

ЧЕРНІГІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Т.Г. ШЕВЧЕНКА

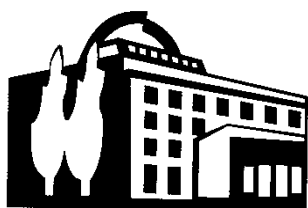
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ
ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ

БОЙКО Т. В.

СПЕЦКУРС

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ



Чернігів
2013

ЧЕРНІГІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Т.Г. ШЕВЧЕНКА

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ

Бойко Т. В.

СПЕЦКУРС

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДЛЯ СТУДЕНТІВ

НАПРЯМ ПІДГОТОВКИ - 010106 "СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА",
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ - 6.01010601 "СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА",
СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ - "СОЦІАЛЬНО-ПРАВОВИЙ ЗАХИСТ
ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ, СОЦІАЛЬНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ"

Чернігів
2013

УДК 613.9(076)
ББК Р120.40
Б 77

Рецензенти:

професор, кандидат педагогічних наук,
завідувач кафедри,
професор кафедри соціальної педагогіки
Л.М. Завацька;

доцент, кандидат психологічних наук,
доцент кафедри екологічної психології
та психічного здоров'я
І.І. Шлімакова

Бойко Т. В.

Б 77 Здоровий спосіб життя (спецкурс) : навчально-методичні рекомендації / Т. В. Бойко. – Чернігів : ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка, 2013. – 52 с.

ББК Р120.40
УДК 613.9(076)

Навчально-методичні рекомендації схвалено
на засіданні кафедри соціальної педагогіки
(протокол № 2 від 19 вересня 2013 року)

©Бойко Т. В., 2013

З М І С Т

ВСТУП	4
Опис навчальної дисципліни.....	7
Структура спецкурсу "Здоровий спосіб життя"	8
Програма спецкурсу	9
Практичні заняття.....	22
Самостійна робота	28
Індивідуальні завдання.....	28
Теми підсумкових проектів	29
Методи навчання.....	29
Методи контролю.....	29
Розподіл балів, які отримують студенти.....	30
Методичне забезпечення	31
Питання до заліку	32
Глосарій.....	34
Рекомендована література.....	35
Додатки	43



ВСТУП

Як відомо, здоров'я людини закладається в дитячому віці на основі генетичних факторів, способу життя та екологічних умов. Практично весь цей час дитина перебуває під безпосереднім впливом вихователя дитячого садка або вчителя в школі, які повинні не тільки виховувати і навчати дітей, а й дбати про їхнє здоров'я. Вихователі та вчителі повинні мати не лише професійну підготовку, а й знати психолого-фізіологічні основи здоров'я дітей. Актуальність теми формування здорового способу життя молоді в Україні обумовлена важливістю покращання здоров'я молоді, адже від цього значною мірою залежить формування трудового та інтелектуального потенціалу України. Одним із основних шляхів досягнення максимально можливого здоров'я молоді є формування здорового способу життя.

МЕТА ТА ЗАВДАННЯ СПЕЦКУРСУ

Мета: сформувати у студентів університетів та учнівської молоді відповідальне ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих, усвідомити життєву необхідність у здоровому способі життя; сформувати валеологічну культуру соціального педагога.

Завдання:

- ознайомити з поняттям "здорового способу життя";
- дати уявлення про різні типи здоров'я;
- ознайомити із загальними принципами здорового способу життя;
- ознайомити з нормативно-правовою базою щодо підтримки здорового способу життя;
- навчити підтримувати програми, спрямовані на створення та забезпечення діяльності спортивно-оздоровчих центрів учнівської молоді;
- сформувати навички здорового способу життя.

У результаті вивчення спецкурсу студент повинен *знати*:

- теоретичні підходи до розуміння проблеми здорового способу життя;
- нормативно-правові засади соціально-педагогічної роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів щодо запровадження здорового способу життя;
- причини та наслідки здорового способу життя;
- основи профілактичної роботи з підтримки здоров'я;

вміти:

- виявляти проблеми зі здоров'ям в учнів загальноосвітніх навчальних закладів;
- здійснювати індивідуальне консультування учнів, батьків та роботу в громаді щодо запровадження здорового способу життя;
- організувати профілактичну роботу із запобігання негативних явищ в учнівському середовищі;
- здійснювати пропагандистську діяльність, спрямовану на популяризацію здорового способу життя, запобігання тютюнопаління та вживання наркотиків;
- сприяти діяльності молодіжних і дитячих громадських організацій, їх спілок щодо формування здорового способу життя, залучення дітей, підлітків та молоді до занять фізичною культурою, спортом і туризмом;
- впроваджувати законодавчу заборону паління та вживання алкогольних виробів на вулицях та в громадських місцях.

Головне завдання загальноосвітнього навчального закладу – попередження негативних явищ серед учнівської молоді. Тому надзвичайно важливим напрямом сучасного навчально-виховного процесу є превентивне виховання. Питання превентивності є пріоритетним в системі психолого-педагогічних, медичних, правових напрямів роботи різних країн світу в рамках ЮНЕСКО. Це попередження такої ризикованої поведінки, як алкозалежність, наркозалежність, паління, захворювання на СНІД серед учнів середньої школи. Як свідчать результати наукових досліджень, стан здоров'я населення тільки на 10% обумовлюється медичною допомогою. Провідним же фактором, що визначає здоров'я індивіда, є його власне ставлення до свого здоров'я.

Здоровий спосіб життя – наука про здоров'я здорових, її мета – навчити людину з дитинства розумно ставитися до свого здоров'я, фізичної та психічної культури, гартувати свій організм, уміло організувати працю і відпочинок, раціонально харчуватися, відмовитися від вживання алкогольних напоїв, наркотичних речовин і паління. А це сприятиме збереженню і зміцненню здоров'я школяра, гармонійному розвитку його духовних сил і фізичних можливостей, щоб у майбутньому він став повноцінним громадянином суспільства.

У цьому спецкурсі автор розкриває поняття про здоров'я, критерії здоров'я, основні складові здорового способу життя, роль учителя у формуванні здорового способу життя; принципи і вимоги до раціонального харчування, особливості харчування школярів; механізм шкідливого впливу стресу на організм людини. Вивчені також проблема психоемоційного перенапруження, неврози у дітей та їхня профілактика, теоретичні основи методів психоемоційного розвантаження антропометричні дані та їхня оцінка; загартування організму; гіподинамія та її шкідливий вплив на здоров'я. Проаналізовано основні фактори зовнішнього середовища, які впливають на стан здоров'я; профілактичні заходи, що зменшують вплив негативних факторів зовнішнього середовища; медико-біологічні та психологічні причини алкоголізму, наркоманії та нікотинізму; вплив шкідливих звичок на дітей, підлітків та дорослих; методичні аспекти профілактики раннього виявлення шкідливих звичок у дітей. Зберегти здоров'я дітей, забезпечити оптимальні умови для їхнього гармонійного росту і розвитку можна за умови, коли вчителі матимуть відповідні знання з медико-біологічних і психолого-педагогічних основ здорового способу життя дитини. Зміст спецкурсу "Здоровий спосіб життя" базується на знаннях студентів з анатомії і фізіології людини та вікових особливостях дитячого організму.

Даний спецкурс може бути складовою циклу природничо-наукової підготовки. Крім того, матеріали спецкурсу рекомендується використовувати в процесі виховної роботи зі студентами ВНЗ, а також на курсах підвищення кваліфікації соціальних педагогів та педагогічних працівників.

На вивчення спецкурсу "Здоровий спосіб життя" відводиться 72 години, з них: 32 години аудиторного часу, які складаються з лекційного та практичного курсів, що згруповані у трьох модулях (з них: лекційних – 24, практичних – 8, самостійної роботи – 40) проводиться на I курсі навчання студентів освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавр. Форма контролю – залік.

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчального спецкурсу	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 2	Галузь знань 0101 Педагогічна освіта (шифр і назва)	За вибором	
	Напрямок підготовки 010106 Соціальна педагогіка (шифр і назва)		
Модулів – 1	спеціальність 6.01010601 "Соціальна педагогіка" Спеціалізація: соціально-правовий захист дітей та молоді, соціальний менеджмент	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 3		1-й	1-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання (проект) – 1		Семестр	
Загальна кількість годин – 72		2-й	2-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 3	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	Лекції	
		24 год.	год.
		Практичні, семінарські	
		8 год.	год.
		Лабораторні	
		год.	год.
		Самостійна робота	
		40 год.	год.
Модульна робота: год.			
Вид контролю: залік			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить: *для денної форми навчання – 32 /40.*

СТРУКТУРА СПЕЦКУРСУ "ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ"

№ з/п	Назва модулів і тем	Кількість годин					Самостійна робота	
		Аудиторна робота					Поточна	Підсумкова
		Всього	Аудиторні	Лекції	Практичні	Семинарські		
	Змістовий модуль 1. Здоровий спосіб життя	22	12	10	2			10
1	Тема 1. Педагогічні основи застосування здоров'язбережувальних технологій			2	2			4
2	Тема 2. Негативні явища у суспільстві: групи ризику			4				4
3	Тема 3. Основи фізичного здоров'я як науково обґрунтований спосіб життя			2				2
	Змістовий модуль 2. Основні чинники здоров'я	18	6	6				12
1	Тема 1. Характеристика чинників здоров'я			2				4
2	Тема 2. Психорегуляція й психосаморегуляція емоційних станів			2				4
3	Тема 3. Загальна фізіологія людини			2				4
	Змістовий модуль 3. Методичні аспекти профілактики і раннього виявлення шкідливих звичок у учнів загальноосвітніх навчальних закладів	32	14	8	6			18
1	Тема 1. Здоров'я людини та різні види залежностей (наркозалежність, нікотинова та алкогольна)			2	2			4
2	Тема 2. ВІЛ/СНІД в Україні			2	2			4
3	Тема 3. Статеве виховання і міжособистісні стосунки			2	2			4
4	Тема 4. Негативний вплив шкідливих звичок на організм дівчини							4
5	Тема 5. Індивідуальна оздоровча система як основа повноцінного довголітнього життя			2				2
	Всього:	72	32	24	8			40



ПРОГРАМА СПЕЦКУРСУ

Змістовий модуль 1. ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

ТЕМА № 1. ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Основні складові здорового способу життя. Визначення поняття "здоров'я". Критерії здоров'я. Аналіз стану здоров'я дітей та молоді в Україні. Здоров'язбережувальні технології. Основні завдання, які використовуються на уроках фізичної культури з метою оздоровлення учнів. Відповідальність людини за своє здоров'я.



Література

1. Безруких М. М. Здоровьесберегающая школа / М. М. Безруких. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т, 2004. – 54 с.
2. Воскобойнікова Г. Валеологічна освіта, культура та виховання. Перспективи розвитку / Г. Воскобойнікова // Рідна школа. – 2006. – № 6. – С. 26-27.
3. Гончаренко С. У. Український педагогічний енциклопедичний словник / С. У. Гончаренко. – Рівне : Волин. обереги, 2011. – 519 с.
4. Демінська Л. О. Аналіз змісту й умов використання здоров'язберігаючих технологій у системі загальноосвітніх шкіл / Л. О. Демінська // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. журн. – Х. : ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2011. – № 11. – 154 с.
5. Казин Э. М. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика / Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева, О. Г. Красношлыкова. – Кемерово : Изд-во КРИПКиПРО, 2009. – 347 с.
6. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
7. Поташнюк І. В. Гігієнічні основи формування культури здоров'я учнів загальноосвітніх навчальних закладів / І. В. Поташнюк // Практична медицина. – 2007. – Т. 13. – № 1. – С. 96-101.

