

**РЕЗЮМЕТА НА ПУБЛИКАЦИИТЕ НА ГЛ. АС. БЕРДЖУХИ ЙОРДАНОВА
ЗА УЧАСТИЕ В КОНКУРС ЗА „ДОЦЕНТ”
ПО ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ 1.2. ПЕДАГОГИКА (УЧИЛИЩНА
ХИГИЕНА И ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ),
ЗА НУЖДТЕ НА ФАКУЛТЕТА ПО ПЕДАГОГИКА НА СОФИЙСКИ
УНИВЕРСИТЕТ „СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ”
ДВ БР. 103/12. 12. 2023 Г.**

1. Берджухи Йорданова, Здравословно хранене на децата в горна училищна възраст (възпитателни и образователни аспекти), ISSN (print): 978-954-07-5720-9, Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, Рецензирано, 213 с., 2023

Резюме

Здравословното хранене на децата в горна училищна възраст, като едно от основните направления на училищната хигиена е особено актуален проблем през XXI век, когато все повече се разпространява наднорменото тегло и затлъстяването сред учениците в България. От хранителният модел се определя цялостното физическо и психическо развитие на човешкия организъм, както и опазването и укрепването на личното и обществено здраве.

Книгата е посветена на здравословното хранене на децата в горна училищна възраст от възпитателна и образователна гледна точка. Представят се особеностите в здравето, храненето и физическото развитие на учениците; факторите, влияещи върху храненето; актуални данни от изследвания на храненето, наднорменото тегло и затлъстяването; европейски и национални политики, свързани с храненето на учениците и др. Анализират се данни от проведено емпирично изследване сред децата в горна училищна възраст и сред учителите, въз основа на което е разработен концептуален модел за здравословно хранене.

Главното предназначение на тази монография е да подпомогне педагогическите специалисти в придобиването на по-голяма увереност в укрепването и опазването здравето на учениците чрез информиране, организиране на събития, личен пример и др., както и мотивиране на децата да усвояват актуални знания, да развиват умения и да спазват принципите на за здравословно хранене и здравословен начин на живот.

В монографията се разглеждат актуални и значими за нашето съвремие проблеми и се надявам, че ще предизвика интерес у всеки един негов читател и ще провокира по-висока мотивация за професионална и личностна изява на педагога в училищната среда.

1. Berdzhuhi Yordanova, Healthy nutrition of children of upper school age (educational aspects), ISSN (print): 978-954-07-5720-9, University Publishing House "St. Kliment Ohridski", Sofia, Reviewed, 213 p., 2023

Abstract

The healthy nutrition of children of upper school age, as one from the main directions of school hygiene is a particularly relevant problem in the XXI century, when more and more is spreading overweight and obesity among pupils in Bulgaria. It is determined by the food pattern the overall physical and mental development of the human organism, as well as the protection and strengthening of personal and public health.

The book is dedicated to the healthy nutrition of children of upper school age from an upbringing and educational point of view. The following are presented: the features of the pupils' health, nutrition and physical development; factors affecting nutrition; current research data on nutrition, overweight and obesity; European and national policies related to student nutrition, etc. Data from an empirical study conducted among children of upper school age and among teachers are analyzed, based on which a conceptual model for healthy nutrition has been developed.

The main purpose of this monograph is to assist pedagogical specialists in gaining greater confidence in strengthening and protecting the health of pupils through information, organizing events, personal example, etc., as well as motivating children to learn current knowledge, to develop skills and to observe the principles of healthy nutrition and a healthy lifestyle.

In the monograph are considered current and significant for our modern times problems and I hope it will interest every one of his readers and will provoke a higher motivation for professional and personal expression of the teacher in the school environment.

2. Берджухи Михран Лефтерова, Здравно възпитание в контекста на социално-поведенческа готовност на детето за училище, ISSN (print): 978-619-194-006-6, COBISS.BG-ID – 1267353828, Стилует ЕООД, София, Рецензирано, 158 с., 2014

Резюме

Книгата е посветена на съвременните проблеми на здравното възпитание в контекста на социално-поведенческата готовност на детето за училище. Въз основа на задълбочен теоретичен анализ и проведено емпирично изследване са предложени актуални и неприлагани до момента в България: Модели за осъзнаване и отношение към здравето в предучилищна възраст; Експериментални ситуации за формиране на основи на здравна култура, като част от социално-поведенческата готовност на детето за училище; Авторски Проективен тест за диагностика на социално-поведенческа готовност на детето. Изследвана и представена е връзката между интелектуалното развитие на детето и неговата социално-поведенческа готовност за училище.

2. Berdzhuhi Mihran Lifterova Health education in the context of socio-behavioral readiness of the child for school, ISSN (print): 978-619-194-006-6, COBISS.BG-ID – 1267353828, Stiluet EOOD, Sofia, Reviewed, 158 p., 2014

Abstract

The book is dedicated of the modern problems of health education in the context of the socio-behavioral readiness of the child for school. On the basis of in-depth theoretical analysis and conducted empirical research are proposed current and not yet applied in Bulgaria:

Models for awareness and attitude towards health in preschool age; Experimental situations to form the foundations of a health culture, as part of the child's socio-behavioral readiness for school; Author's Projective test for diagnosis of socio-behavioral readiness of the child. It is researched and presented the relationship between the child's intellectual development and his socio-behavioral readiness for school.

