

## Рекомендована література

### Основна

1. Moroz V. M., Shandra O. A., Vastyanov R. S., Yoltukhivsky M. V., Omelchenko O. D. *Physiology : Textbook*. Vinnytsia : Nova Knyha Publishers, 2020. 728 p.
2. Грибан В. Г. Валеологія: підручник для студ. вищ. навч. закл.. Київ: Центр учбової літератури, 2018. 342 с.
3. Мордвінова І. В., Ольховик А. В. *Науки про здоров'я : навчальний посібник / І. В. Мордвінова, А. В. Ольховик. – Суми : Сумський державний університет, 2019. – 95 с.*
4. Литвиненко, Р. О., Перетяцько, В. В., Новосад, Н. В. *Формування здоров'язберезувальної компетентності майбутніх учителів біології та основ здоров'я в умовах воєнного стану*. Педагогічні науки: теорія та практика. 2024. №3. С. 20-25.
5. Єжова О. *Здоровий спосіб життя: навч. посібн.* Суми: Університетська книга, 2017. 127 с.
6. Желева О.І. *Формування навичок здорового способу життя: метод. посіб.* Золотоноша: 2014. 147с.
7. *Загальна теорія здоров'я : навчальний посібник для студентів напряму підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» та спеціальностей 227 «Фізична реабілітація», 227 «Фізична терапія, ерготерапія» / М. П. Горобей, О. В. Осадчий. – Чернігів : ЧНТУ, 2017. – 210 с.*
8. Міхеєнко О. *Загальна теорія здоров'я: навч. посібн.* Суми: Університетська книга, 2017. 156 с.
9. Нестерова С. Ю. *Валеологія і основи медичних знань: тексти лекцій : Посібник для студентів інституту фізичного виховання та спорту.* Вінниця : ВДПУ, 2014. 126 с.
10. Рибалко Л.М. *Загальна теорія здоров'я : навчальний посібник для студентів денної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт».* Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2019. 180 с.
11. Тагліна О. В. *Основи здоров'я : підручник для 9 класу загальноосвітніх навчальних закладів.* Харків : Ранок, 2017. 160 с.

### Додаткова

1. Абідова Т.С., Бондаренко В.І. *Біологічні ритми і здоров'я людини. Всеукраїнська дистанційна науково-практична конференція з міжнародною участю «Екологія. Здоров'я людини. Проблеми та перспективи людства». (22.04.2021, м. Харків).* С.13-15.
2. Вагуріна К., Малько М.М. *Вплив гіпокінезії на серцево-судинну систему. Збірник наукових праць студентів, аспірантів, докторантів і молодих вчених «Молода наука-2025»: у 5 т.* Запорізький національний університет. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. Т.3. С. 239-240.
3. Вегера О.П., Ложкіна К.В., Новосад Н.В., Перетяцько В.В., Малько М. М. *Емоційні переживання та самооцінка тривожності в учнів протягом навчального року. Актуальні проблеми та перспективи розвитку природничих, медичних та фармацевтичних наук : збірник тез X регіональної науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих вчених (м. Запоріжжя, 3 грудня 2022 р.).* Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2022. 117 с. С. 57-59.
4. Люленко С. О. *Здоровий спосіб життя як провідна умова збереження і зміцнення здоров'я. Природничі науки в системі освіти : матеріали Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції 18 лютого 2016р. м. Умань.* Умань: ФОП Жовтий О.О., 2016. – 142с.
5. Малько М. М., Афонін Д.О. *Зміни варіабельності серцевого ритму при роботі з дисплеєм. V International scientific and practical conference «Modern strategies of global scientific solutions» (December 27-29, 2023) Stockholm, Sweden, International Scientific Unity.* 2023. С. 2011-2013.

6. Малько М. М., Кісель К.О. Статеві особливості нервових процесів у дітей молодшого шкільного віку. *The 2nd International scientific and practical conference "Future of science: innovations and perspectives"* (December 23-25, 2024) SSPG Publish, Stockholm, Sweden. 2024. P. 25-27.
7. Малько М. М., Охріменко Є. Ю, Слишко А. М. Особливості вегетативного балансу при різному функціональному стані екстрапірамідної системи. *Сучасні проблеми біології, екології та хімії: Збірник матеріалів VII Міжнародної науково-практичної конференції*. Запоріжжя : Поліграфічний центр «СоруArt», 2024 С. 67-68.
8. Малько М.М., Ашифіна А.В. Особливості реакції серцево-судинної системи студентів із різним типом саморегуляції кровообігу. *Актуальні питання біології, екології та хімії*. Т. 13, №2, 2017. С. 118-125.
9. Малько М.М., Коблов В.В. Особливості сприйняття інформації студентами в умовах дистанційного навчання. Матеріали XI регіональної, I Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми та перспективи розвитку природничих, медичних та фармацевтичних наук». Запоріжжя : 2025 С. 46-47.
10. Цимбал Н.М. Практикум з валеології. Методи Зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2000. 168 с.
11. Андреева О. Рухова активність та якість життя як компоненти активного старіння в похилому віці. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2021. № 2. С. 49–55.
12. Сімахіна Г О. Харчування як основний чинник збереження стану здоров'я та життєзабезпечення організму людини. *Наукові праці Національного університету харчових технологій*. 2018. Т. 24, № 4. С. 204–213.
13. Кошель А. Ю. Вплив навколишнього середовища на здоров'я людини. *Безпека життя і діяльності людини: теорія та практика*. Полтава, 2019. С. 477–484.
14. Гришко Ю. М. Спадковість як причина і умова розвитку хвороб. *Світ медицини та біології*. 2016. № 2. С. 172–176.

### **Інформаційні ресурси**

1. Human Anatomy. URL: <http://anatom.in.ua>
2. Moodle ЗНУ - <https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=6669>
3. Physiology Medical News Today. URL: <http://www.medicalnewstoday.com/articles/248791.php>
4. Physiology News | Physiological Society. URL: <http://www.physoc.org/>
5. Всесвітня організація охорони здоров'я. URL: <http://www.who.int>.
6. Державний комітет статистики України. URL: <http://www.ukrstat.gov.ua/>.
7. Електронний фонд наукових публікацій. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/eb/ep.html>
8. Індекс здоров'я України - <http://health-index.com.ua>
9. Інститут демографії та соціальних досліджень Національної академії наук України. URL: <http://www.idss.org.ua/>
10. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
11. Сервер з питань охорони здоров'я. URL: <http://www.likar.info>