8. Свириденко С. О. Активізація пізнавальної діяльності учнів у процесі формування здорового способу життя / С. О. Свириденко // Сучасні технології навчання в початковій освіті : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (13-14 квітня 2006 р.) / ред. кол. : З. Сіверс, О. Кононко, Е. Белкіна та ін. – К. : КМПУ ім. Б.Д. Грінченка, 2006. – С. 125 – 127.
9. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н. К. Смирнов. – М. : АПК и ПРО, 2002. – 121 с.

ТЕМА № 2. НЕГАТИВНІ ЯВИЩА У СУСПІЛЬСТВІ: ГРУПИ РИЗИКУ

Види і сутність негативних явищ у суспільному житті. Групи ризику як соціально-демографічна категорія. Характеристика видів поведінки представників груп ризику. Сучасні тенденції прояву негативних явищ у суспільному житті. Ризикові форми поведінки та їх вплив на здоров'я людини. Суїцид. Захист від заподіяння шкоди здоров'ю учнівської молоді в мережі Інтернет.



Література

1. Введение в социальную работу : учебное пособие. – Ростов н/Д : Феникс, 2001. – 288 с.
2. Главник О. П. Як допомогти дітям і молоді у збереженні психічного здоров'я / О. П. Главник. – К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2005. – Кн. 8. – 116 с. – (Серія "Формування здорового способу життя молоді". У 14 кн.).
3. Грибан В. Г. Валеологія : підруч. / В. Г. Грибан. – 2-ге вид., перероб. та доп. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 342 с.
4. Дорошенко Л. С. Демографія : навч. посібник / Л. С. Дорошенко. – К. : МАУП, 2005. – 112 с.
5. Жезлова Л. Я. К вопросу о самоубийствах детей и подростков / Л. Я. Жезлова // Актуальные проблемы суицидологии. Труды Московского НИИ психиатрии. – Т. 82. – 1978. – С. 93-104.
6. Зменшення шкоди: концепція, практика, досвід України / Всеукраїнська асоціація зменшення шкоди та підтримки Міжнародного фонду "Відродження" (МФВ) та Міжнародної програми зменшення шкоди відкритого суспільства, Нью-Йорк. – К. : Український ін-т соціальних досліджень, Міжнародний фонд "Відродження", 2002. – 43 с.
7. Киричкова Н. В. Валеологическое образование в начальной школе : методические рекомендации / Н. В. Киричкова // Початкове навчання та виховання. – 2012. – № 22–24. – С. 115–118.
8. Конвенція ООН про права дитини (ЮНІСЕФ). – К. : Столиця, 1997. – 32 с.
9. Кравченко Т. В. Формування валеологічної компетенції учителів та учнів / Т. В. Кравченко // Фізика. – 2012. – № 9-10. – С. 4–8.

10. Кудін С. Ф. Формування валогенної мотивації майбутніх педагогів / С. Ф. Кудін, Н. В. Гайова, О. В. Савонова // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 6. – С. 3–6.
11. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
12. Пакушина Л. Формування валеологічної грамотності майбутніх соціальних педагогів / Л. Пакушина // Педагогічні науки : зб. наук. пр. – Полтава, 2009. – Вип. 2. – С. 96–101.
13. Україна в епіцентрі епідемії ВІЛ/СНІДу в Східній Європі // СПИД-СНІД – AIDS. – 2000. – № 1.

ТЕМА № 3. ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЯК НАУКОВО ОБҐРУНТОВАНИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

Здоровий спосіб життя і його складові. Концепція способу життя. Елементи способу життя. Режим праці (навчання) і відпочинку. Збалансоване харчування. Оптимальна рухова активність. Шкідливі звички. Організація дозвілля та відпочинку. Активний відпочинок. Організація вихідного дня. Організація занять за інтересами дітей. Роль сім'ї у формуванні установок на здоровий тверезий побут. Методики визначення способу життя. Роль педагога, вихователя у формуванні навичок здорового способу життя.



Література

1. Кравченко Т. В. Формування валеологічної компетенції учителів та учнів / Т. В. Кравченко // Фізика. – 2012. – № 9-10. – С. 4-8.
2. Кудін С. Ф. Формування валогенної мотивації майбутніх педагогів / С. Ф. Кудін, Н. В. Гайова, О. В. Савонова // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 6. – С. 3-6.
3. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
4. Пакушина Л. Формування валеологічної грамотності майбутніх соціальних педагогів / Л. Пакушина // Педагогічні науки : зб. наук. пр. – Полтава, 2009. – Вип. 2. – С. 96-101.

Змістовий модуль 2. ОСНОВНІ ЧИННИКИ ЗДОРОВ'Я

ТЕМА № 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ЧИННИКІВ ЗДОРОВ'Я

Ритмічність перебігу біологічних процесів як відображення нерозривного зв'язку людини з космосом. Сезонні ритми, ритмічність життя й режим дня учня. Урахування біоритмів в організації навчально-виховного процесу загальноосвітньої школи. Вплив космосу на здоров'я, фізичну й розумову працездатність людини.

Шкільний стрес. Психологічний самозахист учнів ЗНЗ у стресових ситуаціях.

Природні види діяльності: гра, праця, художньо-зображальна й спортивна діяльність, їх роль у розвитку здоров'я дітей. Навчання як штучно створений вид діяльності, його негативний вплив на здоров'я дітей. Навчання як чинник ризику, засоби його перетворення в бережливий щодо здоров'я дітей процес (елементи гри, праці, художньо-зображальної й спортивної діяльності, фізкультура, режим "динамічних поз").



Література

1. Витоки валеологічних учень. Античні міфи та народження медицини // Біологія. – 2005. – № 27 (верес.). – С. 16-18.
2. Відюк А. П. Педагогічні проблеми валеології сімейного життя / А. П. Відюк // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 4. – С. 9-12.
3. Воскобойнікова Г. Валеологічна освіта, культура та виховання. Перспективи розвитку / Г. Воскобойнікова // Рідна школа. – 2006. – № 6. – С. 26-27.
4. Гончаренко М. С. Валеологія в схемах : навч. посіб. / М. С. Гончаренко. – Харків : Бурун Книга, 2005. – 208 с.
5. Грибан В. Г. Валеологія : підруч. / В. Г. Грибан. – 2-ге вид., перероб. та доп. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 342 с.
6. Грибан В. Г. Загальне уявлення про серцево-судинну систему / В. Г. Грибан // Валеологія : навч. посіб. / В. Г. Грибан. – К., 2005. – С. 196-204.
7. Грибан В. Г. Поняття про валеологію. Об'єкт, метод та методологічні основи. Історія розвитку науки / В. Г. Грибан // Валеологія : навч. посіб. / В. Г. Грибан. – К., 2005. – С. 6-30.

8. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
9. Плахтій П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум: навч. посіб. / Плахтій П. Д., Страшко С. В., Підгірний В. К. – 2-е вид., доп. та перероб. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2010. – 308 с.

ТЕМА № 2. ПСИХОРЕГУЛЯЦІЯ Й ПСИХОСАМОРЕГУЛЯЦІЯ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ

Культура емоцій і психічне здоров'я людини. Психорегуляція емоційних станів. Сон і його значення для збереження здоров'я. Теорії сну. Психотерапевтичні функції сновидінь. Безсоння. Засоби поліпшення сну. Поняття психорегуляції (І. Шульг, Г. Сельє, Х. Лінцеман). Взаємозв'язок самопізнання, самовиховання й саморегулювання. Психофізіологічні механізми саморегулювання. Роль мотивів і стимулів у саморегулюванні. Засоби стимулювання саморегулювання й подолання психологічних бар'єрів. Релаксація, її види. Самогіпноз. Аутогенне тренування (АТ). Ефективність застосування аутогенного стану та його відмінність від медитації.



Література

1. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
2. Плахтій П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум: навч. посіб. / П. Д. Плахтій, С. В. Страшко, В. К. Підгірний. – 2-е вид., доп. та перероб. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2010. – 308 с.
3. Плахтій П. Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести : навч. посіб. / П. Д. Плахтій, В. К. Підгірний, Л. С. Соколенко. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2009. – 332 с.
4. Пługатор І. Стан валеологізації життєдіяльності студентської молоді / І. Пługатор // Вісник Прикарпатського університету. – Івано-Франківськ, 2010. – № 12. – С. 9-14.

ТЕМА № 3. ЗАГАЛЬНА ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

Місце фізіології серед природничих наук. Організм як єдине ціле. Засоби регуляції функцій у організмі, зворотні зв'язки у регуляції фізіологічних процесів.

Принцип цілісності організму. Загальні принципи регуляції фізіологічних реакцій та функцій.



Література

1. Артеменков А. А. Динамика вегетативных функций при адаптации к физическим нагрузкам / А. А. Артеменков // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 4. – С. 59-62.
2. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
3. Плахтій П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум : навч. посіб. / П. Д. Плахтій, С. В. Страшко, В. К. Підгірний. – 2-е вид., доп. та перероб. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2010. – 308 с.
4. Підгорний В. К. Вікова фізіологія масажу : Основи масажу і само-масажу : навч. посіб. / В. К. Підгорний. – Черкаси : Брама-Україна, 2007. – 312 с.
5. Пристинський В. М. Рухливо пізнавальні педагогічні технології формування валеологічного світогляду в учнів загальноосвітніх навчальних закладів / В. М. Пристинський, Т. М. Пристинська // Теорія та методика фізичного виховання. – 2012. – № 6. – С. 11-15.

Змістовий модуль 3.

МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФІЛАКТИКИ І РАННЬОГО ВИЯВЛЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК У УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

ТЕМА № 1. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА РІЗНІ ВИДИ ЗАЛЕЖНОСТЕЙ (НАРКОЗАЛЕЖНІСТЬ, НІКОТИНОВА ТА АЛКОГОЛЬНА)

Державна політика щодо профілактики шкідливих звичок. Молодь і наркотики. Залежність від наркотиків (наркоманія) та наслідки їх вживання.

Нікотин – шкідливий наркотик. Пагубна роль нікотину на всі органи людського організму. Активне та пасивне паління. Імідж людини яка палить в країнах світу.

Алкоголь і здоров'я. алкоголь та його руйнуючі для здоров'я властивості.

Шкідливі звички та працездатність.



Література

1. Вживання наркотиків та ВІЛ-інфекція: Допомога особам, які вживають наркотики та система лікування: Пер. з англ. / Герхгарт Бюрингер, Джуді Грінвуд, Бригів Гселлхофер, Ютта Кунзель, Марта Торренс. – К. : Сфера, 1999. – 64 с.
2. Зменшення шкоди: концепція, практика, досвід України / Всеукраїнська асоціація зменшення шкоди та підтримки Міжнародного фонду "Відродження" (МФВ) та Міжнародної програми зменшення шкоди відкритого суспільства, Нью-Йорк. – К. : Український ін-т соціальних досліджень, Міжнародний фонд "Відродження", 2002. – 43 с.
3. Кожина Г. М. Соціальна дезадаптація підлітків-правопорушників / Г. М. Кожина // Український вісник психоневрології. – Т. 4. – Вип. 4. – Харків, 1996. – С. 106-107.
4. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология : учебное пособие / В. Д. Менделевич. – М. : МЕД-пресс-информ, 2005 – 432 с.
5. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.

