкова, Е.А. Валеологическое воспитание учащихся- М., Здоровье, 2009 Валеология. - 1999. - N 2. - С.37-39.
9. Башкова, Л. Н. Реализация преемственности в формировании основ культуры здоровья // Здоровы лад жыцця. - 2004. - № 3. -С. 33-42
10. Бердников.Ю, И.Г. Теоретические основы формирования валеологической культуры личности учителя: Автореф. дис. д-ра пед. наук. - М., 1998. - 33 с.
11. Бехтерев В.М. Личность и условия ее развития и здоровья. – 2-е изд. – СПб.: Рикеръ, 1905. – 43 с.
12. Билич, Г. Л., Назарова, Л. В. Основы валеологии. Спб.: « Издательство Фолиант», 2000. - 560 с.
13. Богданович О.Н. Воспитательная деятельность в общеобразовательных учреждениях. – Мозырь ООО ИД «Белый Ветер», 2008
14. Брехман И. И. Валеология - наука о здоровье.- М: ФИС, 1990.-208 с.
15. Вайнер Э.Н. Валеология: учеб. практикум/ Вайнер Э.Н. – М.: Флинта; Наука, 2002
16. Валеологическое образование (проблемы, поиски, решения): Сб. науч. тр. - Липецк: Межвуз. центр валеологич. образования, 1996.
17. Валеологическое образование: состояние и пути совершенствования. /Мат. Всерос. науч.-практ. конф. Омск, 1997.-310 с.
18. Валеология: Учеб. пособие /Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. - СПб.: Образование, 1995. - 204 с.

В

19. Воронцова В. Г. педагогическая валеология и гуманизация образования: историко-педагогический аспект // История педагогики сегодня. - СПб., 1998. - с. 120 - 134
20. Воспитательная работа в педагогическом колледже: Метод. пособие / Под ред. Р. С. Пионовой, З. В. Артеменко, Р. Б. Чирковой. - МН.: БГПУ, 2004. - 128 с.
21. Горбушина, С. Н. Личность будущего учителя как субъект культуры здоровья: концепция и принципы развития / С. Н. Горбушина // Валеология. - 2005. - № 1. - С. 89 - 93.
22. Гулен Ж. Диететика или наука, предполагающая правила нужные и полезные к сохранению здоровья. М., 1791, 218 с.
23. Евсеев В. Н. Цели и задачи валеологического образования // Подготовка современного специалиста в соответствии с государственным образовательным стандартом: Материалы науч.-практ. конф. - Новокузнецк, 1996. - С. 31 - 33
24. Зайцев Н.К., Колбанов В.В. Стратегия понимания здорового образа жизни у учителей//Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. Выпуск 3. - Владивосток: Дальнаука, 1996. с. 148.
25. Зайцев, Г. К. Школьная валеология: Педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей. 3-е изд., перераб. и доп.- СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2001.- 160 с.
26. Зайцев, Г. К., Колбанов, В. В. Здоровье учителя: Валеология, самоанализ // Педагогика. - 1994. - № 3. - С. 54 - 58
27. Зайцев, Г. К., Колбанов, В. В., Колесникова, М. Г. Педагогика здоровья: образовательные программы по валеологии. СПб., 1994. - 245 с.
28. Захарова Г.А. Работаем и отдыхаем правильно. – Витебск УО «ВГУ им. П.М. Машерова»
29. Змановский Ю. Воспитаем детей здоровыми. М Медицина 1989г. 125с
30. Кабуш, В. Т. Система гуманистического воспитания школьников: Пособие для педагогов. - Мн.: Полымя, 2000.-208 с.
31. Казин, Э. М., Блинова, Н. Г., Литвинова, Н. А. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. - 192 с.
32. Каленникова, Т. Г., Борисевич, А. Р. Экология и здоровье // Здоровы лад жыцця. - 1997. -№3.-С. 9-10
33. Качан, Л. Г. Проблемы педагогической валеологии и ее взаимосвязь с содержанием общего образования: автореф. дис. канд. пед. наук. - Кемерово, 1998. - 22 с.
34. Киколов, А. И. Обучение и здоровье: Метод. пособие для вузов [Текст] : методический материал / А.И. Киколов. - М. : Высшая школа, 1985. - 104 с. - Б. ц.

