

DOI: 10.33942/sit1708

УДК: 37.037.2

КОЛЛЕДЖДЕГИ СТУДЕНТТЕРДИН ДЕН-СОЛУКТУ САКТОО БИЛИМИНИН КОМПОНЕНТТЕРИНИН ӨЗГӨЧӨ МҮНӨЗДӨМӨЛӨРҮ

Давлетбекова А.Д.

Бишкектеги компьютердик системалар жана технологиялар колледжинин ага окутуучусу,
e-mail: davaiza81@mail.ru

Аннотация: Макалада төмөнкү компоненттерди камтыган сергек жашоо образына жана жеке ден-соолукка болгон аң-сезимдүү мамиле ачылат: өзүнө, ден-соолугуна болгон мамилеси (өз ден-соолугун сактоого жана өнүктүрүүгө түрткү берүү, ден-соолугуна карата баалуулук мамилесинин көрүнүшү, студенттердин өзүлөрүнүн өнүгүүсүндө ден-соолук); ден-соолук жана сергек жашоо образы жөнүндө ой-пикирлердин толуктугу (студенттердин когнитивдүү көзкарандысыздыгы, ден-соолукту сактоочу жүрүм-турумга кызыгуу даражасы); сергек жашоо образынын маанилүүлүгүн билүү (өзүн-өзү башкара билүү, сергек жашоо образын өткөрүү, ден-соолукту сактоонун маанилүүлүгүн жана зарылдыгын түшүнүү, сергек жашоо образынын жашоосун баалоо).

Өзөктүү сөздөр: инсанды калыптандыруу, тарбия берүү, "ден-соолукту сактоочу компонент", колледждин студенти, класстан тышкаркы иштер, билим берүү чөйрөсү, санитардык-гигиеналык стандарттар, сергек жашоо образы.

СУЩНОСТНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПОНЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА

Давлетбекова А.Д.

ст. преподаватель Бишкекского колледжа компьютерных систем и технологий
e-mail: davaiza81@mail.ru

Аннотация: В статье раскрывается осознанный подход к здоровому образу жизни и личному здоровью, который включает в себя следующие составляющие компоненты: отношение к самому себе, к своему здоровью (мотивация на сохранение и развитие собственного здоровья, проявление ценностного отношения к своему здоровью, личностный рост студентов в развитии собственного здоровья); полноте представлений о сущности здоровья и здорового образа жизни (познавательная самостоятельность воспитанников, степень заинтересованности в здоровьесберегающем поведении); осознание значимости здорового образа жизни (умение владеть собой, вести здоровый образ жизни, понимание важности и необходимости сохранения здоровья, использование ценности здорового образа жизни в своей жизнедеятельности).

Ключевые слова: формирование личности, воспитание, «здоровьесберегающий компонент», студент колледжа, внеурочная деятельность, воспитательная среда, санитарно-гигиенические нормы, здоровый образ жизни.

ESSENTIAL CHARACTERISTIC OF THE COMPONENTS OF HEALTH- SAVING EDUCATION OF COLLEGE STUDENTS

Davletbekova A.D.

Senior Lecturer, Bishkek College of Computer Systems and Technologies
e-mail: davaiza81@mail.ru

Abstract: *The article reveals a conscious approach to a healthy lifestyle and personal health, which includes the following components: attitude to oneself, to one's health (motivation for maintaining and developing one's own health, manifestation of a value attitude towards one's health, personal growth of students in the development of their own health); completeness of understanding of the essence of health and a healthy lifestyle, completeness of ideas about the essence of health and a healthy lifestyle (cognitive independence of pupils, the degree of interest in health-preserving behavior); awareness of the importance of a healthy lifestyle (the ability to control oneself, lead a healthy lifestyle, understanding the importance and necessity of maintaining health, using the value of a healthy lifestyle in one's life).*

Keywords: *personality formation, education, "health-preserving component", college student, extracurricular activities, educational environment, sanitary and hygienic standards, healthy lifestyle.*

Кыргызстанды өнүктүрүүнүн заманбап татаал шарттарында балдардын, өспүрүмдөрдүн жана студенттердин ден-соолугун сактоо жана максаттуу түрдө калыптандыруу көйгөйү өтө олуттуу жана актуалдуу, коопсуздук жана көзкарандысыздык көйгөйү менен түздөн-түз байланышкан. Студенттердин ден-соолугуна байланыштуу өзгөчө жагымсыз кырдаал орто кесиптик деңгээлдеги билим берүү мекемелеринде (гимназиялар, колледждер, лицейлер ж.б.) белгиленип, билим берүү процесси интенсивдүүлүгү менен мүнөздөлөт.