6. Оценка эффективности проектов "Снижение вреда" в Украине / О. О. Балакирева, А. Левцун, О. Артюх и др. – К. : Украинский ин-т социальных исследований, Международный фонд "Відродження", 2002. – 51 с.
7. Пакин Ю. Наркомания и алкоголизм: проблемы и новые возможности лечения. – К.: Инсат, 2000. – 43 с.
8. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2010 року № 2140 "Про затвердження плану заходів щодо виконання Концепції реалізації державної політики у сфері протидії поширенню наркоманії, боротьби з незаконним обігом наркотичних засобів, психотропних речовин та прекурсорів на 2011-2015 роки" [Електронний ресурс] – Режим доступу: www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=243865586
9. Соціальна робота з підлітками та молоддю / за ред. І. М. Пінчук, С. В. Толстоухова. – Вип. І. – К. : УДЦССМ, 2000. – 276 с.
10. Сущенко Л. П. Валеологія : сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку / Л. П. Сущенко // Основи здоров'я і фізична культура. – 2008. – № 5-6. – С. 29-31.
11. Тель Л. З. Валеология : учение о здоровье, болезни и выздоровлении : в 3-х тт. / Л. З. Тель. – Т. 1. – М. : Астрель, 2001. – 432 с.
12. Федорец Н. Снижение здоровьезатратности и валеологическое воспитание в школе / Н. Федорец // Директор школи. Шкільний світ. – 2011. – № 5. – С. 34-49.

ТЕМА № 2. ВІЛ/СНІД В УКРАЇНІ

Початок пандемії. Історія відкриття ВІЛ. Характеристика ВІЛ. Діагностика ВІЛ. Особливості інфікування ВІЛ/СНІДу. Клініка, стадії хвороби. Епідситуація. ВІЛ-інфекція/СНІД та туберкульоз.



Література

1. Аналіз економічної ефективності проектів з профілактики ВІЛ/СНІДу в Україні / Український інститут соціальних досліджень; Лондонська школа гігієни і тропічної медицини; DFID; The British Council. – К. : Український інститут соціальних досліджень, 2003. – 99 с.
2. ВИЧ/СПИД и права человека. Международные руководящие принципы: Вторая международная консультация по ВИЧ/СПИДу и правам человека, Женева, 23-25 сентября 1996 года. – ООН, Нью-Йорк, Женева, 1998. – 118 с.

3. ВІЛ/СНІД серед дітей та молоді в Україні. Тематичне дослідження (ЮНІСЕФ). – К., 2001. – 44 с.
4. Діяльність громадських організацій по профілактиці ВІЛ/СНІДу серед жінок секс-бізнесу: За результатами проекту "Створення мережі неурядових організацій, які працюють із жінками секс-бізнесу в Україні" / О. Балакірева, Л. Андрущак, М. Варбан та ін. – К. : Український інститут соціальних досліджень, 2000. – 176 с.
5. Доклад о глобальной эпидемии ВИЧ/СПИДа. 2004: 4-й глобальный доклад – Объединенная программа ООН по ВИЧ/СПИДу (ЮНЕЙДС), 2004 г. (перевод на русский язык – июнь 2004 г.). – 234 с.
6. Ефективні форми роботи з попередження епідемії ВІЛ/СНІДу серед дітей та молоді. – К. : Державний ін-т проблем сім'ї та молоді; Український ін-т соціальних досліджень, 2002. – 149 с.
7. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология : учебное пособие / В. Д. Менделевич. – М. : МЕД-пресс-информ, 2005. – 432 с.
8. Національна стратегія тристороннього співробітництва з протидії ВІЛ/СНІДу у сфері праці на 2012-2017 роки [Електронний ресурс] – Режим доступу http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ed_protect/protrav/ilo_aids/documents/legaldocument/wcms_191148.pdf
9. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
10. Підлітки груп ризику: доказова база для посилення відповіді на епідемію ВІЛ в Україні / О. Балакірева, А. Тельчик, Е. Серета та ін. ЮНІСЕФ, Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременко. – К. : К.І.С., 2008. – 192 с.
11. Протидія епідемії ВІЛ/СНІД у молодіжному середовищі: Аналітичний звіт за результатами опитування "Знання. Ставлення. Поведінка" підлітків та молоді Південного регіону України у рамках спільного проекту з Дитячим фондом Об'єднаних Націй (ЮНІСЕФ) "Профілактика ВІЛ/СНІДу серед підлітків та молоді Південного регіону України". – К. : Представництво Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 2001. – 77 с.
12. Резюме Декларации о приверженности делу борьбы с ВИЧ/СПИДом. Специальная сессия Генеральной Ассамблеи ООН по ВИЧ/СПИДу, 25-27 июня 2001 г., Нью-Йорк. – ЮНЕЙДС (перевод на русский язык июнь 2002 г.) [Електронний ресурс] – Режим доступу: www.aidsalliance.org.ua
13. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 13 вересня 2010 року № 1808 "Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері протидії поширенню наркоманії, боротьби з незаконним обігом наркотичних засобів, психотропних речовин та прекурсорів на 2011-2015 роки". – Режим доступу: www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=243865586

ТЕМА № 3. СТАТЕВЕ ВИХОВАННЯ І МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ

Стать і характер особистості. Статева зрілість. Пристрасть, закоханість, кохання. Таємниця сімейного щастя. Випадкові статеві зв'язки та їх наслідки. Управління власним життям, самодисципліна у статевих стосунках (самоконтроль – відповідальність). Наслідки "вільного кохання". Гендерні особливості мотивації вступу в шлюб.

Особистісні та соціальні аспекти батьківської та материнської ролі.



Література

1. Авдеева Д. М. Семейный стресс и совпадение с ним на этапе ожидания ребенка-первенца / Д. М. Авдеева, М. П. Билецкая // Перинатальная психология и психология родительства. – 2009. – № 4. – С. 5-9.
2. Андреева Т. В. Социальная психология семейных отношений / Т. В. Андреева. – СПб : СПбГУ, 1988. – 100 с.
3. Витек К. Проблемы супружеского благополучия / К. Витек. – М. : Прогресс, 1998. – 138 с.
4. Волкова Е. М. Трудные дети или трудные родители? / Е. М. Волкова. – М. : Профиздат, 1992. – 96 с.
5. Гончаренко М. С. Валеологический словарь / М. С. Гончаренко. – Х. : ХГУ, 1999. – 316 с.
6. Грибан В. Г. Репродуктивне здоров'я та хвороби, що передаються статевим шляхом / В. Г. Грибан // Валеологія : навч. посіб. – К., 2005. – С. 80-117.
7. Давыдова С. В. "Знаю как избежать! Подростку о половых инфекциях" / С. В. Давыдова, Д. О. Камалдинов. – М., 1996. – 32 с.
8. Зверева І. Д. Соціально-педагогічна робота з дітьми і молоддю в Україні: теорія і практика : монографія / І. Д. Зверева. – К., 1998. – 333 с.
9. Ісаєва Є. Дослідження впливу сімейних відносин на виникнення страхів у дітей / Є. Ісаєва // Соціальна психологія. – 2006. – № 5. – С. 103-109.
10. Лукашук-Федик С. В. Захворювання, що передаються статевим шляхом / С. В. Лукашук-Федик // Репродуктивна культура особистості : навч. посіб. – Тернопіль : Астон, 2004. – С. 90-127.
11. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки : навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. – К. : Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет", 2002. – 308 с.
12. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.

13. Плахтій Д. П. Безпека життєдіяльності в запитаннях і відповідях : навчальний посібник / за ред. П. Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський : ПП Мошак М. І., 2005. – 256 с.
14. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2010 року № 2140 "Про затвердження плану заходів щодо виконання Концепції реалізації державної політики у сфері протидії поширенню наркоманії, боротьби з незаконним обігом наркотичних засобів, психотропних речовин та прекурсорів на 2011-2015 роки" [Електронний ресурс] – Режим доступу: www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=243865586
15. Семигіна Т. Профілактика суспільно небезпечних хвороб : світоглядний вибір? : [туберкульоз, ВІЛ/СНІД, наркозалежність, гепатити] / Т. Семигіна // Віче. – 2010. – № 8. – С. 15-18.
16. Сорочинська В. Є. Профілактика негативних явищ серед учнівської та студентської молоді : навчально-методичний посібник / Сорочинська В. Є., Удалова О. А., Штифурак В. С., Удалова О. Ю. – К. : Європейський університет, 2003. – 170 с.
17. Удалова О. А. Безпечне користування сучасними інформаційно-комунікативними технологіями / Удалова О. А., Швед О. В., Кузнецова О. В. та ін. – К. : Україна, 2010. – 72 с.

ТЕМА № 4. НЕГАТИВНИЙ ВПЛИВ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК НА ОРГАНІЗМ ДІВЧИНИ

Сімейне життя і материнство. Жіночість і жінка. Дружина і мати. Механізм дії нікотину, алкоголю і наркотиків та їх вплив на організм дівчини, як майбутньої жінки та матері. Негативний вплив шкідливої звички на психіку і поведінку дівчини.

Вагітність, її значення для життя і здоров'я жінки. Значення здоров'я батьків для розвитку дитини. Здоров'я подружжя як умова народження здорової людини. Генетичні хвороби. Вплив токсичних речовин на майбутню дитину в пренатальному та постнатальному періоді. Алкогольний синдром плоду.



Література

1. Буянов М. И. Ребенок из неблагополучной семьи: Записки детского психиатра : кн. для учителей и родителей / М. И. Буянов. – М. : Просвещение, 1988. – 270 с.
2. Витек К. Проблемы супружеского благополучия / К. Витек. – М. : Прогресс, 1998. – 138 с.

3. Волкова Е. М. Трудные дети или трудные родители? / Е. М. Волкова. – М. : Профиздат, 1992. – 96 с.
4. Дорошенко Л. С. Демографія : навч. посібник / Л. С. Дорошенко. – К. : МАУП, 2005. – 112 с.
5. Китманова А. А. Адаптация женщин старшего возраста к физическим нагрузкам в комплексных занятиях оздоровительной направленности / А. А. Китманова // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 8. – С. 5-8.
6. Кочарян А. Б. Проблема формування мотивації здорового способу життя серед студентської молоді ВНЗ / А. Б. Кочарян // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. / МОНМС України, Ін-т інновац. технологій і змісту освіти ; [ред. кол.: С. М. Ніколаєнко (гол. ред.) [та ін.]. – К., 2006. – Вип. 48. – С. 199-205.
7. Максименко С. Д. Основи генетичної психології / С. Д. Максименко. – К. : НПЦ Перспектива, 1998. – 220 с.
8. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки : навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. – К. : Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет", 2002. – 308 с.
9. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
10. Соціальна робота з підлітками та молоддю / за ред. І. М. Пінчук, С. В. Толстоухової. – Вип. І. – К. : УДЦССМ, 2000. – 276 с.
11. Тимофієва М. П. Психологія здоров'я : навч. посіб. / М. П. Тимофієва, О. В. Двіжона. – Чернівці : Книги – ХХІ, 2009. – 296 с.
12. Якубова Ю. М. Проблемні сім'ї: діти і батьки / Якубова Ю. М., Антонова-Турченко О. Г., Святненко Г. В., Московка М. М. – К., 1998. – 137 с.