3. Вержиния Боянова, **Берджухи Йорданова**, Константин Теодосиев, Изследване на взаимодействието между формалното и неформалното здравно образование, Педагогика, брой:кн.9, 2021, pages: 1230-1244, ISSN - 0861-3982, Online ISSN 1314–8540, COBISS.BG-ID - 1119662308, Ref, [Инд./Реф. в: Web of Science] <https://azbuki.bg/wp-content/uploads/2021/12/Pedagogy_9_21_Verginiq-Boqnova.pdf >

Резюме

Статията представя резултатите от проведено анкетно изследване на личностните нагласи към взаимодействието между формалните и неформалните подходи и практики за комплексно здравно (вкл. екологично и физическо) образование. С цел да бъдат обхванати максимално широк кръг индивидуални мнения и опити, бяха формирани две паралелни респондентски групи от студенти в педагогически и социални професионални направления (педагогика, неформално образование, социални дейности), от една страна, и педагогически и социалнопедагогически специалисти заети във и извън формалната образователна система, от друга. Анализът на анкетните данни доказва значимото място и роля на сближаването на формалното и неформалното образование за успешното и устойчиво личностно развитие и реализация за двете групи изследвани лица, но също така очерта и някои специфични разграничителни линии в техните опити и позиции.

3. Verginia Boyanova, **Berdzhuhi Yordanova**, Konstantin Teodosiev, Research of the interaction between formal and informal health education, Pedagogy, issue: volume.9, 2021, pages: 1230-1244, ISSN –0861-3982, Online ISSN 1314–8540, COBISS.BG-ID - 1119662308, Ref, [Инд./Реф. в: Web of Science] <https://azbuki.bg/wp-content/uploads/2021/12/Pedagogy_9_21_Verginiq-Boqnova.pdf >

Abstract

The article presents the results from conducted questionnaire study of personal attitudes towards the interaction between formal and informal approaches and practices for complex health (including environmental and physical) education. With purpose to be covered maximally wide range of individual opinions and experiences, were formed two parallel respondent groups of students in pedagogical and social professional fields (pedagogy, non-formal education, social activities), on the one hand, and pedagogical and socio-pedagogical specialists employed in and outside the formal education system, on the other. The analysis of survey data proves the significant place and role of the rapprochement of formal and informal education for successful and sustainable personal development and realization for the two groups of individuals studied, but also outlined some specific distinguishing lines in their experiences and positions.

4. **Берджухи Йорданова**, Перспективи пред съвременното здравно образование и възпитание в България, Сб. Образованието: класичност и модерност, редактор/и:Рени Христова-Коцева, Светлана Ангелова и др., издателство:Университетско издателство „Св. св. Кирил и Методий“ Велико Търново, 2023, стр.:238-244, ISSN (print):ISSN 2815-5475

Резюме

Статията разглежда теоретично същността и задачите на съвременното здравно образование и възпитание. Представя значението му за запазване и укрепване на здравето, както на децата и учениците, така и на възрастното население в бъдеще. Открояват се основни национални документи, пряко свързани с осъществяването на образователния процес в областта на здравното образование и възпитание в България.

4. **Berdzhuhi Yordanova**, Perspectives before modern health education and upbringing in Bulgaria, Sb. Education: classicism and modernity, editor/s: Reni Hristova-Kotseva, Svetlana Angelova, etc., publisher: University Publishing House "St. St. Cyril and Methodius" Veliko Tarnovo, 2023, pp.: 238-244, ISSN (print): ISSN 2815-5475

Abstract

The article examines theoretically the essence and tasks of modern health education and upbringing. Presents its importance for preserving and strengthening health, as of children and pupils, as well as the elderly population in the future. They stand out basic national documents directly related to the implementation of the educational process in the field of health education and upbringing in Bulgaria.

5. **Берджухи Йорданова**, Възпитателни и образователни аспекти на здравословното хранене на учениците, Сб. Образование, наука, общество, редактор/и:проф. д-р Иванка Димитрова-Дюлгерова, проф. д.ф.н. Елена Николова, издателство:Университетско издателство "Паисий Хилендарски", 2022, pages: 114-124, ISSN (print):978-619-7663-43-3

Резюме:

В настоящата статия се разглеждат особеностите на хранене в ученическа възраст, физиологичните норми на хранене, основните принципи и изисквания за рационално хранене. Представени са подробно възпитателните и образователни аспекти на здравословното хранене, като особено внимание се обръща на ролята на училището и учителите в процеса на изграждане на здравословен хранителен модел у учениците.