Ден-соолугу үчүн жооптуу, айлана-чөйрөнүн жагымсыз шарттарына туруштук бере алган, сергек жашоо образын жана аны кантип жайылтууну билген жаштарды окутууга жана тарбиялоого социалдык муктаждык өсүүдө. Дени сак коомду куруу идеясы коомго ушул милдетти аркалап, алардын ден-соолугун сактоого кызыкдар адистерди даярдай турган педагогикалык билим берүү тутуму аркылуу гана ишке ашат [11]. Колледж студенттеринин ден-соолугу билим берүү шарттарына, тамактанууга, кыймыл-аракетке, жүктүн жана эс алуунун туура алмашуусуна, билим берүү мекемесиндеги үй-бүлөлүк тарбия жана билим берүү шарттарына түздөн-түз көз каранды.

Ден-соолукту сактоочу билим, биринчи кезекте, студенттердин дени сак жашоо образынын маданиятын калыптандыруу, физикалык ден-соолук, руханий жана адеп-ахлактык ден-соолуктун баалуулугу жөнүндө ойлорду баалоо менен байланышкан маселелердин комплексин чечүүнү; экинчиден, окуучулардын өз ден-соолугун сактоо боюнча көндүмдөрүн калыптандыруу, класстан тышкары окуу процессинде ден-соолукту сактоочу технологияларды өздөштүрүү; үчүнчүдөн, дене тарбия жана спорттун баалуулугу жөнүндө түшүнүктөрдү калыптандыруу, бул иш-аракеттердин адамдын инсандык сапатына, окуу процессине жана чоңдордун жашоосуна тийгизген таасирин түшүнүү. [1, 13] Билим берүү ишинин ушул багытын өнүктүрүүдө натыйжалуу программалар жана долбоорлор катары төмөнкүлөрдү көрсөтсө болот:

➤ өз ден-соолугуна карата жоопкерчиликтүү мамилени тарбиялоого, адамдардын ден-соолугуна терс таасирин тийгизүүчү зыяндуу адаттардын, коомго каршы жүрүм-турумдун ар кандай түрлөрүнүн алдын алууга багытталган программалар жана долбоорлор, профилактикалык иш-чаралар, маектешүүлөр, лекциялар, медициналык кызматкерлер, укук коргоо органдарынын кызматкерлери менен жолугушуулар, өспүрүмдөрдүн психологдору; ден-соолук күндөрүн, олимпиадаларды жана тематикалык конкурстарды өткөрүү;

➤ спорттук мектептерди, клубдарды, ийримдерди өнүктүрүү, жабдылган спорт аянтчаларын көбөйтүү, ден-соолукту чыңдоочу лагерлерди, эс алуу лагерлерин, эмгек лагерлерин, санаторийлерди жана диспансерлерди спорттук шаймандар менен камсыз

кылуу, ар кандай спорттук иш-чараларды өткөрүү аркылуу дене тарбия жана спорт үчүн шарттарды камсыз кылууга багытталган программалар жана долбоорлор, мелдештер, спорттун тарыхын жана олимпиада оюндарын изилдөө, үй-бүлөлүк спортту, балдар жана өспүрүмдөр туризмдин өнүктүрүү;

➤ ийримдердин жана клубдардын ишмердүүлүгүнүн алкагында үй-бүлөдө жана региондо сергек жашоо образынын позитивдүү үлгүлөрүн изилдөө, ден-соолукту чыңдоочу жашоо темасы боюнча студенттердин тарыхый изилдөө жана изилдөө иштерин уюштуруу менен ден-соолук маданиятын калыптандырууга багытталган программалар жана долбоорлор, окуу ишинин субъекттеринин ден-соолугун сактоо көйгөйлөрүнө байланыштуу колледждерде илимий иштерди жүргүзүү;

➤ сергек жашоону жана дене тарбияны жайылтууну камсыз кылууга багытталган программалар жана долбоорлор, анын ичинде спорттук мелдештерди жана эс алуу иш-чараларын маалыматтык колдоо максатында социалдык жарнак аркылуу;

➤ сергек жашоо образын калыптандырууга жана жайылтууга багытталган калктын ар кандай топтору: балдар, өспүрүмдөр, студенттер үчүн маалыматтык-үгүттөө иш-чараларын иштеп чыгуу жана жүзөгө ашыруу;

