Головне управління освіти і науки
Харківської обласної державної адміністрації

Ю. Б. Мельник

"Культура здоров'я"

Авторська програма
факультативу для учнів 1-4 класів

Харків
ЕДЕНА
2002

Головне управління освіти і науки
Харківської обласної державної адміністрації

Ю.Б. Мельник

“Культура здоров’я”

Авторська програма
факультативу для учнів 1 – 4 класів.

Затверджено
наказом Головного управління освіти і науки Харківської обласної державної адміністрації.
Протокол № 293 від 17.09.2002 р.

Схвалено
методичною радою ХОНМІБО
Протокол № 2 від 12.09.2002 р.,
кафедрою соціальної педагогіки
ХДПУ ім. Г.С. Сковороди
Протокол № 1 від 03.09.2002 р.

Харків
“ЕДЕНА”
2002

ББК 74.20 + 60.56 р

***Укладач*:**

Мельник Ю.Б. – педагог-психолог, зав. кафедри психології та здорового способу життя НВК № 12 м. Харкова.

***Рецензенти*:**

Дмитренко Т.О. – доктор пед. наук, професор, зав. кафедри соціальної педагогіки Харківського державного педагогічного університету ім. Г.С. Сковороди.

Сичова Н.М. – вчитель початкового навчання, старший вчитель, зав. кафедри початкового навчання і розвитку НВК №12 м. Харкова.

Мельник Ю.Б.

Культура здоров'я. Авторська програма факультативу для учнів 1- 4 класів. – Х.: ТОВ "ЕДЕНА", 2002. – 52 с.

Видано за рахунок автора.

© Мельник Ю.Б., 2002
© ТОВ "ЕДЕНА", оформлення, 2002

ЗМІСТ

РОЗДІЛ І Теоретичні основи організації та проведення факультативного курсу “Культура здоров’я” для учнів 1– 4 класів 4
1.1. Пояснювальна записка 4
1.2. Умовна сітка розподілу навчальних годин за розділами програми 10

РОЗДІЛ ІІ Зміст навчальної програми факультативного курсу “Культура здоров’я” для учнів 1– 4 класів 11
2.1. Зміст навчальної програми для учнів першого класу 11
2.1.1. Вимоги до знань та умінь учнів першого класу 14
2.1.2. Список літератури до програми першого класу 15
2.2. Зміст навчальної програми для учнів другого класу 18
2.2.1. Вимоги до знань та умінь учнів другого класу 21
2.2.2. Список літератури до програми другого класу 22
2.3. Зміст навчальної програми для учнів третього класу 25
2.3.1. Вимоги до знань та умінь учнів третього класу 28
2.3.2. Список літератури до програми третього класу 30
2.4. Зміст навчальної програми для учнів четвертого класу 32
2.4.1. Вимоги до знань та умінь учнів четвертого класу 35
2.4.2. Список літератури до програми четвертого класу 36

РОЗДІЛ ІІІ Орієнтовний календарно-тематичний план факультативного курсу “Культура здоров’я” для учнів 1– 4 класів 39
3.1. Орієнтовний календарно-тематичний план першого класу 39
3.2. Орієнтовний календарно-тематичний план другого класу 42
3.3. Орієнтовний календарно-тематичний план третього класу 45
3.4. Орієнтовний календарно-тематичний план четвертого класу 48

РОЗДІЛ І Теоретичні основи організації та проведення факультативного курсу “Культура здоров’я” для учнів 1– 4 класів.

1.1. Пояснювальна записка.

Культура здоров'я – сукупність знань філософського, педагогічного, психологічного, медичного спрямування, що збагачує соціальне, духовне, психічне, фізичне життя індивіда, формує особисте ставлення до здоров'я та життєдіяльності, допомагає людині осмислювати парадигми буття. Адже тільки пізнаючи основні грані свого буття, людина спроможна стати творцем не тільки свого здоров’я, а й здоров'я рідних та близьких, будівничим нової України.