ТЕМА № 5. ІНДИВІДУАЛЬНА ОЗДОРОВЧА СИСТЕМА ЯК ОСНОВА ПОВНОЦІННОГО ДОВГОЛІТНЬОГО ЖИТТЯ

Міжнародні проекти: "Міста здоров'я", "Європа без тютюну", "Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю"; українсько-канадські проекти "Молодь за здоров'я", "Школи здоров'я".

Методи профілактики захворювань та зміцнення здоров'я. Важливість індивідуального підходу до вибору оздоровчої методики чи системи. Педагогічні валеотехнології. Стратегія ВООЗ Здоров'я для всіх у ХХІ столітті". Нова парадигма охорони здоров'я населення – активна, наступальна профілактика.



Література

1. Введение в социальную работу : учебное пособие. – Ростов н/Д : Феникс, 2001. – 288 с.
2. Главник О. П. Як допомогти дітям і молоді у збереженні психічного здоров'я / О. П. Главник. – К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2005. – Кн. 8. – 116 с. – (Серія "Формування здорового способу життя молоді". У 14 кн.).
3. Дорошенко Л. С. Демографія : навч. посібник / Л. С. Дорошенко. – К. : МАУП, 2005. – 112 с.
4. Зменшення шкоди: концепція, практика, досвід України / Всеукраїнська асоціація зменшення шкоди та підтримки Міжнародного фонду "Відродження" (МФВ) та Міжнародної програми зменшення шкоди відкритого суспільства, Нью-Йорк. – К. : Український ін-т соціальних досліджень, Міжнародний фонд "Відродження", 2002. – 43 с.
5. Конвенція ООН про права дитини (ЮНІСЕФ). – К. : Столиця, 1997. – 32 с.
6. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
7. Україна в епіцентрі епідемії ВІЛ/СНІДу в Східній Європі // СПИД – СНІД – AIDS. – 2000. – № 1.



ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

- Тема № 1. Державна політика у сфері охорони здоров'я.
- Тема № 2. Здоровий спосіб життя.
- Тема № 3. СНІД – небезпечна хвороба.
- Тема № 4. Методичні аспекти профілактики і раннього виявлення шкідливих звичок у учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

ПЛАНИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

ТЕМА № 1. ДЕРЖАВНА ПОЛІТИКА У СФЕРІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я

■► План

1. Соціальна політика України з формування здорового способу життя у дітей та молоді.
2. Стан здоров'я дітей та молоді в Україні.
3. Проблеми наркоманії, ВІЛ/СНІДу в Україні та світі.
4. Здоров'я людини – кар'єра та її працездатність.
5. Значення способу життя у підготовці до виконання головних соціальних ролей: громадянина, працівника, сім'янина.
6. Ознаки здорового способу життя.
7. Активний спосіб життя, режим дня.
8. Оздоровчі заходи. Взаємозв'язок фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я.
9. Здоровий спосіб життя, його переваги.



Література

1. Актуальні проблеми теорії і практики соціальної роботи на межі тисячоліть : монографія // Соціальна робота. Кн. І. – К. : УДЦССМ, 2001. – 344 с.
2. Введение в социальную работу : учебное пособие. – Ростов н/Д : Феникс, 2001. – 288 с.
3. Дорошенко Л. С. Демографія : навч. посібник / Л. С. Дорошенко. – К. : МАУП, 2005. – 112 с.
4. Зверєва І. Д. Соціально-педагогічна робота з дітьми і молоддю в Україні: теорія і практика : монографія / І. Д. Зверєва. – К., 1998. – 333 с.
5. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
6. Соціальна робота з підлітками та молоддю / за ред. І. М. Пінчук, С. В. Толстоухової. – Вип. І. – К. : УДЦССМ, 2000. – 276 с.
7. Страшко С. В. Шляхи впровадження галузевого стандарту вищої освіти бакалавра за спеціальністю "Валеологія" / С. В. Страшко, Л. А. Животовська // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 4. – С. 4-9.
8. Україна в епіцентрі епідемії ВІЛ/СНІДу в Східній Європі // СПИД – СНІД – AIDS. – 2000. – № 1.
9. Шиян О. І. Державна освітня політика з питань здорового способу життя молоді : монографія / О. І. Шиян. – Львів, 2010. – 296 с.
10. Шиян О. Освітня політика впровадження змін, зорієнтована на формування здорового способу життя молоді / О. Шиян // Зб. наук. пр. Національної академії державного управління при Президентові України. – 2008. – № 2. – С. 233-238.
11. Шиян О. Розвиток кадрового потенціалу як засіб реалізації державної освітньої політики України з питань здорового способу життя молоді : регіональний контекст / О. Шиян // Зб. наук. пр. Національної академії державного управління при Президентові України. – 2008. – № 1. – С. 82-89.

ТЕМА № 2. ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

План

1. Загальна характеристика здоровому способу життя.
2. Сутність понять "здоров'я", "хвороба", "третій стан".
3. Фізичне здоров'я людини як база цілісного здоров'я людини.
4. Суть поняття "психічне здоров'я", його складові.
5. Методи діагностики психічного здоров'я.
6. Поняття про соціальне здоров'я.
7. Роль виховного процесу для формування духовного здоров'я.



Література

1. Барно О. Фізичне здоров'я молоді – головна проблема держави / О. Барно // Молода спортивна наука України: [зб. наук. праць]. – Львів : "Українські технології", 2008. – Т. 3, № 12. – С. 10-22.
2. Бароненко В. А. Здоровье и физическая культура студента : [учеб. пособие] / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт; под ред. В. А. Бароненко. – М. : Альфа, 2003. – 352 с.
3. Войтенко В. П. Здоровье здоровых: введение в санологию / В. П. Войтенко. – К. : Здоров'я, 1991. – 245 с.
4. Галіздра А. А. Особливості фізичного стану студентів факультету комп'ютерних технологій / А. А. Галіздра // Теорія та методика фізичного виховання. – 2006. – № 6. – С. 48-50.
5. Гариелян Г. К. Программно-методическое обеспечение преподавания основ здоровьесберегающих технологий в неспециализированном вузе / Г. К. Гариелян, Б. В. Ермолаев, И. О. Кутателадзе // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 11. – С. 39-44.
6. Грибан Г. П. Аналіз стану здоров'я студентів вищих навчальних закладів / Г. П. Грибан, Т. Б. Кутек // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2004. – № 7. – С. 130-132.
7. Кириленко Л. Г. Дослідження фізичного стану студентів у період їх навчання у ВНЗ [Електронний ресурс] / Л. Г. Кириленко, С. В. Киприч // Спортивна наука України. – 2007. – № 2 (11). – С. 15-19. – Режим доступу : http://www.lsifc.lviv.ua/templates/el_publishing/2_2007/Articles/07klghee.pdf
8. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития / Б. Х. Ланда. – М. : Советский спорт, 2004. – 184 с.
9. Романенко В. А. Понятие о физическом состоянии человека / В. А. Романенко, В. И. Филинков // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка : [зб. наук. праць]. – 2007. – № 44. – С. 384-394.
10. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.

ТЕМА № 3. СНІД – НЕБЕЗПЕЧНА ХВОРОБА

План

1. Назвіть відомі Вам теорії виникнення хвороби СНІД.
2. Коли вперше виявили ВІЛ-інфекцію і СНІД, де це відбувалося?
3. Коли вперше було зареєстроване захворювання на СНІД в Україні.
4. Які властивості вірусу імунодефіциту людини дозволили йому стати серйозною загрозою для людства?
5. Хто і з якого матеріалу виявив збудника ВІЛ-інфекції?
6. Дайте порівняльну характеристику типам ВІЛ.
7. Розповсюдження ВІЛ/СНІДу і його наслідки.
8. Соціально-економічні наслідки ВІЛ/СНІДу в Україні.



Література

1. Аналіз економічної ефективності проектів з профілактики ВІЛ/СНІДу в Україні / Український інститут соціальних досліджень; Лондонська школа гігієни і тропічної медицини; DFID; The British Council. – К. : Український інститут соціальних досліджень, 2003. – 99 с.
2. ВІЛ/СНІД серед дітей та молоді в Україні. Тематичне дослідження (ЮНІСЕФ). – К., 2001. – 44 с.
3. ВІЛ-інфекція в Україні: Інформ. бюл. МОЗ України, Укр. центр профілактики і боротьби зі Снідом, Ін-т епідеміології та інфекційних захворювань ім. Л.В. Громашевського АМН України, ЦСЕС МОЗ України. – 2010. – № 33. – С. 3-5 (www.network.org.ua/books/bulletin)
4. Гребняк Н. П. Профілактика наркоманії – рушійної сили ВІЛ/СНІДу / Н. П. Гребняк // Безпека життєдіяльності. – 2007. – № 1. – С. 8-11.
5. Дмитренко Л. І. Програма профілактики ВІЛ/СНІДу серед молоді України / Л. І. Дмитренко // Основи здоров'я і фізична культура. – 2005. – № 10. – С. 17-20.
6. Доклад о глобальной эпидемии ВИЧ/СПИДа. 2004: 4-й глобальный доклад – Объединенная программа ООН по ВИЧ/СПИДу (ЮНЕЙДС), 2004 г. (перевод на русский язык – июнь 2004 г.). – 234 с.
7. Ефективні форми роботи з попередження епідемії ВІЛ/СНІДу серед дітей та молоді. – К. : Державний ін-т проблем сім'ї та молоді; Український ін-т соціальних досліджень, 2002. – 149 с.
8. Єфімова В. М. ВІЛ/СНІД у контексті здорового способу життя : змістовно-технологічні аспекти підготовки педагогів / В. М. Єфімова // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 4. – С. 12-16.

9. Кучменко О. Б. Проблема СНІДу в Україні : методика подолання / О. Б. Кучменко, С. В. Страшко // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. / МОНМС України : Ін-т інновац. технологій і змісту освіти ; [ред. кол. : С. М. Ніколаєнко (гол. ред.) [та ін.]. – К., 2006. – Вип. 48. – С. 27-32.
10. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
11. Пігіда В. М. Використання тренінгових занять у профілактичній роботі щодо попередження розповсюдження ВІЛ-інфекції серед учнівської молоді / В. М. Пігіда // Соціальна педагогіка : теорія і практика. – 2009. – № 2. – С. 58-64.
12. Підлітки груп ризику: доказова база для посилення відповіді на епідемію ВІЛ в Україні / О. Балакірєва, А. Тельчик, Е. Серєда та ін. ЮНІСЕФ, Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременко. – К. : К.І.С., 2008. – 192 с.
13. Терницька С. В. Соціально-педагогічні умови міжсекторної взаємодії у сфері профілактики віл-інфекції в молодіжному оточенні / С. В. Терницька // Соціальна педагогіка : теорія і практика. – 2012. – № 2. – С. 34-42.