➤ жаштардын спорттук жана ден-соолукту чыңдоо боюнча маалыматтык-үгүттөө багытындагы интернет-порталдарын түзүү;

➤ моралдык жана руханий ден соолукту камсыз кылууга багытталган программалар жана долбоорлор. Студенттердин психологиялык жайлуулук көйгөйлөрүн изилдөөчү илимий жамааттары мисал боло алат, адеп-ахлактык жүрүм-турум, коммуникативдик компетенттүүлүк, коомдук жана маданий байланыштар, социалдык өнөктөштүк маселелерин караган дискуссиялык клубдар жана жаштар борборлору, өсүп келе жаткан муундун руханий ден-соолугу, ассоциалдык жүрүм-турумду жеңүү, экстремизм, балдар жана жаштар арасындагы радикализмдин алдын алуу боюнча форумдар, лекциялар жана тегерек столдорду өткөрүү.

Айрым илимпоздордун изилдөөлөрүндө көрсөтүлгөндөй [14], студенттерди сергек жашоо образына киргизүү үчүн билим берүү мекемеси менен үй-бүлөнүн, ошондой эле башка социалдаштыруунун агенттеринин (юридикалык жана медициналык мекемелер, социалдык-психологиялык кызматтар, коомдук уюмдар) өз ара аракеттенүү процесси төмөнкү педагогикалык шарттар жүзөгө ашырылганда натыйжалуу болот:

- билим берүү мекемесинин жана анын социалдык өнөктөштөрүнүн, студенттердин ата-энелеринин биргелешкен аракети менен окуучулардын сергек жашоо образына баалуулук катары мамилесин калыптандыруу. Бул студенттерге салыштырмалуу жаңы ден-соолукту сактоочу билим чөйрөсү менен таанышууну, алардын ден-соолугун сактоодо жана жогорулатууда билимдин ролу [12], аларды күнүмдүк турмуш практикасында колдонуу мүмкүнчүлүктөрү жөнүндө кабардар кылат;

- катышуучулардын өз алдынча изилдөө жана өзүн-өзү өркүндөтүү процесстерин стимулдаштырган интерактивдүү формаларды колдонуп, ата-энелерди, мугалимдерди жана окуучуларды предметтик иш-аракеттерди камтыган, иш-аракет ыкмасынын негизинде мектеп менен үй-бүлөнүн, башка социалдаштыруунун субъекттеринин өз ара аракетин уюштуруу.

Ден-соолукту сактоонун заманбап билим берүү-семантикалык аныктоочу факторлору катары ден-соолукту сактоого чакырган жана жалпы маданий-билим берүүчү мааниге ээ календардык эсте калган даталар жана майрамдар колдонулушу

мүмкүн [2]. Ошентип, бүгүнкү күндө студенттердин ден-соолугун сактоо маданиятын калыптандыруу мамлекеттик артыкчылыктуу милдет.

"Дени сак жашоо образы" термини чет элдик илимий адабияттардан келип чыккан. В.Н. Беленов, "образ" түшүнүгү инсандын руханий чөйрөсү менен көбүрөөк байланыштуу. Буга байланыштуу ал "сергек жашоо" терминин дүйнө тааным менен байланыштырган. "Стиль" түшүнүгү адамдын жашоосунун активдүүлүгү менен байланышкан. Анын негизинде В.Н. Беленов төмөнкүдөй аныктама берет: "Дени сак жашоо образы - бул адамдын жүрүм-турум тутумун (стилин) аныктай турган дүйнө тааным, бул учурда сергек жашоо мүнөзү" [4]. Ошол эле учурда автор адамдын жүрүм-турумунун зарыл атрибуту болуп калган сергек жашоо образы мындан ары сергек жашоо образынын калыптанышына оң таасирин тийгизет деп белгилейт.