Доцільність включення культури здоров'я до блоку базових інтегративних курсів, як базового предмету шкільного компонента загальноосвітньої школи, зумовлюється значенням цього курсу у пізнанні природи людини, взаємодії людини з довкіллям і суспільством, ознайомленні зі здобутками науки та мистецтва, що сприятиме формуванню школяра як культурної, здорової, активної особистості школяра, як цілісної системи, здатної до саморозвитку та самовдосконалення.

Культуру здоров'я, як предмет що займається вивченням інтегрованого здоров'я, необхідно прирахувати до фундаментально-світоглядних наук, таких як філософія, антропологія, культурологія тощо, оскільки культура здоров'я є складовою частиною загальної культури сучасного суспільства.

В структуру попередньої системи освіти культура здоров’я як предмет чи інтегративний курс взагалі не входила. Тому основна конструктивна ідея, мета, завдання, зміст пропонованих знань цієї програми у своїй сукупності є характеристикою її ***новизни.***

Факультативний курс “Культура здоров’я” є ***інтегрованою програмою***, яка являє собою систему наукових і емпіричних знань, умінь та практичних навичок, необхідних для формування культури здоров’я, виховання валеологічного світогляду і поведінки, стійких мотивацій щодо здорового способу життя й безпечної життєдіяльності, як важливої умови й потужного механізму формування, збереження і зміцнення фізичного, психічного, духовного, соціального здоров’я школярів.

Знання з курсу культура здоров’я дозволяють учням формувати в собі свідоме й дбайливе ставлення до здоров'я, як найвищої людської цінності, як умови реалізації духовного, творчого й фізичного потенціалу особистості, як ефективного методу попередження інфекційних, соматичних, психічних захворювань. Також набути навички безпечної життєдіяльності з метою попередження дитячого травматизму, нещасних випадків та вміння першої само і взаємодопомоги в екстремальних умовах.

Інтегративний курс культура здоров'я дає можливість формувати цілісну наукову картину світу. Зокрема, надаються знання про здоров'я людини,

умови та способи його формування, збереження, зміцнення та передачі наступним поколінням, із врахуванням природних, соціальних, національних, індивідуальних особливостей, про здобутки вітчизняної й зарубіжної науки та культури.

Оволодіння знаннями з курсу культура здоров'я в системі загальноосвітніх шкіл дає можливість кожному суб'єкту всіх її ланок усвідомити свою роль у справі формування, збереження, зміцнення особистого здоров'я для передачі його своїм нащадкам, сформувати дбайливе ставлення до природного і соціального довголіття. Отже, вивчення курсу культура здоров'я, як базового інтегративного курсу робить важливий внесок у національну освіту.

Запропоновану програму факультативного курсу “Культура здоров’я” складено для учнів молодшого шкільного віку загальноосвітніх шкіл України, яка ***базується на***: Законі України “Про освіту” (1991); Державній національній програмі “Діти України” (1996); Державній національній програмі “Фізичне виховання – здоров'я нації”; Наказі Міністерства освіти України та Міністерства охорони здоров'я України від 17.01.1997р. № 15/11 “Про Міжгалузеву координаційну раду по валеологічному вихованню й освіті”; Наказі Міністерства освіти і науки України та Академії педагогічних наук України від 15.08.2001р. № 529/33 “Про забезпечення розвитку психологічної служби в системі освіти України”; Національній доктрині розвитку освіти від 17.04.2002р. та інших нормативних документах й програмах для загальноосвітніх навчальних закладів.

Загальний обсяг програми 132 години. Курс передбачає заняття тривалістю одну академічну годину, які проводяться один раз на тиждень, протягом навчального року, що складає 33 години на кожний навчальний рік, що надає можливість досягти поступовості, системності, логічної послідовності подання навчального матеріалу, і побудовано з урахуванням принципу наскрізних ліній.

Основною метою курсу “Культура здоров'я” є формування культури здоров'я учнів початкових класів.

Під час вивчення курсу “Культура здоров'я” реалізуються такі цілі:

1. Навчальні цілі полягають у вивченні учнями програмного матеріалу відповідно до розділів програми: філософсько-методологічні та культурологічні аспекти здоров’я; фізичне здоров’я; психічне здоров’я; духовне здоров’я; природні умови здоров’я; соціальні умови здоров’я; етнічна культура здоров’я; основи безпеки життєдіяльності та медичних знань; оздоровчі методи та системи.