5. **Berdzhuhi Yordanova**, Educational aspects of the healthy nutrition of pupils, Sat. Education, science, society, editor/s: prof. Dr. Ivanka Dimitrova-Dyulgerova, Prof. Ph.D. Elena Nikolova, publisher: "Paisiy Hilendarski" University Publishing House, 2022, pages: 114-124, ISSN (print):978-619-7663-43-3

Abstract

This article examines the features of school-age nutrition, the physiological norms of nutrition, the main principles and requirements for rational nutrition. They are introduced in detail the upbringing and educational aspects of healthy eating, with special attention being paid to the role of the school and teachers in the process of building a healthy nutrition pattern among pupils.

6. **Берджухи Йорданова**, Национални политики в областта на здравословното хранене на учениците, Сб. Кризисни предизвикателства и посткризисни перспективи, редактор/и:Силвия Николаева, издателство: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, 2022, стр.:75-99, ISSN (print):978-954-07-5564-9, ISBN:978-954-07-5564-9

Резюме

В статията се разглеждат проблемите, свързани с нездравословното хранене сред учениците, обуславящи нарастваща тенденция за увеличаване на наднорменото тегло и затлъстяването, което се отразява на здравната и образователната дейност. Представени са основните национални нормативни документи и изисквания, целящи усъвършенстване на модела на хранене в училище и осъществяване на ефективен контрол върху качеството на хранителните продукти и тяхната кулинарна обработка.

6. **Berdzhuhi Yordanova**, National policies in the field of healthy nutrition for pupils, Sb. Crisis challenges and post-crisis perspectives, editor/s: Silvia Nikolaeva, publisher: University Publishing House "St. Kliment Ohridski"2022, pages: 75-99, ISSN (print):978-954-07-5564-9, ISBN:978-954-07-5564-9

Abstract

In the article are considered the problems related to unhealthy nutrition among pupils, causing a growing tendency to increase overweight and obesity, which affects health and educational activities. They are introduced the main national normative documents and requirements aimed at improving the model of nutrition in school and implementation of effective control over the quality of food products and their culinary processing.

7. **Берджухи Йорданова**, Педагогически аспекти на междуинституционалното сътрудничество за подобряване на храненето на учениците в училищата, Сб. Образованието: класичност и модерност (Враца; 2022), редактор/и: Маринела Михова, Петя Караиванова, издателство:Университетско издателство „Св. св. Кирил и Методий“ Велико Търново, 2022, pages: 147-152, ISSN (print):978-619-208-324-3, COBISS.BG-ID – 57305352

Резюме:

В настоящия доклад се представя анализ на образователните и възпитателните аспекти на междуинституционалното сътрудничество между различни министерства, което има за цел осъществяването на съвместен контрол на храненето на учениците в

българските училища. Разглеждат се основните принципи и правила на здравословното хранене на децата в училищна възраст и как те се отразяват в националната политика по отношение на храненето. Като основа за анализа на междуинституционалното сътрудничество се използват два основни документа: „Междуинституционален механизъм за контрол на храненето на децата и учениците в институциите в системата на предучилищното и училищното образование” и „Споразумение Д01-337/30.12.2019 г. между Министерството на образованието и науката, Министерството на здравеопазването и Министерството на земеделието, храните и горите за изпълнението на междуинституционален механизъм за контрол на храненето на децата и учениците в институциите в системата на предучилищното и училищното образование”.

7. **Berdzhuhi Yordanova**, Pedagogical aspects of inter-institutional cooperation to improve the nutrition of pupils in schools, *Sat. Education: classicism and modernity* (Vratsa; 2022), editor/s: Marinela Mihova, Petya Karaivanova, publisher: University Publishing House "St. St. Cyril and Methodius" Veliko Tarnovo, 2022, pages: 147-152, ISSN (print):978-619-208-324-3, COBISS.BG-ID – 57305352

Abstract

This article presents an analysis of the pedagogical aspects of inter-institutional cooperation between different ministries, which aims to implementation of common control of the nutrition of the students in the Bulgarian schools. They are considered the basic principles and rules of healthy nutrition of school-age children and how they are reflected in the national nutrition policy. As a basis for the analysis of inter-institutional cooperation uses two main ones integrally related document: "Inter-institutional mechanism for the control of the nutrition of children and pupils in the institutions in the system of pre-school and school education" and "Agreement D01-337 / 30.12.2019 between the Ministry of Education and Science, the Ministry of Health and the Ministry of Agriculture, Food and Forestry on the implementation of an inter-institutional mechanism for controlling the nutrition of children and pupils in institutions in the system of preschool and school education".

8. **Берджухи Йорданова**, Фактори, оказващи влияние върху развитието на умения за здравословно хранене у децата в училищна възраст, *Сб. „35 години Факултет по педагогика – приемственост и бъдеще”*, редактор/и: А. Чавдарова, В. Делибалтова и др., издателство: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, 2022, pages: 348-356, ISSN (print):978-954-07-5345-4, COBISS.BG-ID – 53988360

Резюме

В настоящата статия се разглеждат същността и принципите на храненето на децата в училищна възраст. Подробно се представят теоретично основните фактори, които влияят върху развитието на умения здравословно хранене у учениците, като се анализират резултатите от изследване на рисковите фактори, влияещи върху храненето и теглото на първокласниците, На края се правят изводи за възможните подобрения в училищната среда за създаване на условия за здравословно хранене.