Студенттерге жашоо принциптерин үйрөтүү инсандык педагогикасында билим берүүнүн негизги функциясы. [8] Принциптерге кайрылуу тарбиячыга коомдук тажрыйбаны өткөрүп берүү процессин жумшак жана тымызын жөнгө салуу мүмкүнчүлүгүн берет. Бул ага демилгенин мүнөзүн берет, ага көзөмөлдүн зомбулуксуз элементин киргизет. Билим берүүнү мугалимдин студенттер менен биргеликте билим берүү процессинин натыйжасына маани берүү жана жаратуу жөндөмүн өнүктүрүүгө багытталган биргелешкен иш-аракети катары да кароого болот. Тарбиялоонун өбөлгөсү анын ырааттуулугу. [4]

Ден-соолукту сактоочу компоненти бар колледждин тарбия берүү тутумунда ар бир предмет өзүнүн ден-соолугун башкарууга мүмкүнчүлүк бере тургандай билим берүү процессин уюштуруу керек деп эсептейбиз. Бул максатка жетүү үчүн билим берүү процессинин бардык субъекттери үчүн саногендик ой жүгүртүүнү калыптандыруу зарыл, б.а. ой жүгүртүү, жүрүм-турумду башкарууга жөндөмдүү, ошол эле учурда ал өзүнүн жана башкалардын ден-соолугун сактайт. Балдардын жана өспүрүмдөрдүн ден-соолугуна карата аң-сезимдүү мамилени тарбиялабай туруп, коом адам төрөлгөндө ден-соолукка болгон мүмкүнчүлүгүн эч качан сактабайт.

Ден-соолук өспүрүмдөр тарабынан баалуулук катары кабыл алынып, муктаждык катары тажрыйбалуу болушу керек. Ошондо гана бул баалуулук жүрүм-турумга түрткү берет. Ошол эле учурда, инсандын пайдубалы жашоонун алгачкы жылдарында эле түптөлгөнү талашсыз. Нарктык мамиленин объектиси адамдар болушу мүмкүн болгондуктан, ден-соолук дагы баалуулук мамилесин калыптандыруу объектиси болушу мүмкүн.

Ден-соолугун чың болушу үчүн, өзүндүн үстүнө максаттуу түрдө иштөө керек, эгерде студент ден-соолукту эң жогорку адамдык баалуулук катары билсе жана мындай ишти жүргүзүү үчүн керектүү билим запасына ээ болсо гана болот. Бул максатта студенттер ден-соолукка болгон мотивацияны, ден-соолукту өз алдынча сактоого жана чыңдоого умтулууну калыптандырышы керек. Кантсе да, өзүңүз билгендей, алар эмнени баалаарын гана ойлошот, эң негизгиси, өз эмгеги менен жараткан нерсесин баалашат.

Көптөгөн изилдөөчүлөрдүн (К.Р.Сергеев, В.Ш.Беленов А.М.Митяева жана башкалар) эмгектеринде ден-соолукту сактоо компоненти билим берүү процессинде катышуучулардын ден-соолугун сактоо жана жакшыртуу максатында билим берүү мекемесинде жүргүзүлгөн ар кандай мүнөздөгү иш-чаралардын жыйындысы катары каралат. [4, 5, 9] Билим берүүнүн бардык субъекттеринин иш-аракеттери, алардын ортосунда пайда болгон ар кандай байланыштар, ошондой эле алардын өз ара аракеттенүүсү жүргүзүлүүчү шарттар; процесстин катышуучуларынын ден-соолугун сактоо жана чыңдоо функциясын билим берүү мекемеси ишке ашыруу процесси. [9]

Биз изилдеп жаткан көйгөй боюнча илимий адабияттарды талдоо бизге "ден соолукту сактоочу компонент" түшүнүгүнүн маңызын конкреттештирүүгө мүмкүндүк берди. Билим берүү мекемесинин тарбия берүү тутумундагы ден-соолукту сактоочу компонент биз тарабынан ден-соолук маданиятын аң-сезимдүү калыптандырууга, билим берүү процессинин бардык субъекттери тарабынан физикалык, психологиялык жана адеп-ахлактык жыргалчылыкка жетишүүгө багытталган көп аспекттүү, социалдык-педагогикалык иш-аракет катары каралат. [7]

Билим берүү мекемесине карата бул аныктаманы ден-соолукту студенттин кызыкчылыгы жана ишмердүүлүгү чөйрөсүнө кошуу, ден-соолук, сергек жашоо образы, туруктуу мотивацияны калыптандыруу жана ден-соолукту сактоо зарылдыгы, жүрүм-турумдун мындай стереотипине баш ийүү жөнүндө керектүү идеялары бар өспүрүмдөрдүн болушу менен мүнөздөлгөн инсанды тарбиялоо деп түшүнсө болот, анын негизинде адамдын ден-соолугу эң жогорку жашоо баалуулугу катары кабылданат.