2. Розвивальні цілі полягають у розвитку в учнів основних фізичних, психічних, духовних, соціальних якостей і здібностей, зважаючи на їх інтереси, індивідуальні особливості, можливості; в отриманні основ знань про власне здоров'я, здоровий спосіб життя та культуру здоров'я, як важливого компоненту загальнолюдської культури; умінь і навичок використання цих знань у практиці.

3. Оздоровчі цілі полягають у свідомому залученні кожного учня до процесу збереження та зміцнення свого здоров'я, формуванні умінь і навичок використання фізичних та психічних вправ для зняття втоми і психічної напруги, підвищенні навчальної працездатності, запобіганні порушення постави і зору, зміцненні м'язів склепінь ступнів тощо.

4. Пізнавальні цілі полягають у розвиненні в учнів світогляду, елементарних уявлень про культуру, здоров'я, здоровий спосіб життя, фізичну культуру, спорт, гігієну, медицину, природу; в ознайомленні з українською соціальною та етнічною культурою, традиціями щодо здоров'я, визначними вченими, діячами культури та мистецтва, спорту.

5. Виховні цілі полягають у вихованні в учнів інтересу та дбайливого ставлення до природи, надбань науки, культури, здоров'я як власного так і оточуючих; придбанні звички доглядати за станом свого здоров'я, до занять фізичними і психічними вправами; формуванні стійких мотиваційних установок щодо здоров'я та здорового способу життя; формуванні індивідуальної установи на необхідність розвивати свої фізичні, психічні, духовні, соціальні здібності; вихованні етичних, моральних, психологічних якостей особистості.

***Викладання даного курсу забезпечить реалізацію таких завдань*:**

- формування культури здоров'я учнів початкових класів;
- ознайомлення учнів з основними принципами та закономірностями життєдіяльності людини;
- набуття елементарних знань у галузі філософії, психології, медицини, анатомії та фізіології людини, гігієни, здорового способу життя, фізичної культури, екології, соціальних та етнічних традицій щодо здоров'я;
- розвиток в учнів основних фізичних, психічних, духовних, соціальних якостей і здібностей;
- створення в учнів сталих мотиваційних установок на здоровий спосіб життя, як провідної умови та ефективного механізму формування, збереження і зміцнення здоров'я;
- виховання в учнів інтересу й звички до занять фізичними, психічними вправами та дбайливого ставлення до здоров'я, як найвищої соціальної цінності особистості;
- усвідомлення що людина є частиною природи і що стан її здоров'я формується й залежить від природних факторів та встановлення гармонійних взаємин із природою, суспільством;
- свідоме оволодіння учнями знаннями, вміннями і навичками культури здоров'я та активне й творче їх застосування, з метою формування, збереження та зміцнення індивідуального здоров'я;
- виховання етичних, моральних, психологічних якостей особистості.

Концептуальні положення, що покладено в основу програми курсу "Культура здоров'я":

- гуманізація освіти;
- інтегративність освіти;

- динамічність освіти;
- превентивність освіти;
- науковість та доступність освіти;
- цілеспрямованість та наступність;
- наочність в навчанні;
- проблемний підхід у навчанні;
- систематичність навчання і зв’язок теорії з практикою;
- системність та наскрізність у розгляді проблем людини та її здоров'я;
- свідомість та активність учнів у навчанні;
- формування мотиваційного, інформаційно – пізнавального та ціннісно-естетичного напряму активності учнів;
- особиста орієнтація і повноцінна позитивна реалізація природних потенціалів та індивідуальних можливостей особистості;
- розвиток творчих здібностей дитини;
- співпраця й співтворчість між учителем та учнем, учнем та учнем, учнем та батьками, батьками та вчителем;
- виховання в процесі навчання;
- позитивний емоційний фон навчання;
- усвідомленість ієрархії духовного, психічного, фізичного здоров'я.

Курс “Культура здоров'я” орієнтує вчителя не на традиційний урок, а на можливості використання нестандартних уроків і творчого підходу, які сприяють підвищенню пізнавальної активності учнів до навчальної діяльності та формуванню в них мотиваційної сфери, що є необхідною умовою для успіху в навчанні.