35. Коджаспирова, Г. М., Коджаспиров, А. Ю. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 176 с.
36. Колбанов В.В. Валеология: Основные понятия, термины и определения. - СПб.: ДЕАМ, 1998. 232с.
37. Колбанов, В. Валеология: Основные понятия, термины и определения. - СПб., 1998.- 250 с.
38. Колесов В.Д. Предупреждение вредных привычек у школьников. - М.: Педагогика, 1982. 176с.
39. Кондратьева, А. Д., Петров, В. П., Федотова, В. А. и др. Словарь-справочник социального педагога-валеолога _ Под ред. А. Д. Кондратьевой. - Нижний Новгород: Нижегород. гос. архит. - строит, акад., 1996. - 122 с.
40. Коршунова Н. 5 слагаемых здорового образа жизни. //Здоровье 2000 №2. с. 5-8.
41. Костюкович, Е. Э. Осознанное отношение к своему здоровью - результат воспитания // Здоровы лад жыцця. - 2000. - № 1. -С. 46 - 49
42. Куинджи Н.Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: Методическое пособие. - М.: Аспект Пресс, 2000. 139с.
43. Куинджи, Н. Н. Валеология: пути формирования здоровья школьников: Метод. Пособие. М., 2001. - 120 с.
44. Лебедева Н.Т. Формирование здорового стиля жизни школьника. - Минск: Народная асвета, 1996. 144с.
45. Лесгафт, П. Ф. Изб. пед. соч: В 2 Т. М, 1951. Т 1.
46. Лисицин, Ю. П. Образ жизни и здоровья населения. М., 1993.- 300 с.
47. Лихачёв, Б. Т. Философия воспитания: Спец. курс: Учеб. пособие. М., 1995. - 376 с.
48. Лоранский Д., Лукьянов В. Азбука здоровья. М.: Профиздат 1990г. 176с
49. Маджуга А., З. Арысланова // Вестник высшей школы. - 2005. №2.- С. 59 - 60.
50. Маджуга, А. Здоровьесберегающие образовательные технологии и формирование валеологической культуры личности /
51. Мансурова, С. Е. Социокультурные аспекты проблемы здоровья // Биология в школе. - 2002. - № 2. - С. 5 - 11.
52. Мархоцкий Я. Л. Валеология: учебное пособие/ Я. Л. Мархоцкий – Мн.:Высшая школа, 2006. – 286
53. Медвецкая Н. Валеологический мониторинг состояния здоровья школьников// Здоровы лад жыцця – 2008 - №5 – с. 12-15
54. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии. – М., Издательский центр «Академия»
55. Назаров И.Т. Культура воли, система воспитания здоровой личности. – Ленинград, 1928.
56. Науменко, Ю. В. Концепция здоровьесформирующего образования // Инновации в образовании. 2004. №2. - С. 90 -103.