Ден-соолукту сактоо компоненти билим берүү процессинин иш-чараларынын комплекси катары ден-соолукту сактоо ишинин төмөнкү багыттарын камтыйт:

1. Тарбиялоо берүү иш-чараларынын жүрүшүндө. Сабак окуу процессинин негизги формасы, тарбия ишинин негизги звеносу болгон жана болуп кала берет. Сабакта адамга, эмгекке, илимге, ден-соолукка, билимге, маданиятка жана коомго карата баалуулук мамилеси тарбияланат. Окуучу дүйнөнү, жашоону, адамды, чындыкты үйрөнөт. Сабак учурунда ден-соолукту сактоо иш-чараларын уюштуруу тутуму мугалимдер менен студенттердин кызматташтыгынын ырааттуу жана максатка ылайыктуу процесси деп түшүнүлөт, анын уюштуруу формалары, алардын биримдиги жана байланышында, табигый түрдө, окуучулардын инсандык ден-соолугунун маданиятын калыптандырууга алып келет [7]. Ден-соолуктун өнүккөн маданияты бар инсанды калыптандыруу студент ден-соолукту чыңдоо иш-чараларынын ар кандай түрлөрүнө жемиштүү киргенде пайда болот. Демек, мугалимдер үчүн маанилүү жана жалпы милдет - окуучулардын сабак учурунда билим берүү иш-аракеттерин уюштуруу, бул туруктуу жана жигердүү кызыгууну жана сергек жашоо образына болгон интенсивдүү калыптанууга өбөлгө болот.

2. Билим берүү мекемесиндеги ден-соолукту чыңдоо иштерине төмөнкүлөр кирет:

- билим берүү мекемесинде окуучулардын ооруларынын баштапкы жана экинчи профилактикасын ишке ашыруу, ошондой эле оорудан кийин калыбына келтирүү иш-чараларын жүргүзүү;

- билим берүү процессин үзгүлтүккө учуратпастан, рекреациялык жана медициналык иш-чаралардын комплекси;

- студенттердин организмине тийгизген таасирин эске алуу менен билим берүү процессин уюштуруунун ар кандай формалары;

- окуу процессин уюштуруунун санитардык-гигиеналык ченемдеринин сакталышын контролдоо, жүктү ченөө жана студенттердин чарчоосунун алдын алуу;

- студенттердин ден-соолугунун абалын, физикалык жана психикалык өнүгүүсүн көзөмөлдөө тутуму;

- окуучуларга жана мугалимдерге стресстен, тынчсыздануудан, жакшы санааны калыптандыруудан психологиялык жардам кызматы;

- студенттердин ден-соолугун чыңдоого, алардын гармониялык өнүгүүсү үчүн шарттарды түзүүгө багытталган иш-чаралар.

3. Класстан тышкары өз ара аракеттенүү - ар кандай бөлүмдөрдүн адистерин сабактан тышкары иш-чараларга чакыруу студенттердин таанып-билүү

активдүүлүгүн, алардын жүрүп жаткан иш-чараларга болгон кызыгуусун арттырып, студенттердин чарчоосун кетирет жана демек, студенттердин ден-соолугун чыңдоо шарттарынын бири болуп саналат.

4. *Класстан тышкаркы иш-чаралар* тарбия берүү процессинин компоненти болуп саналат. Сабактар ден-соолукту сактоо технологияларын колдонуу менен өткөрүлөт. Класстан тышкаркы иш-чараларга окуучулардын ден-соолугун чыңдоо маданиятын калыптандыруу үчүн класстан тышкаркы иш-чараларды уюштуруу жана өткөрүү кирет; студенттердин сергек жашоо образын сактоого түрткү берүү, класстан тышкаркы иштерди уюштуруу жана жаман адаттардын алдын алуу; сабактан кийин студенттер менен уюштуруу жана тарбия иштерин жүргүзүү.

Колледждин ден-соолукту сактоонун бардык компоненттери студенттердин ден-соолугун сактоого багытталууга жана милдеттүү шарт катары билим берүү мекемесинин тарбия берүү тутумунда болууга тийиш. Ошентип, колледждин тарбия берүү тутумундагы ден соолукту сактоо компоненти көйгөйлөрдү чечүүгө жардам берет:

- маалыматтын ири агымы, стресс, адам табиятына жана илимий-техникалык прогреске байланыштуу экологиялык ылайыксыздык шарттарында студенттердин ден-соолугун сактоо жана өнүктүрүү;

- ден-соолук, адеп-ахлактык жана психологиялык маданият катары ден-соолук маданиятын өз алдынча өнүктүрүүгө багытталган студент үчүн жагымдуу шарттарды түзүү.