Беручи це до уваги, педагогам необхідно прагнути опановувати й упроваджувати передовий педагогічний досвід, інноваційні технології, різні форми організації та методики навчання з урахуванням індивідуальних, вікових, анатомо-фізіологічних і психологічних особливостей дітей.

Для поглибленого засвоєння навчального матеріалу заняття розподілені на теоретичні, практичні, комбіновані, й базуються на наочно-діяльному та наочно-образному мисленні, що ґрунтуються на вікових психологічних особливостях дітей молодшого шкільного віку.

Теоретичні заняття мають такі етапи:

- організаційно-психологічна підготовка учнів до заняття;
- повідомлення теми, мети і завдань заняття;
- перевірка виконання домашнього завдання;
- підготовка до засвоєння нового матеріалу (актуаліз. опорних знань);
- мотивація пізнавальної діяльності учнів;
- організація сприйняття та осмислення нової інформації;
- закріплення, узагальнення;
- оздоровчо-рухова частина (фізкультхвилинка);
- контроль та самоконтроль;
- підведення підсумків та оцінка роботи класу;
- домашнє завдання з інструктажем до його виконання.

Практичні заняття мають такі етапи:

- підготовча частина;
- основна частина;
- заключна частина.

Комбіновані заняття, що у практичній частині мають тести, моніторинг, психотехніки, повинні проводитись практичним психологом чи за його допомогою.

Курс культура здоров'я є інтегрованою системою знань, які він виокремлює з таких наук та систем знань, як культурологія, філософія, соціологія, валеологія, біологія, анатомія та фізіологія людини, екологія, фахова та народна медицина, історія, українознавство тощо.

Даний курс здійснюється через інтеграційні ***взаємозв'язки з іншими навчальними предметами*** та з низкою освітніх інтегральних курсів таких як: "Валеологія", "Основи здоров'я і фізична культура", "ОБЖД", "Природознавство", "Світ людини", "Життєзнавство", "Українознавство", "Мова", "Література", "Дисципліни художньо-естетичного циклу", "Візуальне мистецтво", "Музика та рух", "Математика та інформатика".

Заняття за курсом "Культура здоров'я" повинні проводитися у координації з роботою практичного психолога, заняттями фізичною культурою та валеологією, що буде сприяти формуванню в учнів мотивації до психофізичного вдосконалення, практичної реалізації набутих знань й умінь зі здорового способу життя, психогігієни тощо.

Проведення занять у тісній інтеграції з уроками фізичної культури допоможе вирішити питання по фізичному вдосконаленню учнів, оволодінню навичками рухової активності та загартування, практично їх застосовувати. Рухливі та народні ігри є важливою частинною програмного матеріалу.

Зміст занять бажано наповнювати казковими сюжетами, ігровими персонажами. Впровадження гри на занятті сприятиме формуванню інтересу до навчання, підвищить навчальну мотивацію та пізнавальну активність учнів, саме це дозволить враховувати специфіку діяльності учнів перших класів при адаптації до шкільного навчання.

Особливість викладання навчального матеріалу для учнів початкових класів полягає у тому, що вербальна інформація має доповнюватися великою кількістю навчально-дидактичного матеріалу, бути цікавою і доступною дітям, супроводжуватися позитивними емоціями, використанням ігрових елементів, фольклору, що дає широке поле для ***творчості вчителя та учнів.***

Важливим аспектом організаційно-методичного проведення занять з курсу "Культура здоров'я" є вироблення інструктивних навичок і вмінь самостійних занять фізичними та психічними вправами, розвиток пізнавальних інтересів завдяки проблемному підходу в навчанні, а також залученню до процесу навчання емоційної сфери, на основі найраціональніших методів організації навчання школярів і здійснення міжпредметних зв'язків.

При плануванні занять вчитель зобов'язаний зважати на вимоги до знань, умінь та навичок учнів, які надано у програмі.

Програма надає учневі теоретичні основи та практичні навички формування, збереження й зміцнення індивідуального здоров'я, узагальнює, систематизує та доповнює знання не тільки валеологічного спрямування, а й здобуті в інших освітніх галузях, що забезпечує всебічний розвиток особистості школяра.