8. **Berdzhuhi Yordanova**, Factors affecting the development of healthy nutrition skills in school-age children, Sat. "35 years of the Faculty of Pedagogy - continuity and future", editor: A. Chavdarova, V. Delibaltova and others, publisher: University Publishing House "St. Kliment Ohridski", 2022, pages: 348-356, ISSN (print):978-954-07-5345-4, COBISS.BG-ID – 53988360

Abstract

In the present article are considered the essence and principles of school-age children's nutrition. The main factors that influence the development of healthy nutrition skills among pupils are presented in detail, by analyzing the results of a study of the risk factors affecting the nutrition and weight of first-graders. At the end, conclusions are drawn about the possible improvements in the school environment to create conditions for healthy nutrition.

9. **Берджухи Йорданова**, Развитие на умения за здравословно хранене у учениците, Сб. Образованието: класичност и модерност (140 години педагогическо образование във Враца), редактор/и:Хр. Манолакев, Ев. Тополска, Св. Ангелова, М. Гълабова, издателство:УИ "Св. св. Кирил и Методий" Велико Търново, 2021, pages: 221-226, ISSN (print):978-619-208-274-1, COBISS.BG-ID – 49899272

Резюме

Сериозен съвременен проблем на учениците, който уврежда тяхното здраве е нездравословното хранене. То води до нарастване броя на деца в училищна възраст с наднормено тегло и затлъстяване, което предизвиква болести в бъдеще, като диабет, хипертония, сърдечно-съдови аномалии, алергии, автоимунни заболявания, ставни проблеми и други. Ето защо е важно активното реализиране на здравно образование и възпитание в училище по посока развитието на умения за здравословно хранене у учениците с цел стимулиране на правилното физическо развитие, укрепване на здравето и превенция на болестите, свързани с нездравословното хранене.

9. **Berdzhuhi Yordanova**, Development of healthy nutrition skills in students, Sat. Education: classy and modernity (140 years of pedagogical education in Vratsa), editor/s: Hr. Manolakev, Ev. Topolska, St. Angelova, M. Gulabova, Publishing House: St. St. Cyril and Methodius IM Veliko Turnovo, 2021, pages: 221-226, ISSN (print):978-619-208-274-1, COBISS.BG-ID – 49899272

Abstract

A serious modern problem of pupils, which harms their health, is unhealthy nutrition. It leads to an increase in the number of school-age children with overweight and obesity, which causes diseases in the future, such as diabetes, hypertension, cardiovascular abnormalities, allergies, autoimmune diseases, joint problems and others. That is why it is important the active realization of health education and upbringing in school in the direction of the development of skills for healthy eating in pupils with purpose stimulation of proper physical development, strengthening of health and prevention of diseases associated with unhealthy nutrition.

10. **Берджухи Йорданова**, Лора Борова-Илинколова, Психично здраве на децата в юношеска възраст, Сб. Юношеството като преход между детството и зрелостта – предизвикателства и хуманистични перспективи, редактор/и: Владислав Господинов, издателство:Авангард прима, 2020, стр.:194-222, ISSN (print):978-619-239-500-1, COBISS.BG-ID – 4528692

Резюме

Опазването на психичното здраве на подрастващите е изключително важно за правилното формиране на личността на тийнейджър, който е в трудна възраст на преход между детството и зряла възраст. Тази статия очертава факторите, които имат отрицателен ефект върху психиката на младите хора. Разгледани са редица дефиниции на психичното здраве, както и специфични психически проблеми на възрастта на тийнейджърите, свързани с пубертета. Очертани са ранните симптоми на сериозни психични заболявания, при които е необходимо да се търси медицинска помощ. Представят се психопрофилактиката и психо-хигиенните дейности за опазване на психичното здраве на децата и юношите.

10. **Berdzhuhi Yordanova**, Laura Borova-Ilinkova, Mental Health of Children in Adolescent Age, Sat. Adolescence as a transition between childhood and maturity-challenges and humanistic perspectives, editor/s: Vladislav Gospodinov, Publishing House: Avangard Prima, 2020, pages: 194-222,ISSN (print):978-619-239-500-1, COBISS.BG-ID - 4528692

Abstract

Protecting the mental health of adolescents is extremely importance for correct formation the personality of a teenager who is in a difficult age of transition between childhood and adulthood. This article outlines the factors having a negative effect on the psyche of young people. They have been reviewed a number of definitions of mental health as well as specific psychic problems of teenage age related to puberty. They are highlighted early symptoms of serious mental illness in which necessary to seek medical attention. They are presented the psychoprophylaxis and psycho-hygienic activities for the protection of the mental health of children and adolescents.