Бүгүнкү күндө жаш муундарды тарбиялоо өлкөнүн коопсуздугунун негизин түзгөн заманбап коомду өнүктүрүүнүн негизги стратегиялык милдеттеринин бири катары каралышы керек. [6] Ырааттуулук билимдин өбөлгөсү болуп калат. Билим берүү принциптерин ишке ашыруу ден-соолукту сактоо максатында окуучулардын турмуштук активдүүлүгүн уюштурууну камтыйт.

Ден соолукту сактоочу компоненти бар колледждин тарбиялоо тутуму - бул студенттин тарбиялоо жана окутуу анын ден-соолук ресурстарынын эсебинен эмес, студенттин ички ден-соолук потенциалын сактоого жана өнүктүрүүгө багытталган билим берүү мекемесинин атайын уюштурулган тарбия берүү тутумунун натыйжасында активдүү чөйрөнү түзүүчү ажырагыс социалдык-педагогикалык комплекс.

Эгерде коом студенттерди алардын ден-соолугуна карата аң-сезимдүү мамиле кылууга тарбияланбаса, анда адам төрөлгөндө ден-соолукка байланыштуу потенциалды эч качан сактай албайт. Студенттер ден-соолукту баалуулук катары билип, аны муктаждык катары сезиши керек.

Колледждин ден соолукту сактоочу компонентинин бардык компоненттери студенттердин ден-соолугун сактоого багытталган жана милдеттүү шарт катары билим берүү мекемесинин тарбия берүү тутумунда болушу керек.

Библиография:

1. *Алименко О.Е. Адистештирилген сабактарды окутууда ден-соолукту сактоочу технологияларды колдонуу. Медицина жана билим берүү: тажрыйба, көйгөйлөр, келечек. Макалалардын дайджести. - Елец, 2015: 66-70.*

2. *Амонашвили Ш.А. Ден-соолук педагогикасы / Ш.А. Амонашвили, А.Г. Алексин. - М.: Педагогика, 1990.232 б.*

3. *Барышников Э.Х. Билим берүү мекемесинин тарбия берүү тутумун түзүү: окуу колдонмосу. жөлөк пул. - АИ ИЛЮ, 2005.242 б.*

4. Беленов В.Н. Дене тарбия процессинде жогорку класстын окуучуларынын ден-соолукка болгон баалуулук мамилесин калыптандыруу: дис. пед. илимдер. кандидаты - Самара, 2000.36 б.
5. Митяева А.М. Ден-соолукту сактоочу педагогикалык технологиялар: окуу куралы. студенттер үчүн колдонмо; жогору. изилдөө. мекемелер. - М.: Академия, 2008.179-180 б.
6. Мудрик А.Б. Заманбап орто мектептин окуучусу: өнүгүү психологиясы боюнча окурман. - М.: ИРР, 1996.266-275 б.
7. Мудрик А.Б. Социалдык педагогика. - М.: Академия, 2000.198 б.
8. Сафронова Э.М. Жалпы билим берүүчү мектептеги билим берүү иши: функциялары, критерийлери, механизмдери: дис. пед. илимдер. канд. - Волгоград, 2005.112 б.
9. Сергеева В. П. Мектептин билим берүү тутумундагы класс жетекчисинин ишинин технологиясы: монография. - М.: ЦГЛ, 2004.128 б.
10. Смирнов В.И. Жалпы педагогика: тезистерде, аныктамаларда, иллюстрацияларда. - М.: Пед. Россия жөнүндө, 2000.416 стр.
11. Третьякова Н.В. Билим берүү мекемесинде ден-соолукту сактоо иш-аракетинин маданиятын калыптандыруунун уюштуруу-педагогикалык шарттары: дис. Ph.D. - Екатеринбург, 2005.245 б.
12. Харисов Ф.Ф. Билим берүү жана саламаттыкты сактоо. - М.: Вес мир, 2003.
13. Цабыбин С.А. Окуу процессиндеги ден-соолукту сактоочу технологиялар / автор-комп. С.А. Цабыбин. - Волгоград: Мугалим, 2009.15-16 б.
14. Электрондук ресурс: <https://www.who.int/ru/about/who-we-are/constitution>