Використання нових інформаційних технологій у навчанні дозволить здійснити збір, переробку, збереження необхідної інформації щодо стану здоров'я учнів та стосовно організації навчально-виховного процесу, а також проводити моніторинги, тестування за допомогою існуючих комп'ютерних програм. Навчання за допомогою технічних засобів оснащення, комп’ютерного забезпечення, відео та аудіообладнання, використання інформаційно-ілюстративного методу, сприятиме активізації пізнавальної діяльності, розвитку мотиваційної та емоційно-вольової сфери, підвищенню рівня знань з культури здоров'я.

Критеріями сформованості знань, умінь, навичок, досвіду творчої діяльності, емоційно-ціннісного ставлення до навколишньої дійсності оцінюється рівень компетенції учня, що виражається за 12-бальною шкалою, в основу якої покладено чотири рівня навчальних досягнень учнів (початковий, середній, достатній, високий). Оцінювання сформованості компетенції учня можливо також проводити за допомогою спеціально розроблених тестів з курсу “Культура здоров'я”. Тестові питання мають чотири варіанта відповідей. Результати тесту оцінюються у процентному співвідношенні відповідно до вище вказаних рівнів навчальних досягнень учнів.

“Культура здоров'я” 1 – 4 класу є пропедевтичним курсом для вивчення в наступних класах предметів “Фізична культура і здоров'я“ (5-9 класи), “Фізична культура“ (9-12 класи), природничого циклу, художньо-естетичних дисциплін.

Під час оцінювання навчальних досягнень учнів з курсу “Культура здоров'я” необхідно враховувати, як знання природничо-наукових понять, законів, закономірностей, так й специфіку художньо-естетичних дисциплін і фізичної культури, спільних для всіх вище названих предметів. Враховуються уявлення учнів про елементарні фізичні, хімічні, психічні, духовні, соціальні явища, їх прояв у природі та суспільстві. Також оцінюється сформованість комплексу практичних умінь, до якого входять: проведення спостережень, найпростіших дослідів, вимірювань; користування найпростішими медичними приладами; робота з підручником, зошитом, “Щоденником здоров'я”. Виконання практичних робіт є обов’язковою умовою при атестації учнів.

Критеріями у виставленні оцінки за виконання рухової дії є комплексне оцінювання знань техніки виконання (за сприятливих для учня умов), рівень

компетентності визначається за структурою техніки виконання, а остаточне оцінювання в балах здійснюється за показниками теоретичних знань.

Оцінка на заняттях курсу “Культура здоров’я” повинна визначати дійсний рівень знань, умінь (рухових) і навичок учнів відповідно до вимог навчальної програми. Обов’язковим є тематичне оцінювання та підсумкове.

Результатом процесу навчання учнів за даною програмою буде формування культури здоров'я особистості школяра, цілеспрямоване, поступове і послідовне наближення до більш високої ступені розвитку його якостей, здібностей, властивостей та можливостей.

Ефективність процесу формування культури здоров'я школярів та результативність роботи буде вище, коли цей процес здійснюватиметься при спільній роботі структурних підрозділів школи, таких як: психологічна служба, медична служба, МО вчителів, батьківські комітети, учнівські ради тощо. Вирішення цього завдання можливо за умови узгодженої співпраці адміністрації школи, педагогів, вихователів, учнів, батьків, психологів, соціальних працівників.

До навчальної програми курсу “Культура здоров’я” розроблені методичні рекомендації, які надані у навчально – методичному посібнику “Організація здорового способу життя в школі та формування культури здоров’я учнів початкових класів”, автори Мельник Ю.Б., Свячена С.М. (- Х.: ХДПУ, 2002. – 94 с.).

1.2. Умовна сітка розподілу навчальних годин за розділами програми.