ТЕМА № 4. МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФІЛАКТИКИ І РАНЬОГО ВИЯВЛЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК У УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

■■■➔ План

1. Завдання профілактики шкідливих звичок школярів.
2. Антиалкогольне виховання.
3. Антинікотинове виховання.
4. Профілактичні заходи з попередження наркоманії в учнівському середовищі.
5. Вплив шкідливих звичок батьків на здоров'я дітей.

Теми рефератів

1. Спосіб життя і шкідливі звички школярів.
2. Вплив шкідливих звичок на здоров'я дітей та учнів, медичні аспекти їх раннього виявлення і профілактики.



Література

1. Акопов И. Э. Вредные привычки и их последствия / И. Э. Акопов. – Краснодар, 1981. – 94 с.
2. Беляев И. И. Табак – враг здоровья / И. И. Беляев. – М, 1979. – 56 с.
3. Галина Н. В. Алкоголь и дети / Н. В. Галина. – М., 1985. – 53 с.
4. Гурьева В. А. Юношеские психопатии и алкоголизм / В. А. Гурьева, В. Я. Гандикин. – М, 1980. – 254 с.
5. Злановский Ю. Ф. Здоровье – без сигареты / Ю. Ф. Злановский, Ю. Е. Лукоянов. – М, 1979. – 64 с.
6. Личко А. Е. Наркотизм (употребление наркотиков) и подростковые наркомании / А. Е. Личко // Психопатии и акцентуации характера у подростков : сб. науч. ст. – М., 1977. – С. 61-70.
7. Маслаева Т. А. Здоровье или сигареты? / Т. А. Маслаева. – М., 1984. – 64 с.
8. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.
9. Рудик Б. І. Куріння шкодить здоров'ю / Б. І. Рудик. – К., 1981. – 32 с.
10. Рязанцев В. А. Как предупредить алкоголизм / В. А. Рязанцев. – К., 1984. – 87 с.
11. Сорочинська В. Є. Профілактика негативних явищ серед учнівської та студентської молоді : навчально-методичний посібник / Сорочинська В. Є., Удалова О. А., Штифурак В. С., Удалова О. Ю. – К. : Європейський університет, 2003. – 170 с.
12. Тимофієва М. П. Психологія здоров'я : навч. посіб. / М. П. Тимофієва, О. В. Двіжона. – Чернівці : Книги - ХХІ, 2009. – 296 с.
13. Ураков И. Г. К чему приводит пьянство / И. Г. Ураков. – М., 1986. – 86 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА

1. Ознайомитись із основними нормативними документами, в яких наголошується на необхідності введення навчальних курсів, що стимулюють молодь до здорового способу життя.
2. Актуалізація знань, набутих під час вивчення дисципліни "Основи екології" (чинники довкілля, що негативно впливають на організм людини, шляхи поліпшення екологічної ситуації в Україні).
3. Актуалізація знань, набутих під час вивчення дисципліни "Основи медичних знань" (дитячі інфекційні хвороби, інфекційні захворювання шкіри).
4. Обов'язково ознайомити учнів середньої школи з рекомендаціями щодо дотримання правил експлуатації мережі Інтернет, мобільних телефонів.
5. Обговорити: чого учні не хотіли б отримувати в мережі Інтернет та на мобільні телефони.
6. Види небезпеки, які існують в мережі Інтернет.
7. Що таке сексуальна експлуатація, її наслідки для здоров'я людини.
8. Наскільки проблеми сексуальної експлуатації, особливо дітей, є актуальними для України.

ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

1. Здоров'я, його визначення та цінність.
2. Зміни умов існування людини на сучасному етапі та вплив на здоров'я.
3. Демографічна ситуація в Україні та світі.
4. Діагностика фізичного здоров'я.
5. Фізичне здоров'я населення України.
6. Методи зміцнення фізичного здоров'я.
7. Методи зміцнення психічного здоров'я.
8. Інтелект. Методи визначення.
9. Психічне здоров'я населення України.
10. Аеробні фізичні навантаження та їх ефективна дія на стан здоров'я осіб зрілого та похилого віку.

ТЕМИ ПІДСУМКОВИХ ПРОЕКТІВ

1. Проблеми збереження здоров'я серед різних верств населення.
2. Застосування методів із визначенням фізичної підготовленості, фізичного розвитку, фізичної працездатності студентської молоді.
3. Застосування методу визначення розумової працездатності.
4. Застосування тестів для визначення фізичного здоров'я.
5. Оцінка рівня здоров'я різних груп населення.
6. Застосування засобів фізичної культури у формуванні здорового способу життя.

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Навчання здійснюється на основі вербальних та практичних методів навчання, а також з використанням інноваційних технологій в освіті (аудіовізуального, інтренет-ресурсів тощо).

Методи організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності: словесні, наочні, практичні, індуктивні і дедуктивні, репродуктивні і проблемно-пошукові.

Методи стимулювання навчально-пізнавальної діяльності: пізнавальні ігри, заохочення, покарання, роз'яснення суспільної та індивідуальної значимості навчання, пред'явлення навчальних вимог.

Методи контролю і самоконтролю в навчанні: різноманітність видів контролю – попередній, поточний, тематичний, підсумковий; усний і письмовий контроль, спостереження, самоперевірка.

Методи навчання: лекції, практичні заняття.

МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу проводиться шляхом виконання студентами письмових робіт за темами модулів та складання іспиту.

Контроль якості виконання додаткових самостійних завдань здійснюється в межах індивідуальної роботи викладача зі студентами, передбачених програмою.

МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ: усна відповідь, письмова робота (проект). Залік - форма підсумкового контролю, засвоєння студентом навчального матеріалу зі спецкурсу "Здоровий спосіб життя" за певний період відповідно до навчального плану.

РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ ДЛЯ ЗАЛІКУ

Поточне тестування та самостійна робота											Підсумкова робота (проект)	Сума
Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2			Змістовий модуль 3					45	100
T1	T2	T3	T1	T2	T3	T1	T2	T3	T4	T5		
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		

T1, T2 ... T5 – теми змістових модулів.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсowego проекту (роботи), практики	для заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Підручники та навчальні посібники

1. Главник О. П. Як допомогти дітям і молоді у збереженні психічного здоров'я. – К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2005. – Кн. 8. – 116 с. – (Серія "Формування здорового способу життя молоді". У 14 кн.).
2. Гончаренко М. С. Валеологія в схемах : навч. посіб. / М. С. Гончаренко. – Харків : Бурун Книга, 2005. – 208 с.
3. Гончаренко М. С. Валеологический словарь / М. С. Гончаренко. – Х. : ХГУ, 1999. – 316 с.
4. Грибан В. Г. Валеологія : підруч. / В. Г. Грибан. – 2-ге вид., перероб. та доп. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 342 с.
5. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.

Методичні розробки

Практична робота № 1. "Державна політика у сфері охорони здоров'я".

Практична робота № 2. "Здоровий спосіб життя".

Практична робота № 3. "СНІД – небезпечна хвороба".

Практична робота № 4. "Методичні аспекти профілактики і раннього виявлення шкідливих звичок у учнів загальноосвітніх навчальних закладів".

Роздатковий матеріал

1. Електронний навчальний посібник "Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.

ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Здоровий спосіб життя, його переваги.
2. Стан здоров'я населення України.
3. Шкідливі звички та їх вплив на здоров'я людини.
4. Здоров'я людини, як висока цінність, як умова щасливого життя.
5. Значення здорового способу життя у формуванні особистості.
6. Охорона здоров'я підлітків та молоді в Україні.
7. Ризикова поведінка людини.
8. Вплив ЗМІ на формування ціннісних орієнтацій людини.
9. Вплив соціально-економічних чинників на здоров'я людини.
10. Державні заходи з питань поліпшення і зміцнення здоров'я населення України.
11. Репродуктивне здоров'я у демографічному контексті.
12. Фізіологія та наслідки паління.
13. Вплив на дітей згубних звичок батьків.
14. Здоровий спосіб життя: безпечна поведінка – небезпечна поведінка.
15. Фактори та чинники, що загрожують здоров'ю, фактори та чинники, що захищають здоров'я.
16. Статеве та репродуктивне здоров'я підлітків та молоді.
17. Наркотики, етапи формування адиктивної поведінки.
18. Правові заходи протидії наркотизації.
19. Умови та причини вживання наркотичних речовин молоддю.
20. Алкоголь та організм людини. Шкідливість вживання алкоголю та наркотиків.
21. Алкоголь та сімейне життя.
22. Психопатологічні порушення хворих на наркоманію.
23. Державні заходи протидії незаконному обігу наркотичних засобів.
24. Соціальні наслідки наркоманії, алкоголізму для учнів загальноосвітніх навчальних закладів
25. Закон України "Про запобігання захворюванню на синдром набутого імунodefіциту (СНІД) та соціальний захист населення".
26. Соціально-економічні наслідки епідемії ВІЛ/СНІДу.
27. Виникнення інфекції ВІЛ та захворювання на СНІД.
28. Основні шляхи інфікування; засоби та шляхи попередження.
29. Порядок проходження обстеження на ВІЛ/СНІД. Облік та медична допомога ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД
30. Наслідки виявлення ВІЛ-інфекції та обов'язки ВІЛ-інфікованих осіб.
31. Права та соціальний захист осіб, інфікованих вірусом імунodefіциту людини, хворих на СНІД та членів їх сімей.

32. Відповідальність за порушення законодавства у сфері боротьби із захворюванням на СНІД.
33. Правова відповідальність за умисне зараження на СНІД.
34. Репродуктивне здоров'я у демографічному контексті.
35. Стан репродуктивного здоров'я населення України.
36. Репродуктивне здоров'я жінок: стан і чинники, які його визначають.
37. Здоров'я дітей та підлітків, як наслідок стану репродуктивного здоров'я населення.
38. Шляхи поліпшення репродуктивного здоров'я.
39. Дружба, повага – складові кохання.
40. Підготовка дівчини до сімейного життя і материнства.
41. Венеричні захворювання та їх профілактика.
42. Особиста гігієна дівчат у різні періоди статевого розвитку. Раннє статеве життя та його наслідки.
43. Біологічні і психологічні характеристики сексуальності людини.
44. Право на здоров'я. Комплекс репродуктивних прав жінок.
45. Соціально-правова охорона материнства.
46. Закон України "Про попередження насильства в сім'ї".
47. Психологічна та соціологічна підготовка до материнства.
48. Відхилення у статевій поведінці людини: їх особливості та причини.
49. Вуличні діти та дитяча проституція: умови формування "груп ризику".
50. Морально-етичні аспекти поведінки дівчини і її роль в створенні здорової сім'ї.
51. Гінекологічні захворювання, їх вплив на майбутнє материнства.
52. Оцінка сімейних стосунків та їх вплив на здоров'я та розвиток дитини.
53. Проблема суїциду у суспільстві.
54. Кібербулінг як порушення прав людини.
55. Мережа Інтернет – вплив на здоров'я людини.
56. Негативні наслідки кібербулінгу для особистості, сім'ї, суспільства.

ГЛОСАРІЙ

Адвокація – дії спрямовані на представництво інтересів, захист прав та свобод людини, яка хвора на ВІЛ/СНІД та членів її родини.

ВІЛ – вірус імунодефіциту людини, що уражує імунну систему людини.

ВІЛ-статус – статус осіб, які живуть із ВІЛ-інфекцією.