11. **Б. М. Йорданова**, Г. К. Кръстева, Здравно образование и възпитание за превенция на интернет зависимостта при децата, Сб. Наука – образование – професия: систематичен подход за личностно развитие, Издателство: „Перо“ 2019, стр.: 147-152, ISSN (онлайн): 978-5-00150-267-8

Резюме

Редица съвременни изследвания разкриват пряка връзка между използването на съвременни технологии (лаптопи, смарт телефони, таблети и др.), социални мрежи в интернет с някои психофизиологични проблеми при децата в юношеска възраст. Статията разглежда нездравословното влияние на интернет и технологиите върху развитието на децата. Представени са параметрите и характеристиките на

компютърната зависимост сред децата и младежите, които разрушават тяхното здраве. Очертани са основните препоръки за превенция на зависимостта от социалните мрежи и интернет поведение, насърчаващи здравословния начин на живот на децата и подрастващите. Изтъква се необходимостта от целенасочено превантивно обучение и възпитание в семейството и училището като основно средство за преодоляване на интернет зависимостта.

11. **B. M. Yordanova, G.K. Krasteva**, Preventive education and upbringing for the prevention of Internet addiction in children, Sat. Science – education – profession: a systematic personal development approach, Publisher: "Pero" 2019, pages: 147-152, ISSN (online): 978-5-00150-267-8

Abstract

A number of recent studies reveal the direct link between the use of modern technology, social networking in the internet, and some psycho-physiological problems in children of growing age. This article discusses the unhealthy impact of the Internet and technology on child development. It presents the parameters and characteristics of computer dependence among children and young people, which seriously damages their health. They are outlined main recommendations for prevention of addictive behavior to social networks and the Internet, which promotes healthy lifestyle for children and teenagers. It is pointed out the need from purposeful health education in the family and school as the major means of overcoming internet dependence.

12. **Берджухи Йорданова**, Фактори, влияещи върху психичното здраве на децата, Сб. Детето и педагогиката (Юбилеен сборник в чест на 70-годишнината на проф. д-р Емилия Василева), редактор/и:състав. Яна Рашева-Мерджанова, Иляна Петкова, Марияна Косева, издателство:"Просвета-София" АД, 2018, стр.:205-211, ISSN (print):978-954-01-3806-0, COBISS.BG-ID – 1288262884

Резюме

Статията представя актуални данни за значението на психичното здраве и баланса на децата и юношите в България и по света. Направен е теоретичен анализ на понятията „здраве” и „психично здраве”, както и на значими социални и генетични фактори, които влияят върху психичното здраве на децата. Анализирани са ролята на психохигиената и психопрофилактиката за опазване на доброто психично здраве на децата и учениците.

12. **Berdzhuhi Jordanova**, Factors influencing children's mental health, Sat. The child and pedagogy (Anniversary collection in honor of the 70th anniversary of Prof. Dr. Emilia Vasileva), editor/s: composition. Yana Rasheva-Merjanova, Ilyana Petkova, Mariyana Koseva, publishing house: "Prosveta-Sofia" AD, 2018, p.: 205-211, ISSN (print): 978-954-01-3806-0, COBISS.BG-ID – 1288262884

Abstract

This article presents current data on the importance of mental health and the balance of children and adolescents in Bulgaria and worldwide. A theoretical analysis of the concepts of “health” and “mental health” is made, as well as of significant social and genetic factors that affect the mental health of children. The role of psycho-hygiene and psycho-prophylaxis for protection of good mental health among children and pupils are analyzed. 2018

13. **Берджухи Лефтерова**, Здравно възпитание на децата и подрастващите, В: Възпитанието (съдържателни и процесуални измерения), ред. С. Чавдарова-Костова, 2016, с. 185-203, ISSN (print): 978-954-07-3966-3, COBISS.BG-ID – 1276570852, Университетско издателство "Св. Климент Охридски", София, Рецензирано

Резюме

Още при раждането на детето основните грижи, които се реализират за него са свързани с опазването на неговото здраве, с укрепването на имунитета му чрез редица закалителни процедури. В този смисъл възпитаването на ценностно отношение към здравето, неговото осъзнаване започва в началото на човешкия живот, като един много продължителен, бавен и сложен процес. Ето защо реализирането на здравно образование и възпитание в семейството и училището са жизнено необходими за всяко човешко същество.

В настоящата публикация се разглеждат теоретично редица понятия, свързани със здравното възпитание на децата и учениците, като се очертава и етапите на протичане на този процес. Представят се дефинициите за: съвременните схващания и концепции за „здраве“; същност, цел, предмет, обект, задачи, съдържание на здравното възпитание; здравна култура и здравословен начин (стил) на живот; фактори за укрепване и закаляване на организма; адаптиран модел на процеса на здравно възпитание на А. Кочетов; модели за реализиране на здравно образование в училище на М. Ингросо (инструктивно-директивен или авторитарен модел, промотивен или еволютивно-усъвършенстващ модел, съпричастен или споделен модел) и методи, подходящи за реализиране на здравно възпитание.