№ з/п	Найменування розділів	1 клас	2 клас	3 клас	4 клас
1.	Філософсько-методологічні та культурологічні аспекти здоров’я.	3	3	3	3
2.	Фізичне здоров’я.	6	6	6	6
3.	Психічне здоров’я.	3	3	3	3
4.	Духовне здоров’я.	3	3	3	3
5.	Природні умови здоров’я.	3	3	3	3
6.	Соціальні умови здоров’я.	3	3	3	3
7.	Етнічна культура здоров’я.	3	3	3	3
8.	Основи безпеки життєдіяльності та медичних знань.	3	3	3	3
9.	Оздоровчі методи та системи.	5	5	5	5
	Залікове заняття.	1	1	1	
	Усього годин: теоретичних занять практичних занять комбінованих занять	33 7 8 17	33 7 8 17	33 8 7 17	33 8 7 17

27-й урок, 1 година. Комбінований.

Теоретична частина. **Тема:** Поняття про ліки та їх необхідність. Правильне вживання ліків та профілактика отруєнь ними. Фітопрофілактика.

Практична частина. Приготування відвару з трав.

Розділ 9. Оздоровчі методи та системи (5 годин).

28-й урок, 1 година. Практичний.

Тема: Значення фізичної культури й спорту для здоров’я. Рухливі ігри на свіжому повітрі “Бігуни – скакуни”, “Спуск шеренгами”.

29-й урок, 1 година. Практичний.

Тема: Біоенергетична гімнастика. Комплекс вправ із біоенергетичної гімнастики. Рухливі ігри “Провести м’яч по прямій”, “Влучно в ціль”.

30-й урок, 1 година. Практичний.

Тема: Вправи з ритмопластики. Рухливі ігри під музичний супровід “На прогулянку”, “Потяг”.

31-й урок, 1 година. Практичний.

Тема: Поєднання фізичних вправ із диханням. Дихальна гімнастика. Рухливі ігри на свіжому повітрі “Горобчики-стрибунчики”, “У річку гоп”.

32-й урок, 1 година. Заліковий.

Контрольна перевірка засвоєних знань із курсу "Культура здоров’я" у четвертому класі.

33-й урок, 1 година. Практичний.

Змагання "Козацькі забави". Проходження смуги перешкод.

2.4.1. Вимоги до знань та умінь учнів четвертого класу.

Учні повинні знати:

- значення культури здоров’я;
- про своєрідність людини як складної біосоціальної системи;
- про сенс життя і його цінність, про життя й смерть;
- про вплив рухової активності на розвиток кістково-м’язового апарату;
- комплекс вправ ранкової гімнастики (9 – 10 вправ);
- назву та функції основних систем організму людини;
- розташування та основні функції органів травлення та виділення;
- будову й функції дихальної системи;
- будову й функції нервової та серцево-судинної систем;
- характерні особливості статі людини;
- основні характеристики індивіда та особистості, їхні суспільні та відмінні риси;
- основні відомості про фізичний, психічний та духовний розвиток;
- засоби самовиховання та самовдосконалення;
- свій темперамент і особливості характеру;
- чинники здоров’я (сонце, повітря, вода, ґрунт), їх вплив на організм людини;
- різноманітні релігійні свята, обряди, рухливі національні ігри, їхнє значення для здоров’я та організації дозвілля;

- складові духовної культури, які впливають на здоров'я;
- про вплив природних факторів регіону на здоров'я;
- поняття екологія;
- назви і функції лікувально-профілактичних закладів;
- приклади піклування суспільства про здоров'я;
- про зв'язок виробництва матеріальних благ із здоров'ям людини;
- етнічні особливості здоров'я українського народу та інших етносів, що живуть в Україні;
- основні помилки в харчуванні: переїдання, надлишкове вживання солі, цукру та жиру, незбалансованість їжі;
- правила раціонального харчування;
- правила користування лікарськими препаратами, рослинами, принципи профілактики отруєнь ними;
- правила першої допомоги при травмах, опіках, отруєннях, обмороженнях;
- про значення фізичної культури й спорту для здоров'я;
- комплекс вправ біоенергетичної гімнастики;
- вправи ритмопластики;
- вправи дихальної гімнастики.