Дискримінація – будь-яке розрізнення, недопущення або перевага, що призводить до знищення або порушення рівності можливостей чи ставлення в галузі праці та занять.

ЛЖВ, особи, які живуть із ВІЛ – особи, інфіковані ВІЛ.

Постраждалі особи – особи, чиє життя змінилося через ВІЛ/СНІД у зв'язку з ширшим впливом пандемії.

Раціональна адаптація – будь-які зміни або пристосування до роботи чи до робочого місця котрі можуть бути здійснені на практиці та дозволяють особі, яка живе з ВІЛ або СНІДом, мати доступ до зайнятості, брати участь у трудовій діяльності та просуватися по службі.

СНІД – синдром набутого імунодефіциту, що виникає на останніх стадіях розвитку ВІЛ-інфекції та характеризується опортуністичними інфекціями чи пов'язаними з ВІЛ онкологічними захворюваннями або ж тими й іншими захворюваннями.

Стигма – соціальне клеймо, яке при його згадуванні у зв'язку з будь-якою особою зазвичай спричиняє соціальну ізоляцію і стає перешкодою для повноцінного соціального життя особи, інфікованої ВІЛ або постраждалої від цього захворювання.

Уразливість – нерівні можливості, соціальна ізоляція, безробіття або ненадійна зайнятість, які є результатом дії соціальних, культурних, політичних та економічних факторів, котрі роблять людину більш уразливою до ВІЛ-інфекції та захворювання на СНІД.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Аналіз економічної ефективності проектів з профілактики ВІЛ/СНІДу в Україні / Український інститут соціальних досліджень; Лондонська школа гігієни і тропічної медицини; DFID; The British Council. – К. : Український інститут соціальних досліджень, 2003. – 99 с.
2. Андреева Т. В. Социальная психология семейных отношений / Т. В. Андреева. – СПб : СПбГУ, 1988. – 100 с.
3. Апанасенко Г. Місце науки "Валеологія" в Універсальній десятковій класифікації / Г. Апанасенко, С. Прасол // Вісник книжкової палати. – 2008. – № 9. – С. 20-22.
4. Апанасенко Г. Л. Валеологія – перші досягнення / Г. Л. Апанасенко // Валеологія. – 2006. – № 1, 2. – С. 16-17.
5. Артеменков А. А. Динамика вегетативных функций при адаптации к физическим нагрузкам / А. А. Артеменков // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 4. – С. 59-62.
6. Бахрах И. И. Физическая культура в системе профилактики наркозависимости у подростков / И. И. Бахрах // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. – 2009. – № 2. – С. 45-52.
7. Беспалько В. В. Психологічні та соціальні проблеми дитячої і підліткової наркоманії / В. В. Беспалько // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 4. – С. 57-59, 77-80.
8. Буянов М. И. Ребенок из неблагополучной семьи: Записки детского психиатра : кн. для учителей и родителей / М. И. Буянов. – М. : Просвещение, 1988. – 270 с.
9. Введение в социальную работу : учебное пособие. – Ростов н/Д : Феникс, 2001. – 288 с.
10. Вживання наркотиків та ВІЛ-інфекція: Допомога особам, які вживають наркотики та система лікування : пер. з англ. / Герхгарт Бюрингер, Джуді Грінвуд, Бригів Гселлхофер, Ютта Кунзель, Марта Торренс. – К. : Сфера, 1999. – 64 с.
11. Вировець В. Ненаркотичні коноплі або внесок українських селекціонерів у боротьбу з наркоманією / В. Вировець // Науковий світ. – 2010. – № 2. – С. 14-17.
12. Висоцька Л. У. Соціально-психологічний тренінг як засіб ресоціалізації наркозалежної молоді / Л. У. Висоцька, А. А. Федорук // Збірник наукових праць : філософія, соціологія, психологія. – Івано-Франківськ, 2001. – Вип. 6. – Ч. 1. – С. 54-62.
13. Витек К. Проблемы супружеского благополучия / К. Витек. – М. : Прогресс, 1998. – 138 с.

14. Витоки валеологічних учень. Античні міфи та народження медицини // Біологія. – 2005. – № 27 (верес.). – С. 16-18.
15. ВИЧ/СПИД и права человека. Международные руководящие принципы: Вторая международная консультация по ВИЧ/СПИДу и правам человека, Женева, 23-25 сентября 1996 года. – ООН, Нью-Йорк, Женева, 1998. – 118 с.
16. Відюк А. П. Педагогічні проблеми валеології сімейного життя / А. П. Відюк // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 4. – С. 9-12.
17. ВІЛ/СНІД серед дітей та молоді в Україні. Тематичне дослідження (ЮНІСЕФ). – К., 2001. – 44 с.
18. ВІЛ-інфекція в Україні: Інформ. бюл. МОЗ України, Укр. центр профілактики і боротьби зі СНІДом, Ін-т епідеміології та інфекційних захворювань ім. Л.В. Громашевського АМН України, ЦСЕС МОЗ України. – 2010. – № 33. – С. 3-5 (www.network.org.ua/books/bulletin)
19. Волкова Е. М. Трудные дети или трудные родители? / Е. М. Волкова. – М. : Профиздат, 1992. – 96 с.
20. Воскобойнікова Г. Валеологічна освіта, культура та виховання . Перспективи розвитку / Г. Воскобойнікова // Рідна школа. – 2006. – № 6. – С. 26-27.
21. Главник О. П. Як допомогти дітям і молоді у збереженні психічного здоров'я. – К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2005. – Кн. 8. – 116 с. – (Серія "Формування здорового способу життя молоді". У 14 кн.).
22. Гончаренко М. С. Валеологія в схемах : навч. посіб. / М. С. Гончаренко. – Харків : Бурун Книга, 2005. – 208 с.
23. Гончаренко М. С. Валеологический словарь / М. С. Гончаренко. – Х. : ХГУ, 1999. – 316 с.
24. Гребняк Н. П. Профілактика наркоманії – рушійної сили ВІЛ/СНІДУ / Н. П. Гребняк // Безпека життєдіяльності. – 2007. – № 1. – С. 8-11.
25. Грибан В. Г. Валеологія : підруч. / В. Г. Грибан. – 2-ге вид., перероб. та доп. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 342 с.
26. Грибан В. Г. Загальне уявлення про серцево-судинну систему / В. Г. Грибан // Валеологія : навч. посіб. / В. Г. Грибан. – К., 2005. – С. 196-204.
27. Грибан В. Г. Методико-соціальні проблеми наркотизму / В. Г. Грибан // Валеологія : навч. посіб. / В. Г. Грибан. – К., 2005. – С. 204-227.
28. Грибан В. Г. Поняття про валеологію. Об'єкт, метод та методологічні основи. Історія розвитку науки / В. Г. Грибан // Валеологія : навч. посіб. / В. Г. Грибан. – К., 2005. – С. 6-30.
29. Грибан В. Г. Репродуктивне здоров'я та хвороби, що передаються статевим шляхом / В. Г. Грибан // Валеологія : навч. посіб. / В. Г. Грибан. – К., 2005. – С. 80-117.

30. Давыдова С. В. "Знаю как избежать! Подростку о половых инфекциях" / С. В. Давыдова, Д. О. Камалдинов. – М., 1996. – С. 32.
31. Державна політика з охорони громадського здоров'я в Україні : навчальний посібник / за ред. І. М. Солоненка, Л. І. Жаліло. – К. : Вид-во НАДУ, 2004. – 116 с.
32. Діяльність громадських організацій про профілактиці ВІЛ/СНІДу серед жінок секс-бізнесу: За результатами проекту "Створення мережі неурядових організацій, які працюють із жінками секс-бізнесу в Україні" / О. Балакірева, Л. Андрущак, М. Варбан та ін. – К. : Український інститут соціальних досліджень, 2000. – 176 с.
33. Дмитренко Л. І. Програма профілактики ВІЛ/СНІДу серед молоді України / Л. І. Дмитренко // Основи здоров'я і фізична культура. – 2005. – № 10. – С. 17-20.
34. Доклад о глобальной эпидемии ВИЧ/СПИДа. 2004: 4-й глобальный доклад – Объединенная программа Организации Объединенных Наций по ВИЧ/СПИДу (ЮНЕЙДС), 2004 г. (перевод на русский язык – июнь 2004 г.). – 234 с.
35. Дорошенко Л. С. Демографія : навч. посібник / Л. С. Дорошенко. – К. : МАУП, 2005. – 112 с.
36. Ефективні форми роботи з попередження епідемії ВІЛ/СНІДу серед дітей та молоді. – К. : Державний ін-т проблем сім'ї та молоді; Український ін-т соціальних досліджень, 2002. – 149 с.
37. Єфімова В. М. ВІЛ/СНІД у контексті здорового способу життя : змістовно-технологічні аспекти підготовки педагогів / В. М. Єфімова // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 4. – С. 12-16.
38. Жезлова Л. Я. К вопросу о самоубийствах детей и подростков / Л. Я. Жезлова // Актуальные проблемы суицидологии. Труды Московского НИИ психиатрии. – Т. 82. – 1978. – С. 93-104.
39. Заросинський Ю. Наркоманія : стан і проблеми боротьби з нею на сучасному етапі. / Ю. Заросинський, О. Заросинський // Право України. – 2007. – № 8. – С. 61-64.
40. Захарченко В. Здорова сім'я : тренінги для батьків / В. Захарченко // Відкритий урок. Розробки, технології, досвід. – 2005. – № 5-6. – С. 24-27.
41. Зверева І. Д. Соціально-педагогічна робота з дітьми і молоддю в Україні: теорія і практика : монографія / І. Д. Зверева. – К., 1998. – 333 с.
42. Зменшення шкоди: концепція, практика, досвід України / Всеукраїнська асоціація зменшення шкоди та підтримки Міжнародного фонду "Відродження" (МФВ) та Міжнародної програми зменшення шкоди відкритого суспільства, Нью-Йорк. – К. : Український ін-т соціальних досліджень, Міжнародний фонд "Відродження", 2002. – 43 с.

