**РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА З КУРСУ**

**«ОСНОВИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ»**

**Основна:**

1. Апанасенко Г.Л. Медицинская валеологія / Г. Л. Апанасенко, Л.А.Попова. – Ростов-на-Дону : Гиппократ, 2000. – 243 с.
2. Брехман И. И. Валеология – наука о здоровье / И. И. Брехман. –М. : Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.
3. Булич Э. Г. Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции / Э. Г. Булич, И. В. Муравов. – К. : Олимпмйская литература, 2003. – 424 с.
4. Вайнер Э. Н. Валеология : [учебник для вузов] / Э. Н. Вайнер. – М. : Наука, 2001. – 416 с.
5. Войтенко В. П. Здоровье здоровых / В. П. Войтенко – К.: Здоровье, 1991. – 248 с.
6. Гладышев Ю. В. [Валеология](http://valeologija.ru/): Учебно-методический комплекс. / Ю. В. Гладышев, Н. Г. Гладышева. – Новосибирск: НГУЭУ, 2008. – 108 с.
7. Гончаренко М.С. Валеопедагагічний словник./ М.С. Гончаренко, С.Є.Лупаренко. – Харків: Харків. нац. ун-т імені В.Н. Каразіна, 2008. – 121 с.
8. Основы валеологии : В 3 кн. / Под общ. ред. В. П. Петленко – Кн. 1. – К.: Олимпийская литература, 1998. – 433 с.
9. Петрушин В. И. Валеология : [учебное пособие] / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина – М. : Гардарики, 2003. – 432 с.
10. Сущенко Л. П. Валеологія як наука про здоров’я / Л. П. Сущенко. – Запоріжжя : ЗДУ, 1997. – 28 с.
11. Сущенко Л. П. Здоровий спосіб життя людини. Довідкові матеріали. Рекомендовано наук-метод комісією з валеології НМР Міністерство освіти України / Л. П. Сущенко. – Запоріжжя: ЗДУ, 1999. . – 324 с.
12. Сущенко Л.П. Сучасні оздоровчі системи та програми / Л. П. Сущенко. – Запоріжжя ЗДУ, 1998. – 70 с.
13. Хочу быть здоровым: Справочное издание / Под ред. П. Г. Отрощенко, В.О.Мовчанюка, И.И.Никберга. – К.: Либидь, 1991. – 336 с.
14. Чайковский А.Н. Искусство быть здоровым / А.Н. Чайковский, С.Б.Шенкман. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 375 с.
15. Чумаков Б. Н. Валеология : [учебное пособие] / Б. Н. Чумаков. – М.: Педагогическое общество России, 2001 – 407 с.

**Додаткова:**

1. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье / Н. М. Амосов. – М. : Молодая гвардия, 1987. – 191 с.
2. Базарный В. Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома / В. Ф. Базарный. – М. : АРКТИ, 2005. – 176 с.
3. Зайцев Г. К. Школьная валеология: Педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей / Г. К. Зайцев – СПб. : Акцидент, 1998. –159 с.
4. Клещева Р. П. Табакокурение и мозг / Р. П. Клещева. – М. : Наука, 1991. – 121 с.
5. Колбанов В.В. Валеология: Основные понятия, термины и определения / В. В. Колбанов – СПб.: Деан, 1998. – 232 с.
6. Лидерс А. Г. Психологический тренинг с подростками: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. Г. Лидерс. – М. : Издательский центр «Академия», 2003. – 256 с.
7. Людинський В.М. Учням про шкідливість нікотину і алкоголю. – К.: Радянська школа, 1986. – 102 с.
8. Матвеев В.Д. Профилактика вредных привычек школьников / В.Д.Матвеев, А.Л.Гройсман. – М.: Просвещение, 1987. – 93 с.
9. Медико-біологічні основи валеології: Навчальний посібник / За ред. П. Д. Плахтія. − Кам'янець-Подільский: Вид. Кам'янець-Подільського держпедуніверситету, 2000. − 408 с.
10. Папков Р.Я. Лекции о влиянии алкоголя на организм человека / Р.Я.Папков, Папков Д.В. – М.: Высшая школа, 1987. – 95 с.
11. Раевский Р. Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жиз­ни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский. – Одеса. : Наука и техника, 2008. – 556 с.
12. Семенова Н. А. Кухня раздельного питания. Издание третье. / Н. А. Семенова. – СПб. : «Диля Паблишинг», 2006. – 256 с.
13. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М. : АРКТИ, 2005. – 230 с.
14. Советова Е. В. Оздоровительные технологии в школе / Е. В. Советова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. – 285 с.
15. Страшко С. В., Животовська Л. А, Кривич І. П. та ін. Інструк­тивно-методичні й інформаційні матеріали щодо запобігання вживанню наркотичних речовин, поширенню в Україні небез­печних інфекційних захворювань та профілактики йодної недо­статності у населення // Інформаційний вісник (вища освіта) − № 12. − К.: НМЦВО, 2003. − С. 73-97.

**15. Інформаційні ресурси**

1. Грибан В. Г. Валеологія. [Електроний ресурс]. – Режим доступу : <http://pidruchniki.ws/15840720/meditsina/valeologiya_-_griban_vg>
2. Валеология как наука. [Електроний ресурс]. – Режим доступу до сайту : <http://bskmed.narod.ru/index/0-2>