13. **Berdzhuhi Lefterova**, Health upbringing of children and adolescents, In: Upbringing (content and process dimensions), ed. S. Chavdarova-Kostova, 2016, pp. 185-203, ISSN (print): 978-954-07-3966-3, COBISS.BG-ID – 1276570852, University Publishing House "St. Kliment Ohridski", Sofia, Peer-reviewed

Abstract

Already at the birth of the child, the main care that is realized for him is related to the protection of his health, with the strengthening of his immunity through a number of hardening procedures. In this sense, the education of a valuable attitude towards health, its awareness, begins at the beginning of human life, as a very long, slow and complex process. That is why the implementation of health education and upbringing in the family and school are vital for every human being.

In this publication, a number of concepts related to the health upbringing of children and pupils are examined theoretically, and the stages of this process are also outlined. Definitions

of: modern perceptions and concepts of "health" are presented; essence, purpose, subject, object, tasks, content of health upbringing; health culture and healthy lifestyle; factors for strengthening and hardening the body; adapted model of the process of health education by A. Kochetov; models for implementing health upbringing in M. Ingrosso's school (instructive-directive or authoritarian model, promotional or evolutionary-improving model, sympathetic or shared model) and methods suitable for implementing health education.

14. **Берджухи Йорданова**, Съвременни предизвикателства пред здравното възпитание на учениците, Сб. Предизвикателства пред съвременното възпитание (Сборник с материалите от кръглата маса в чест на 80-годишнината на член-кореспондент проф. Любен Димитров, дпн), редактор/и:Емилия Рангелова, Владислав Господинов, Георги Петров, Вержиния Боянова, издателство:Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, 2016, стр.:162-170, ISSN (print):978-954-07-4201-4, COBISS.BG-ID - 1278423524

Резюме

Основната цел на настоящата статия е да очертае задачите и съдържанието на здравното образование и да проучи доколко те са синхронизирани със съвременните образователни стандарти за здравно образование и възпитание на учениците в България. Те са представени в „Наредба № 13 от 21.09.2016 г. за гражданското, здравното, екологичното и интеркултурното образование“. Очертани са съвременните предизвикателства пред здравното образование на учениците.

14. **Berdzhuhi Lefterova**, Contemporary challenges in front of the health education of pupils, Sat. Challenges to modern education (Collection of materials from the round table in honor of the 80th anniversary of the corresponding member Prof. Lyuben Dimitrov, PhD), editor/s: Emilia Rangelova, Vladislav Gospodinov, Georgi Petrov, Verzhinia Boyanova, publisher: University Publishing House " St. Kliment Ohridski", 2016, pp.:162-170, ISSN (print):978-954-07-4201-4, COBISS.BG-ID – 1278423524

Abstract

The main goal of this article is to outline the tasks and content of health education and to examine the extent to which they are synchronized with the modern educational standards for health education and upbringing of pupils in Bulgaria. They are presented in "Ordinance No. 13 of 21.09.2016 on civic, health, environmental and intercultural education". They are outlined the modern challenges to the health education of pupils.

15. **Берджухи Лэфтерова**, Хигиената в училище – предпоставка за здравословен начин на живот, Сб. Педагогиката и социалната работа през XXI век – предизвикателства и перспективи, редактор/и:С. Чавдарова-Костова, Б. Господинов, издателство:Университетско издателство "Св. Климент Охридски", 2016, стр.:246-252, ISSN (print):978-954-07-4149-9

Резюме

Настоящата статия има за цел да представи значението на училищната хигиена за физическото развитие, благосъстояние, здраве и училищна успеваемост на учениците. В същото време здравно-хигиенните норми в училище по отношение на хранене, дневен режим, спортуване и други се разглеждат като важни предпоставки за формирането на умения и навици у учениците за здравословен начин на живот.

15. **Berdzhuhi Lefterova**, School hygiene is a prerequisite for a healthy lifestyle, In: Psychology of personal and professional development: modern challenges and risks, editor/s: L.M. Mitina, Publisher: Pero [Electronic edition], 2016, pages:139-142, ISSN (online):978-5-906871-45-9, <https://www.pirao.ru/images/news/2016/08/XII-Vyzovy-i-Riski.pdf>

Abstract

This article aims to present the importance of school hygiene for the physical development, well-being, health and school success rates of pupils. At the same time, the health-hygiene norms at school regarding of nutrition, daily regime, sports and others are considered as important prerequisites for the formation of skills and habits in students for a healthy lifestyle.

16. **Берджухи Лефтерова**, Резултати от изследване на състоянието на здравното образование в българското училище, Образование, брой:1, 2013, стр.:108-116, ISSN (print):0861475X, COBISS.BG-ID – 1124657892

Резюме

За опазването живота на всяко дете още при неговото раждане голямо значение имат грижите, осъществявани от семейството и обществото във връзка със съхраняване на физическото и психическото му здраве чрез пълноценно хранене, хигиена, емоционална близост и др. След тригодишна възраст децата попадат в детската градина, а впоследствие и в училище. В този смисъл, една от основните задачи на тези образователни институции е да формират у подрастващите знания, умения, отношения към личностното и общественото здраве, да ги мотивират да водят здравословен начин на живот.