43. Ісаєва Є. Дослідження впливу сімейних відносин на виникнення страхів у дітей / Є. Ісаєва // Соціальна психологія. – 2006. – № 5. – С. 103-109.
44. Киричкова Н. В. Валеологічне образование в початковій школі : методичні рекомендації / Н. В. Киричкова // Початкове навчання та виховання. – 2012. – № 22–24. – С. 115–118.
45. Кожина Г. М. Соціальна дезадаптація підлітків-правопорушників / Г. М. Кожина // Український вісник психоневрології. – Т. 4, вип. 4. – Харків, 1996. – С. 106-107.
46. Конвенція ООН про права дитини (ЮНІСЕФ). – К. : Столиця, 1997. – 32 с.
47. Концепція Заявки України до Глобального фонду для боротьби зі СНІДом, туберкульозом та малярією у 10 раунді за компонентом "СНІД" [Електронний ресурс]. – Режим доступу <http://dssz.gov.ua/index.php/uk/mizhnarodne-spivrobitnytvo/granty/452-konceptsiya-zayavky>
48. Кочарян А. Б. Проблема формування мотивації здорового способу життя серед студентської молоді ВНЗ / А. Б. Кочарян // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. / МОНМС України, Ін-т інновац. технологій і змісту освіти ; [ред. кол.: С. М. Ніколаєнко (гол. ред.) [та ін.]. – К., 2006. – Вип. 48. – С. 199-205.
49. Кравченко Т. В. Формування валеологічної компетенції учителів та учнів / Т. В. Кравченко // Фізика. – 2012. – № 9-10. – С. 4-8.
50. Кудін С. Ф. Формування валогенної мотивації майбутніх педагогів / С. Ф. Кудін, Н. В. Гайова, О. В. Савонова // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 6. – С. 3-6.
51. Кучменко О. Б. Проблема СНІДу в Україні : методика подолання / О. Б. Кучменко, С. В. Страшко // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. / МОНМС України : Ін-т інновац. технологій і змісту освіти ; [ред. кол.: С. М. Ніколаєнко (гол. ред.) [та ін.]. – К., 2006. – Вип. 48. – С. 27-32.
52. Лозинський В. С. Учність бути здоровими / В. С. Лозинський. – К., 2004. – 160 с.
53. Лукашук-Федик С. В. Захворювання, що передаються статевим шляхом / С. В. Лукашук-Федик // Репродуктивна культура особистості : навч. посіб. – Тернопіль : Астон, 2004. – С. 90-127.
54. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник / Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. – К. : МП Леся, 2013. – 160 с.

Допоміжна

1. ВІЛ/СНІД та формування здорового способу життя : навчальний посібник / В. П. Поліщук, О. В. Молчанець, Г. В. Коротеєва. – К., 2008. – 175 с.
2. Люди и ВИЧ / Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине. – К. : Анна-Т, 2004. – 527 с.
3. Максименко С. Д. Основи генетичної психології / С. Д. Максименко. – К. : НПЦ Перспектива, 1998. – 220 с.
4. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки : навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. – К. : Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет", 2002. – 308 с.
5. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология: учебное пособие / В. Д. Менделевич. – М. : МЕД-пресс-информ, 2005 – 432 с.
6. Національна стратегія тристороннього співробітництва з протидії ВІЛ/СНІДу у сфері праці на 2012-2017 роки [Електронний ресурс] – Режим доступу http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ed_protect/protrav/ilo_aids/documents/legaldocument/wcms_191148.pdf
7. Оценка эффективности проектов "Снижение вреда" в Украине / О. О. Балакирева, А. Левцун, О. Артюх и др. – К. : Украинский ин-т социальных исследований, Международный фонд "Відродження", 2002. – 51 с.
8. Пакушина Л. Формування валеологічної грамотності майбутніх соціальних педагогів / Л. Пакушина // Педагогічні науки : зб. наук. пр. – Полтава, 2009. – Вип. 2. – С. 96-101.
9. Петрик О. І. Медико-біологічні та психолого-педагогічні основи здорового способу життя. Курс лекцій : навчальний посібник / О. І. Петрик. – К., 1995. – 86 с.
10. Пігіда В. М. Використання тренінгових занять у профілактичній роботі щодо попередження розповсюдження ВІЛ-інфекції серед учнівської молоді / В. М. Пігіда // Соціальна педагогіка : теорія і практика. – 2009. – № 2. – С. 58-64.
11. Підлітки груп ризику: доказова база для посилення відповіді на епідемію ВІЛ в Україні / О. Балакірева, А. Тельчик, Е.Середа та ін. – ЮНІСЕФ, Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременко. – К. : К.І.С., 2008. – 192 с.
12. Плахтій П. Д. Безпека життєдіяльності в запитаннях і відповідях : навчальний посібник / за ред. П. Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський : ПП Мошак М.І., 2005. – 256 с.

13. Плахтій П. Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести : навч. посіб. / П. Д. Плахтій, В. К. Підгорний, Л. С. Соколенко. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О.А., 2009. – 332 с.
14. Пługатор І. Стан валеологізації життєдіяльності студентської молоді / І. Пługатор // Вісник Прикарпатського університету. – Івано-Франківськ, 2010. – № 12. – С. 9-14.
15. Пристинський В. М. Рухливо пізнавальні педагогічні технології формування валеологічного світогляду в учнів загальноосвітніх навчальних закладів / В. М. Пристинський, Т. М. Пристинська // Теорія та методика фізичного виховання. – 2012. – № 6. – С. 11-15.
16. Протидія епідемії ВІЛ/СНІД у молодіжному середовищі: Аналітичний звіт за результатами опитування "Знання. Ставлення. Поведінка" підлітків та молоді Південного регіону України у рамках спільного проекту з Дитячим фондом Об'єднаних Націй (ЮНІСЕФ) "Профілактика ВІЛ/СНІДу серед підлітків та молоді Південного регіону України". – К. : Представництво Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 2001. – 77 с.
17. Резюме Декларации о приверженности делу борьбы с ВИЧ/СПИДом. Специальная сессия Генеральной Ассамблеи ООН по ВИЧ/СПИДу, 25-27 июня 2001 г., Нью-Йорк. – ЮНЕЙДС (перевод на русский язык июнь 2002 г.) [Електронний ресурс] – Режим доступу: www.aidsalliance.org.ua
18. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 13 вересня 2010 року № 1808 "Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері протидії поширенню наркоманії, боротьби з незаконним обігом наркотичних засобів, психотропних речовин та прекурсорів на 2011-2015 роки" [Електронний ресурс] – Режим доступу: zakon1.rada.gov.ua/laws/show/1808-2010_p.
19. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2010 року № 2140 "Про затвердження плану заходів щодо виконання Концепції реалізації державної політики у сфері протидії поширенню наркоманії, боротьби з незаконним обігом наркотичних засобів, психотропних речовин та прекурсорів на 2011-2015 роки" [Електронний ресурс] – Режим доступу: www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=243865586
20. Секс-бізнес в Україні: спроба соціального аналізу / Балакірева О. М., Бондар Т. В., Галустян Ю. М. та ін. – К. : Український ін-т соціальних досліджень, 2001. – 159 с.
21. Семигіна Т. Профілактика суспільно небезпечних хвороб : світоглядний вибір? : [туберкульоз, ВІЛ/СНІД, наркозалежність, гепатити] / Т. Семигіна // Віче. – 2010. – № 8. – С. 15-18.

22. Сорочинська В. Є. Профілактика негативних явищ серед учнівської та студентської молоді : навчально-методичний посібник / Сорочинська В. Є., Удалова О. А., Штифурак В. С., Удалова О. Ю. – К. : Європейський університет, 2003. – 170 с.
23. Соціальна робота з підлітками та молоддю / за ред. І. М. Пінчук, С. В. Толстоухової. – Вип. І. – К. : УДЦССМ, 2000. – 276 с.
24. Страшко С. В. Шляхи впровадження галузевого стандарту вищої освіти бакалавра за спеціальністю "Валеологія" / С. В. Страшко, Л. А. Животовська // Основи здоров'я і фізична культура. – 2007. – № 4. – С. 4-9.
25. Сущенко Л. П. Валеологія : сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку / Л. П. Сущенко // Основи здоров'я і фізична культура. – 2008. – № 5-6. – С. 29-31.
26. Тель Л. З. Валеология : учение о здоровье, болезни и выздоровлении / Л. З. Тель. – В 3-х тт. – Т. 1. – М. : Астрель, 2001. – 432 с.
27. Терницька С. В. Соціально-педагогічні умови міжсекторної взаємодії у сфері профілактики ВІЛ-інфекції в молодіжному оточенні / С. В. Терницька // Соціальна педагогіка : теорія і практика. – 2012. – № 2. – С. 34-42.
28. Тимофієва М. П. Психологія здоров'я : навч. посіб. / М. П. Тимофієва, О. В. Двіжона. – Чернівці : Книги – ХХІ, 2009. – 296 с.
29. Тимушкин А. В. Физическая культура и здоровье : [учеб. пособ.] / А. В. Тимушкин, Н. Н. Чесноков, С. С. Чернов. – М. : СпортАкадем Пресс, 2003. – 138 с.
30. Томенко М. Теорія українського кохання / М. Томенко. – Київ, 2002. – 128 с.
31. Удалова О. А. Безпечне користування сучасними інформаційно-комунікативними технологіями / Удалова О. А., Швед О. В., Кузнецова О. В. та ін. – К. : Україна, 2010. – 72 с.
32. Україна в епіцентрі епідемії ВІЛ/СНІДу в Східній Європі // СПИД – СНІД – AIDS. – 2000. – № 1.
33. Фалькова Н. І. Фізична підготовка студенток економічних спеціальностей з урахуванням їх морфофункціональних особливостей : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Н. І. Фалькова. – Донецьк, 2002. – 19 с.

34. Федорец Н. Снижение здоровьезатратности и валеологическое воспитание в школе / Н. Федорец // Директор школи. Шкільний світ. – 2011. – № 5. – С. 34-49.
35. Физическая культура и здоровье : учеб. / [сост. В. В. Пономарева]. – М. : ГОУ ВУНИЦ МЗ РФ, 2001. – 352 с.
36. Хорошуха М. Ф. Порівняльний аналіз оцінки рівня фізичного здоров'я різних категорій людей за даними визначення біологічного віку / М. Ф. Хорошуха // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка : [зб. наук. праць]. – 2007. – № 44. – С. 412-415.
37. Шиян О. Розвиток кадрового потенціалу як засіб реалізації державної освітньої політики України з питань здорового способу життя молоді : регіональний контекст / О. Шиян // Зб. наук. пр. Національної академії державного управління при Президентові України. – 2008. – № 1. – С. 82-89.
38. Шиян О. Освітня політика впровадження змін, зорієнтована на формування здорового способу життя молоді / О. Шиян // Зб. наук. пр. Національної академії державного управління при Президентові України. – 2008. – № 2. – С. 233-238.
39. Шиян О. І. Державна освітня політика з питань здорового способу життя молоді : монографія / О. І. Шиян. – Львів, 2010. – 296 с.
40. Юдина Н. М. Методика определения и оценки физического потенциала студентов вуза : автореф. дис. на соискание научной степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" / Н. М. Юдина. – Волгоград, 2006. – 24 с.

ДОДАТОК А

**АНКЕТА ДЛЯ ВИЗНАЧЕННЯ
РІВНЯ ПОІНФОРМОВАНOSTІ СТУДЕНТІВ
(МОЖНА ЗАПРОПОНУВАТИ БАТЬКАМ УЧНІВ)**

1. Що таке ВІЛ-інфекція?

- а) невиліковне інфекційне захворювання
- б) невиліковне вроджене захворювання
- в) невиліковне захворювання шкіри
- г) невиліковне захворювання крові

2. СНІД – це:

- а) теж саме, що і ВІЛ-інфекція;
- б) остання стадія розвитку ВІЛ-інфекції;
- в) смертельна хвороба, але не ВІЛ;
- г) виникає тільки при наявності інших інфекцій у ВІЛ-інфікованого.

3. Захворювання виникає, коли вірус імунодефіциту людини потрапляє:

- а) у слину;
- б) у кров;
- в) на шкіру;
- г) усіма вказаними шляхами.

4. На ВІЛ можна заразитися:

- а) при поцілунках;
- б) якщо користуватись одним посудом, туалетом, предмети особистої гігієни;
- в) якщо разом викурювати одну цигарку;
- г) тільки при потраплянні вірусу в кров або на слизову (при ін'єкціях та при незахищених статевих контактах).