Учні повинні уміти:

- виконувати комплекс ранкової гімнастики (9 – 10 вправ);
- виконувати вправи по напруженню й розслабленню м язів;
- здійснювати гігієнічний догляд за статевими органами;
- доглядати за класною кімнатою та провітрювати приміщення;
- виконувати звукову дихальну гімнастику;
- знаходити та вимірювати ЧСС до і після фізичного навантаження;
- виконувати комплекс вправ для профілактики плоскостопості (6 вправ);
- грати в рухливі національні ігри (5 – 6 ігор);
- визначити свій темперамент;
- приготувати салат з овочів самостійно;
- надавати першу допомогу при травмах, синцях, по дряпаннях;
- дотримуватись особистої гігієни, правил загартовування, рухової активності, раціонального харчування, правил праці та відпочинку;
- виконувати комплекс вправ по формуванню правильної постави;
- виконувати вправи біоенергетичної гімнастики, дихальної гімнастики, ритмопластики;
- заносити дані про індивідуальний розвиток у "Щоденник здоров'я".

2.4.2. Список літератури до програми четвертого класу.

1. Антон Алатон. Валеологія: Підручн. для початк. шк. – 2-е видання / Худож. О. Півторак – К.: Алатон, 1997. – 208 с.

2. Апанасенко Г.Л., Попова Л.О. Медична валеологія (вибрані лекції). – К.: Здоров'я, 1998. – 248 с., іл.

3. Барзилович Е.Ю. Популярная энциклопедия здорового образа жизни; [В 3кн.]. – М.: Изд-во МЭИ. 1994.

4. Борисенко А.Ф., Цвек С.Ф. Руховий режим учнів початкових класів: Навч. – метод. посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – К.: Рад. шк., 1989. – 190 с.

5. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.

6. Валеология. Справочник школьника. / Сост. С.Н. Заготова. – Донецк.: ПКФ «БАО», 1999. – 448 с.

7. Виленский М.Я., Юровский С.Ю., Калугина Г.Е. Гармония здоровья. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 80 с.

8. Газман О.С., Харитонова Н.Е. В школу с игрой: Кн.. для учителя. – М.: Просвещение, 1991. – 96 с.: ил.

9. Дубровский А.А. Открытое письмо врача учителю: Здоровье детей – будущее народа. – М.: Просвещение, 1988. – 31 с.

10. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни.: [Учеб. для педагог. вузов и ин-тов физ. культ. / Авт. предисл. В.Н. Машков]. – М.: ООО «Retorika – A»: ООО «Флинта», 1999. – 559 с.

11. Здоровый образ жизни – залог здоровья:[Сборник], Под ред. Ф.Г. Мурзакаева. – Уфа: Башк. кн. изд-во, 1987. – 277 с.

12. Здоровый образ жизни: Социально – философские и медико – биологические проблемы: [Сб.ст.] / АНССР Молдова. Отд. философии и права, Н.–И. социал. – оздоровит. центр «Вита – академия»; Ред. – Кишинев: Штиинца, 1991. – 184 с.

13.Казначеєв В.П.Очерки теории и практики экологии человека.-М.,1993

14.Книга о здоровье: [Сборник] / Под ред. Ю.П. Лисицина. – М.: Медицина, 1988. – 509 с.

15.Колбанов В.В. Валеология: Основные поняття, термины и определения. – СПб.: Деан, 2000. – 256 с.

16. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Програмы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М.: Генезис, 1999.

17. Куинджи Н.Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников.: [Метод. пособ. для пед. – валеол., шк. психологов и мед. работников]. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 138 с.

18. Лисицын Ю.П., Полунина Н.В. Здоровый образ жизни ребенка. – М.: Об-во «Знание» РСФСР, 1993.

19. Лисицын Ю.П. Образ жизни и здоровье населения.- М.: Знание, 1982. – 40 с.

20. Лисицын Ю.П., Сахно А.В. Здоровье человека – социальная ценность. – М.: Мысль, 1988. – 270 с.

21. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: [Учебн. пособие для пед. вузов по спец. 033300 – безопасность жизнедеят-ти]. – М.: Academia, 2001. – 319 с.

22. Матрос Л.Г. Социальные аспекты проблемы здоровья.-Новосибирск: ВО «Наука». Сибирская издательская фирма, 1992. – 159 с.