В настоящата статия са представени рисковите фактори за здравето на населението и резултатите от изследването на здравното образование в българското училище. Открити са основни изводи по отношение на дейностите е мероприятията, в които е важно да се включват учениците за повишаване на тяхната здравна култура.

16. **Berdzhuhi Lefterova**, Results of research on the state of health education in Bulgarian schools, Education, issue: 1, 2013, pp.: 108-116, ISSN (print): 0861475X, COBISS.BG-ID – 1124657892

Abstract

For the protection of the life of each child, even at birth, the care provided by the family and society in connection with preserving his physical and mental health through wholesome nutrition, hygiene, emotional closeness, etc., is of great importance. After the age

of three, children go to kindergarten and then to school. In this sense, one of the main tasks of these educational institutions is to form in adolescent knowledge, skills, attitudes towards personal and public health, to motivate them to lead a healthy lifestyle.

This article presents the risk factors for the health of the population and the results of the study of health education in the Bulgarian school. The main conclusions regarding the activities and events in which it is important to include the pupils in order to increase their health culture are highlighted.

17. **Берджухи Лефтерова**, Съвременен модел на училищно здравно възпитание, Сб. Детето във фокуса на педагогическото взаимодействие и социалната работа, редактор/и: Сийка Чавдарова-Костова, Тони Манасиева, издателство: Университетско издателство "Св. Климент Охридски", 2013, стр.: 347-351, ISSN (print): 978-954-07-3522-1, COBISS.BG-ID - 1262691812

Резюме

В съвременното забързано ежедневие все по-голямо значение придобива здравното образование на младото поколение. Здравото е национално и лично богатство, което стимулира икономическия и социален просперитет на страната. Затова основната задача на модерното обществено образование е формирането на здрави личности, които са достатъчно компетентни да предпазват и ценят тяхното и общественото здраве.

Статията разглежда основните понятия за „здраве“, „здравно училищно образование“ и „здравна култура“. Представя също схематично авторски модел за здравно възпитание, разработен въз основа на резултатите от проведено изследване сред 30 студенти от Факултета по педагогика на Софийски университет „Св. Кл. Охридски“.

17. **Berdzhuhi Lefterova**, Contemporary model of school health education, In: The child in the focus of pedagogical interaction and social work, editor/s: Siika Chavdarova-Kostova, Toni Manasieva, publisher: University Publishing House "St. Kliment Ohridski", 2013, pp.: 347-351, ISSN (print): 978-954 -07-3522-1, COBISS.BG-ID - 1262691812

Abstract

In today's fast-paced everyday life, health education of the young generation is becoming more and more important. Health is a national and personal wealth that stimulates the economic and social prosperity of the country. Therefore, the main task of modern public education is the formation of healthy individuals who are competent enough to protect and value their and public health.

The article examines the basic concepts of "health", "health school education" and "health culture". It also presents schematically an author's model for health education, developed based on the results of a study conducted among 30 students from the Faculty of Pedagogy of Sofia University "St. Cl. Ohridski".

18. **Берджухи Йорданова**, Съвременни аспекти на хранителните навици у деца в начална училищна възраст, Годишник на Софийски университет "Св. Климент Охридски", том:Книга Педагогика, брой:115, редактор/и:Сийка Чавдарова-Костова, издателство:Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, 2022, стр.:63-96, ISSN (print):2367-4644, ISBN:2367-4644, рецензирано

Резюме

В студията се представят теоретично основни понятия, свързани с процеса на хранене на учениците в начална училищна възраст, като здравните последици от затлъстяването в детска възраст, физиологичните норми на хранене, хигиенните изисквания и принципи на рационалното хранене. Разгледат се и се анализират резултати от емпирично изследване на хранителните навици у децата в начална училищна възраст.

18. **Berdzhuhi Yordanova**, Contemporary aspects of the nutritional habits of children of primary school age, Yearbook of Sofia University "St. Kliment Ohridski", volume: Book Pedagogy, issue: 115, editor/s: Siika Chavdarova-Kostova, publisher: University Publishing House "St. Kliment Ohridski", 2022, pp.:63-96, ISSN (print):2367-4644, ISBN:2367-4644, peer-reviewed

Abstract

The study presents theoretically basic concepts related to the process of pupils' nutrition, such as health consequences from childhood obesity, physiological norms of nutrition, hygiene requirements and principles of rational nutrition. They are considered and are analyzed results of an empirical study of nutritional habits in children of primary school age

19. **Берджухи Лефтерова**, Здравно възпитание в семейството през погледа на студенти, Годишник на Софийски университет "Св. Климент Охридски", том:Книга по педагогика, брой:109, редактор/и:С. Чавдарова-Костова, Я. Рашева-Мерджанова, А. Чавдарова и др., издателство:Университетско издателство, 2016, стр.:146-168, ISSN (print):2367-4644, рецензирано

Резюме

Основна цел на настоящата студия е да представи резултати от изследване на здравното възпитание в семейството, като са разгледани и съществуващите теоретичните концепции за понятията: здраве, здравно възпитание, здравна култура, здравословен стил на живот и други. Въз основа на резултатите от изследването са очертани конкретни препоръки за подпомагане и подобряване на здравното възпитание в семейството.