57. **Общеобразовательная школа в условиях реформирования: состояние и перспективы. Материалы международной научно-практической конференции, 13-14 ноября 2002г. / У О «ВГУ им. П. М. Машерова»; Ред. колл.: Ракова Н. А. (отв. ред.), Тетерина В. В., Загорулько Р. В. и др. - Витебск: Изд-во ВГУ им. П. М. Машерова, 2002. - 300 с.**
58. **Орлова, Г. П. Белорусская народная педагогика. - Мн., 1993.**
59. **Основы валеологии и школьной гигиены: Учеб. пособие / М. П. Дорошкевич, М. А. Нашкевич, Д. М. Муравьёва, В. Ф. Черник. - Мн.: Выш. шк., 2003. - 238 с.**
60. **Пархоменко, И. В. Формирование здорового образа жизни в новых социально-экономических условиях // Общеобразовательная школа в условиях реформирования: состояние и перспективы. Материалы международной научно-практической конференции, 13-14 ноября 2002г. / У О «ВГУ им. П. М. Машерова»; Ред. колл.: Ракова Н. А. (отв. ред.), Тетерина В. В., Загорулько Р. В. и др. - Витебск: Изд-во ВГУ им. П. М. Машерова, 2002. - С. 152 - 153**
61. **Петухов С.И. Педагогические аспекты валеологического образования // Образование. Личность. Здоровье / Под. ред. М.Н.Лазутовой, Э.М.Казина. - Кемерово: ОблИУУ, 1996. - С.154-157.**
62. **Подчалимова Г. Валеологизация учебного процесса // Школа.-1996.- №4.-с.52**
63. **Полетаева, Н. М. Валеологическое воспитание школьников. Спб.,2000.- 180с.**
64. **Пономарёва Е. И. Формирование валеологической культуры: постановка проблемы // Народная асвета. - 2005. - № 7. - С. 7 -9**
65. **Попов С. В. Валеология в школе и дома (О физическом благополучии школьников). - СПб.: СОЮЗ, 1997. - 256 с.**
66. **Попова Н.М. Программа непрерывного валеологического образования и воспитания подростков // Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления детей: Тез. докл. V Междунар. науч.-практ. конф. - Ижевск: Изд-во Удм. ун-та, 1996. - С.306-307.**
67. **Психофизиологические основы эффективной организации учебного процесса. Курс лекций. <http://zdd.1september.ru>**
68. **Рубинштейн С.Я. О воспитании привычек у детей. Учебное пособие для студентов. - М.: Институт практической психологии, 1996. 41с.**
69. **Савенок М. Организация комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья школьников и педагогов // Здоровы лад жыцця – 2008 - №8 – с. 27-37**
70. **Савицкая, Э. И. Закономерности формирования «модели культурного человека» \\ Вопросы философии - 1990. - №5.**
71. **Симонова Г.Н. Здоровьесберегающая педагогика и технологии ее реализации // Здоровы лад жыцця. – 2007 - №11 – с. 23-26**
72. **Симонова, С. Без здоровых детей у страны нет будущего // Народное образование. - 1999.- № 6.- С. 159 - 167.**

73. Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: Учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений. 2-е издание, стереотип. - М.: Издательский центр «Академия». 2000. 208с.
74. Соковня-Семенова, И. И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. - 2-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2000.
75. Соколов, Э. В. Культурология: Очерки теорий культуры. М., 1994.
76. Тазердинова Т.А., Андреева Т.И., Гончаров А.Т. Проблемы формирования здорового образа жизни//Казанский медицинский журнал. 1989. №2. с. 146 - 148.
77. Татарникова, Л. Г. Валеология в педагогическом пространстве: монография-эссе. - С.-Пб., 1999.
78. Торохова Е.И. Валеология: Словарь. - М.: Флинта: Наука. 1999. 248с.
79. Фарбер, Д. А., Корниенко, И. А., Сонькин, В. Д. Физиология школьника. М., 1990. - 279 с.
80. Фарино Н.Ф. Стратегия формирования здоровья школьников: комплексный подход.// Здаровы лад жыщя. – 2007-№4 – с.3-7
81. Фундаментальные и прикладные аспекты создания государственного стандарта учебных программ по валеологии / Под ред. Э. М. Казина, Э. М. Невзорова, Н. А. Литвиновой. -Кемерово, 1998.- 127 с.
82. Харламов, И. Ф. Педагогика: Учебник. - 5-е изд., перераб. и доп. - Мн.: Ушверсггэцкае, 1998. - 560 с.
83. Черноусова, О. Р., Юрцевич Г. И. Формирование адаптивной образовательной среды // Здаровы лад жыщя. - 2003. - № 5. -С. 54 - 62
84. Чумаков Б.Н. Валеология. Избранные лекции. - М.: Российское педагогическое агентство, 1997. 245с.
85. Чумаков, Б. Н. Валеология: Избранные лекции. - М., Российское педагогическое агентство, 1997. - 245.
86. Щедрина, А. Г. Онтогенез и теория здоровья. - Новосибирск: Наука, 1989.