5. ВІЛ передається:

- а) комарами;
- б) домашніми тваринами;
- в) тільки від людини до людини;
- г) усіма вказаними шляхами.

6. На СНІД частіше хворіють:

- а) споживачі ін'єкційних наркотиків;
- б) особи, які ведуть безладне статеве життя
- в) гомосексуалісти;
- г) усі вказані категорії.

7. Коли я звертаюсь по медичну допомогу:

- а) завжди вимагаю проведення маніпуляцій стерильними одноразовим інструментарієм;
- б) мені байдуже, я довіряю медпрацівникам;
- в) тільки для внутрішньовенних маніпуляцій вимагаю стерильний шприц;
- г) тільки у стоматолога контролюю, щоб лікар був у рукавичках та використовував стерильний інструментарій.

8. Якщо я дізнаюсь, що серед моїх знайомих чи співробітників є ВІЛ-інфікований, то я:

- а) миттєво припиню всі контакти з ним, але сам обстежуватись не піду;
- б) припиню контакти з цією людиною, зроблю обстеження;
- в) буду дотримуватись правил захисту, але контактів не припиню;
- г) мені байдуже.

9. Якщо при анонімному обстеженні у мене виявлять ВІЛ:

- а) я буду жити як раніше, нікому нічого не скажу, нічого не зміню в житті;
- б) буду лікуватись тайкома, але утримуватимусь від статевих контактів без засобів захисту, не дозволю використання для інших медичного інструментарію, яким робили маніпуляції мені, не стану донором;
- в) я буду крадькома лікуватись, але захищати інших мені не обов'язково;
- г) я не буду лікуватись і заражатиму інших.

10. Я повинен використовувати презерватив:

- а) тільки при першому статевому контакті з новим партнером;
- б) при кожному статевому контакті;
- в) тільки при оральному сексі;
- г) тільки при статевому контакті з ВІЛ-інфікованою особою;

11. Я згоден, що:

- а) при частій зміні статевого партнера збільшується ризик зараження ВІЛ;
- б) наркомани заражуються при використанні спільних шприців, голки, рідини для промивання шприців, інфікованого наркотику;
- в) новонароджені діти можуть заразитись від хворої матері до та під час пологів;
- г) кожне із цих тверджень правильне.

12. Ізоляція людей, хворих на ВІЛ-інфекцію:

- а) виправдана, оскільки знижує ризик поширення вірусу;
- б) не виправдана, але я не хотів би жити поряд з ним та контактувати з ним;
- в) мені байдуже;
- г) не виправдана, оскільки це є порушенням прав людини, та й немає медичного сенсу.

13. Ми всі разом зможемо подолати подальше розповсюдження ВІЛ/СНІДу, якщо:

- а) посилимо просвітницьку роботу з підлітками;
- б) забезпечимо обстеження вагітних на ВІЛ;
- в) будемо виконувати правила індивідуального захисту;
- г) усі вказані заходи будуть виконувати як найбільше людей.

14. У ЗМІ публікацій на тему профілактики ВІЛ-інфекції:

- а) достатньо, проблему висвітлено повністю;
- б) достатньо, проблему висвітлено не повністю;
- в) недостатньо;
- г) таку інформацію не читаю, мені байдуже.

15. Я прочитав інформацію про ВІЛ/СНІД і думаю, що:

- а) мене це не стосується;
- б) це важливо знати;
- в) виконувати рекомендації не обов'язково;
- г) позбутися деяких навичок, які можна вважати ризикованими.

ДОДАТОК В

АНКЕТА ДЛЯ ШКОЛЯРІВ "ЯК МОЖНА СЕБЕ ЗАХИСТИТИСЯ ВІД СНІДУ"

1. Що таке ВІЛ-інфекція:

- а) невиліковне інфекційне захворювання;
- б) невиліковне вроджене захворювання;
- в) невиліковне захворювання шкіри;
- г) невиліковне захворювання крові.

2. СНІД – це:

- а) те ж саме, що і ВІЛ-інфекція;
- б) остання стадія розвитку ВІЛ-інфекції;
- в) смертельна хвороба, але не ВІЛ;
- г) виникає тільки при наявності інших інфекцій у ВІЛ-інфікованого хворого.

3. Захворювання виникає, коли вірус імунодефіциту людини потрапляє:

- а) у слину;
- б) у кров;
- в) на шкіру;
- г) усіма вказаними шляхами.

4. На ВІЛ можна заразитися:

- а) при поцілунках;
- б) якщо користуватися спільним посудом, туалетом, предметами особистої гігієни;
- в) якщо разом курити одну цигарку;
- г) тільки при потраплянні вірусу в кров або на слизову (при ін'єкціях та при незахищених статевих контактах).

5. ВІЛ передається:

- а) комарами;
- б) домашніми тваринами;
- в) тільки від людини до людини;
- г) усіма вказаними шляхами.

6. На СНІД частіше хворіють:

- а) споживачі ін'єкційних наркотиків;
- б) особи, які ведуть безладне статеве життя;
- в) гомосексуалісти;
- г) усі вказані категорії.

7. Коли я звертаюсь по медичну допомогу:

- а) завжди вимагаю проведення маніпуляцій стерильним одноразовим інструментарієм;
- б) мені байдуже, я довіряю медпрацівникам;
- в) тільки для внутрішньовенних маніпуляцій вимагаю стерильний шприц;
- г) тільки у стоматолога контролюю, щоб лікар був у рукавичках та використовував стерильний інструментарій.

8. Якщо я дізнаюсь, що серед моїх знайомих чи співробітників є ВІЛ-інфікований, то я:

- а) миттєво припиню всі контакти з ним, але сам обстежуватись не піду;
- б) припиню контакти з цією людиною, піду на обстеження;
- в) буду дотримуватись правил захисту, але контакти не припиню;
- г) мені байдуже.

9. Якщо при анонімному обстеженні у мене виявлять ВІЛ:

- а) я буду жити як раніше, нікому нічого не скажу, нічого не зміню в житті;
- б) буду лікуватись крадькома, але утримуватимусь від статевих контактів без засобів захисту, не дозволю використання для інших медичного інструментарію, не стану донором;
- в) я буду тайкома лікуватись, але захищати інших мені не обов'язково;
- г) я не буду лікуватись і заражатиму інших.

10. Я повинен використовувати презерватив:

- а) тільки при першому статевому контакті з новим партнером;
- б) при кожному статевому контакті;
- в) тільки при оральному сексі;
- г) тільки при статевому контакті з ВІЛ-інфікованою особою.

11. Я згоден, що:

- а) при частій зміні статевого партнера збільшується ризик зараження ВІЛ;
- б) наркомани заражуються при використанні спільних шприців, голки, рідини для промивання шприців, інфікованого наркотику;
- в) новонароджені діти можуть заразитись від хворої матері до та під час пологів;
- г) кожне твердження правильне.

12. Я відвідую лекції про шкоду СНІДу, тому що:
- а) цього вимагає вчитель;
 - б) мені просто цікаво послухати, але це не означає, що я виконуватиму всі рекомендації щодо особистого захисту;
 - в) я піклуюсь про своє здоров'я і намагаюсь усе запам'ятовувати;
 - г) інша причина.
13. Якщо мені запропонують наркотичну речовину, то я:
- а) погоджусь, щоб бути своїм у компанії;
 - б) нізащо не погоджусь, тому що боюся захворіти на СНІД;
 - в) погоджусь, тому що не вірю, що можна вберегтись від СНІДу;
 - г) для мене це питання не важливе, я вже пробував наркотики.
14. Виключення дітей, інфікованих ВІЛ, із суспільного життя та школи:
- а) виправдане, оскільки це знижує ризик поширення інфекції;
 - б) не виправдане, але я б не хотів контактувати з ними та вчитись в одному класі;
 - в) мені байдуже;
 - г) неправильно, це порушення прав людини, та й немає медичного сенсу.
15. Вживання алкогольних напоїв:
- а) дає насолоду;
 - б) я вже дорослий;
 - в) колись призведе до раку;
 - г) підвищує ризик зараження на ВІЛ.
16. У ЗМІ публікацій на тему профілактики ВІЛ-інфекції:
- а) достатньо, проблему висвітлено повністю;
 - б) достатньо, проблему висвітлено не повністю;
 - в) недостатньо;
 - г) таку інформацію не читаю, мені байдуже.
17. Я прочитав інформацію про ВІЛ/СНІД і думаю, що:
- а) мене це не стосується;
 - б) це важливо знати;
 - в) виконувати рекомендації не обов'язково;
 - г) зміню деякі звички, які можна вважати ризикованими.

ДОДАТОК С

ТЕМАТИЧНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ З ПІДВИЩЕННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ БАТЬКІВ

1. Вивчити рівень валеологічних знань батьків в умовах сім'ї.
2. Валеологічна самоосвіта батьків (огляд журналів "Дошкільне виховання", "Валеологія", "Початкова школа").
3. Обговорення книг із серії "Сімейна педагогіка".
4. Система спільних творчих справ батьків і дітей.
5. Робота з роз'яснення помилкових поглядів і помилкових дій у вихованні дітей.
6. Загартування дітей вдома. Профілактика простудних хвороб.
7. Раціональне харчування дітей.
8. Навчаємо особистої гігієни. Як запобігти хворобам брудних рук (гельмінтози, шлунково-кишкові інфекції).
9. Раціональний одяг для дітей.
10. Слово – код здоров'я. Профілактика неврозів.
11. Вплив міжособистісних взаємин на здоров'я всіх членів сім'ї.
12. Статеве виховання дівчаток і хлопчиків.
13. Домашній стадіон.
14. Конкурс (прислів'я, приказки) про працю.
15. Довідник здорової дитини (корисні поради лікаря).

ДОДАТОК Д

ОЦІНКА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТА

Факультет _____,

група _____, курс _____,

дата _____

Прізвище, ім'я _____

Штрафні бали (відраховуються із загальної суми балів):

1. Паління сигарет 10
2. Вживання алкоголю 10
3. Порухення режиму сну 5
4. Недотримання режиму харчування 5

Рівень фізичної активності оцінюється:

відмінно – 70 балів;

добре – 50;

задовільно – 30 і більше балів;

незадовільно – менше 30 балів.

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

БОЙКО

Тетяна Валеріївна

СПЕЦКУРС

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

**НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДЛЯ СТУДЕНТІВ**

НАПРЯМ ПІДГОТОВКИ - 010106 "СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА",
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ - 6.01010601 "СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА",
СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ - "СОЦІАЛЬНО-ПРАВОВИЙ ЗАХИСТ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ,
СОЦІАЛЬНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ"

Технічний редактор

О. Клімова

Комп'ютерна верстка
та макетування

О. Клімова

*Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації
серія KB № 17500-6250 ПР від 16.11.2010 р.*

Підписано до друку 02.09.2013 р. Формат 60 x 84 1/16.

Папір офсетний. Друк на різнографі.

Ум. друк. арк. 3,02. Обл.-вид. арк. 2,02.

Наклад 100 прим. Зам. № 712.

Редакційно-видавничий відділ ЧНПУ імені Т.Г. Шевченка.

14013, вул. Гетьмана Полуботка, 53, к. 208.

Тел. 65-17-99.

chnpu.tipograf@gmail.com