19. **Berdzhuhi Lefterova**, Health upbringing in the family through the eyes of students, Yearbook of Sofia University "St. Kliment Ohridski", volume: Pedagogy book, issue: 109, editor/s: S. Chavdarova-Kostova, Ya. Rasheva-Merdzhanova, A. Chavdarova and others,

publishing house: University Publishing House, 2016, pp.:146-168, ISSN (print):2367-4644, peer-reviewed

Abstract

The main objective of this paper is to present the results of a survey of health education in the family, are reviewed and existing theoretical concepts terms: health, health education, health culture, healthy lifestyle and others. Based on the results of the research are outlined concrete recommendations to support and improve the health education in the family.

20. **Берджухи Лефтерова**, Основи на здравната култура на детето в предучилищна възраст като част от социално-поведенческата готовност за училище, Годишник на Софийски университет "Св. Климент Охридски", vol:Книга по педагогика, issue:106, editor/s:Б. Господинов, С. Чавдарова-Костова, Л. Стракова и др., Publisher:Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, 2013, pages:149-177, ISSN (print):0861-8291, рецензирано

Резюме

В статията са представени различни теоретични интерпретации на понятията „здравна култура“, „здравословен начин на живот“, „готовност на децата за училище“ от различни теоретични гледни точки – интелектуална, личностна, социална, социално-поведенческа. Представени са също национални и международни документи, като „Национална здравна стратегия за периода 2008-2013 г.“ и „Глобална стратегия на Световната здравна организация за диета, физическа активност и здраве“ (май 2004 г.). Изследването детайлизира структурата и съдържанието на „Система от експериментални ситуации с игрови и игрово-дидактически характер за развитие и формиране на здравна култура у детето“.

20. **Berdzhuhi Lefterova**, Foundations of the health culture of the child in preschool age as part of the socio-behavioral readiness for school, Sofia University "St. Kliment Ohridski" Yearbook, vol: Book of pedagogy, issue:106, editor/s:B. Gospodinov, S. Chavdarova-Kostova, L. Strakova and others, Publisher: University Publishing House "St. Kliment Ohridski", 2013, pages:149-177, ISSN (print):0861-8291, peer-reviewed

Abstract

This paper represents different theoretical interpretations for concepts “health culture“, “healthy lifestyle“, “children’s readiness for school“ from different theoretical perspectives – intellectual, personal, social, socio-behavioral. They are presented also national and international documents, such as “National Health Strategy for the period 2008-2013“ and ‘Global Strategy of the World Health Organization on Diet, Physical Activity and Health“ (May 2004). The study details the structure and content of “System of experimental situations with gaming and gaming-didactic character for development and formation of health culture in the child“.

21. **Берджухи Йорданова**, Училищна хигиена, здравно образование и възпитание, ISSN (print): 978-954-07-4944-0, 183 стр., Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, Рецензирано

Резюме

Основните направления на училищната хигиена и свързаните с нея здравно образование и възпитание са особено актуални през XXI век, когато за най-значим проблем се определя опазването на личното и обществено здраве, като предпоставка за икономическа стабилност и растеж на всяка нация.

Главното предназначение на този учебник е да подпомогне педагогическите специалисти в придобиването на по-голяма увереност при преодоляването на предизвикателството: „укрепване и опазване здравето на децата и подрастващите в училище“. Това е свързано с притежаването на достатъчно знания и умения от учителя, педагогическия съветник и останалия педагогически и непедagogически персонал за хигиенна оценка на факторите на училищната среда, за системен контрол и оценка на физическото развитие и здравословно състояние на учениците, за разработването и спазването на хигиенни правила, норми и изисквания по отношение на учебната среда, учебния труд, учебната натовареност, храненето, спортуването, почивката и други ежедневни дейности на децата.

21. **Berdzhuhi Yordanova**, School hygiene, health education and upbringing, ISSN (print): 978-954-07-4944-0, 183 pages, University Publishing House "St. Kliment Ohridski", Sofia, Reviewed

Abstract

The main directions of school hygiene and related health education and upbringing are particularly relevant in the XXI century, when the most important problem is the protection of personal and public health, as a prerequisite for economic stability and growth of any nation.

The main purpose of this textbook is to support pedagogical specialists in gaining greater confidence in overcoming the challenge: "strengthening and protecting the health of children and adolescents at school". It has to do with having enough knowledge and skills of the teacher, pedagogical adviser and other pedagogical and non-pedagogical personnel for hygienic evaluation of the factors of the school environment, for systematic control and evaluation of the physical development and health status of students, for the development and observance of hygienic rules, norms and requirements regarding the educational environment, academic work, academic workload, nutrition, sports, rest and other daily activities of children.