23. Мельник Ю.Б. Формування культури здоров'я як необхідної умови гармонійного розвитку школярів. / Ю.Б. Мельник // Вісник Харківської державної академії культури: Зб. наук. праць. Вип.7 / Харк. держ. акад. культури; Відп. ред. Н.М. Кушнаренко, проф., д-р. пед. наук. – Х.: ХДАК, 2001. – С.139-147

24. Мельник Ю.Б., Свячена С.М. Організація здорового способу життя в школі та формування культури здоров'я учнів початкових класів. Навчально – методичний посібник для керівників навчальних закладів, учителів, вихователів, практичних психологів, соціальних працівників.-Х.:ХДПУ,2002.

25. Михайлова З.А. Игровые и занимательные задачи для школьников. – М.

26. Муравов И.В. Оздоровительные эффекты физической культуры и спорта. – Киев: Здоровья, 1989. – 272 с.

27. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. проф. Л.Б. Кофмана; Авт. – сост. Г.И. Погадаев; Предисл. В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.

28. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 480 с.

29. Педагогика здоровья. – М.: Педагогика – Пресс, 1992. – 288 с.: ил.

30. Петренко И.И. Как подружить школьника с физкультурой. – К.: Об-во «Знание» УССР, 1987. – 48 с.

31. Приказки та офоризми про здоров я, хвороби, життя і алкоголь. / Упоряд. та вступ. слово Б.І. Рудик. – 2-е вид., – Тернопіль: Укрмедкнига, 1999. – 80 с.

32. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999.

33. Сергета І.В., Бардов В.Г. Організація вільного часу та здоров'я школярів. – Вінниця: РВВВАТ "Віноблдрукарня", 1997. – 292 с.

34. Скумин В.А., Бобина Л.А. Пропедевтика культури здоровья. – Новочебоксарск: "Терос" – 1994. – 192 с.

35. Скумин В.А. Культура Здоровья – фундаментальная наука о человеке. – Новочебоксарск:, "Терос" – 1995. – 132 с. с ил.

36. Торохова Е.И. Валеология: Словарь. – М.:Флинта: Наука, 1999. – 248 с.

37. Хрипкова А.Г. Антропова М.В. Фабер Д.А. Возрастная физиология и школьная гигиена. – М.,1990.

38. Цвек С.В. Фізичне виховання молодших школярів. – К.: Рад. шк., 1986.

39. Шахненко В.І. Азбука здоров'я молодшого школяра: Посібник для вчителя 1- 4 кл. – К.: Центр " Магістр – І ", 1998. – 128 с.

40. Шахненко В.І. Теоретичні основи формування культури здоров'я молодших школярів. Ч. 1, 2. – К., 1995. – 180 с.

41. Шкільний курс "Валеологія": Зб. матеріалів. – К.: Освіта, 1994. – 94 с.

Мельник Ю.Б.

Навчальне видання

Укладач:

Мельник Юрій Борисович – зав. кафедри психології та здорового способу життя НВК № 12 м. Харкова, пошукувач кафедри соціальної педагогіки ХДПУ ім. Г.С.Сковороди.

Мельник Ю.Б.

Культура здоров'я. Авторська програма факультативу для учнів 1 – 4 класів. – Х.: ТОВ "ЕДЕНА", 2002. – 52 с.

Відповідальний за випуск:

Дмитренко Т.О. – доктор пед. наук, професор, зав. кафедри соціальної педагогіки Харківського державного педагогічного університету ім. Г.С.Сковороди.

***Комп'ютерна верстка:* – Свячена С.М.**

Підписано до друку 06.06.2002р. Формат 60 х 90 $^{1}/_{16}$
Папір офсетний. Гарнітура Таймс. Друк офсетний. Ум. друк. арк. 3,25
Обл. вид. арк. 3,86. Зам. № 7/19. Тираж 300 прим.

Харківський державний педагогічний
університет ім. Г.С. Сковороди
Україна 61002 Харків, вул. Артема, 29

Видавництво: ТОВ «ЕДЕНА», Харків, пр-т Московський, 122
т. (0572) 26-38-54
Свідоцтво про державну реєстрацію № ДК 1030 від 09.09.2002 р.