

**PROMOCJA ZDROWEGO TRYBU ŻYCIA W SZKOLE – KSZTAŁTOWANIE  
POSTAW I ZACHOWAŃ PROZDROWOTNYCH, WSPIERANIE AKTYWNOŚCI  
FIZYCZNEJ UCZNIÓW**

Zestawienie bibliograficzne w wyborze za lata 2012-2025

**Wydawnictwa zwarte**

1. BĄCZEK Jakub B.: *Jak wychować (w sobie) mistrza*. – Warszawa : JBB International, 2020. – 189 s., ISBN 978-83-957239-2-6  
Sygnatura: Mg 57722/w
2. BIAŁEK Ewa D.: *Zintegrowane (holistyczne) podejście do człowieka i zdrowia : program autorski Wychowanie do zdrowia w rodzinie, szkole i świecie*. – Warszawa : Instytut Psychosyntezy, 2012. – 187 s., ISBN 978-83-63428-20-4  
Sygnatura: Mg 51418/w
3. CHRUŚCIEL Anna i in.: *Pedagogika : dydaktyka i promocja zdrowia : dla studentów kierunków medycznych*. – Warszawa : PZWL, 2024. – 163 s., ISBN 978-83-01-23622-9  
Sygnatura: Mg 60724/w
4. CYRKLAFF Magdalena J.: *Biblioterapia w edukacji z zakresu profilaktyki uzależnień i promocji zdrowia*. – Toruń : Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, 2014. – 262 s., ISBN 978-83-231-3224-0  
Sygnatura: Mg 55594/w
5. CZEPCZOR-BERNAT Kamila: *Otyłość dziecięca z perspektywy dzieci i rodziców : aspekt behawioralny, emocjonalny, poznawczy*. – Warszawa : Difin, 2021. – 198 s., ISBN 978-83-66491-91-5  
Sygnatura: Mg 59505/w
6. *DBAMY o zdrowie : scenariusze zajęć : podręcznik dla trenerów*, pod red. Renaty Stawowy, Beaty Dązbłaż. – Warszawa : Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną, 2024. – 178 s., ISBN 978-83-65060-99-0  
Sygnatura: Mg 60794/w
7. *EDUKACJA zdrowotna : podstawy teoretyczne, metodyka, praktyka*, pod red. Barbary Woynarowskiej. – Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2021. – 514 s., ISBN 978-83-01-19204-4  
Sygnatura: Mg 58367/w
8. *EDUKACJA zdrowotna : poradnik dla nauczycieli wychowania fizycznego w gimnazjach i szkołach ponadpodstawowych*, pod red. Barbary Woynarowskiej. – Kielce : Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP, 2012. – 236 s., ISBN 978-83-7173-247-8  
Sygnatura: Mg 51417/w

9. HOLLEBEN Jan von: *Czy naprawdę wszyscy tak mają? : najlepsze odpowiedzi na pytania o dorastanie.* – Warszawa : Mamania, 2020. – 153 s., ISBN 978-83-66577-64-0  
Sygnatura: Mg 59555/w
10. JABŁOŃSKA Magdalena: *Moje sposoby na zdrowy styl życia : jak jedzenie i aktywność fizyczna wpływają na moje życie.* – Warszawa : Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną, 2022. – 20 s., ISBN 978-83-65060-82-2  
Sygnatura: Mg 59012/w
11. JĄDEREK Izabela: *Seksolatki : jak rozmawiać z młodzieżą o seksie?* – Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2018. – 182 s., ISBN 978-83-01-18546-6  
Sygnatura: Mg 56620/w
12. KAŻMIERCZAK Arkadiusz: *Zarys pedagogiki sportu.* – Łódź : Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 2022, *Etyczne, resocjalizacyjne, inkluzyjne i zdrowotne wartości aktywności sportowej.* – s. 117-155  
Sygnatura: Mg 59411/w
13. LEKSY Karina: *Młodzież we współczesnej przestrzeni społeczno-kulturowej: wybrane aspekty zdrowotne i pedagogiczne.* – Warszawa : Difin, 2020. – 251 s., ISBN 978-83-085-548-9  
Sygnatura: Mg 61152/w
14. MIZERA Justyna: *Żywnienie młodego sportowca : co jeść, by zostać mistrzem.* – Łódź : Galaktyka, 2019. – 237 s., ISBN 978-83-7579-711-4  
Sygnatura: Mg 59201/w
15. OSZCZYK Sylwia: *Dorastam i rozumiem : edukacja zdrowotna : graficzne karty pracy dla szkoły podstawowej.* – Kraków : Wydawnictwo WIR, 2024. Teka (60 kart). ISBN 978-83-68052-43-5  
Sygnatura: Mg 61274/w
16. OSZCZYK Sylwia: *Edukacja zdrowotna w szkole średniej : graficzne karty pracy.* – Kraków : Wydawnictwo WIR, 2025. Teka (60 kart). ISBN 978-83-68426-50-2  
Sygnatura: Mg 61268/w
17. PIEKARCZYK Anna, Olejniczak Katarzyna: *Kiedy dziecko waży za dużo : dietoterapia otyłości.* – Bielsko-Biała : Pascal, 2020. – 270 s., ISBN 978-83-8103-637-5  
Sygnatura: Mg 59387/w
18. SKOLIMOWSKA Katarzyna: *Pokręć mózg! I wejdź na wyższy poziom nauczania : FitNarzędziownik nauczyciela.* – Warszawa : Difin, 2020. – 236 s., ISBN 978-83-8085-963-0  
Sygnatura: Mg 58123/w
19. SMITH Leif H., Kays Todd M.: *Psychologia sportu dla bystrzaków.* – Gliwice : Wydawnictwo Helion, 2014. – 302 s., ISBN 978-83-246-8847-0  
Sygnatura: Mg 53147/w

20. *SZKOŁA i zdrowie jej uczniów i pracowników*, pod red. Magdaleny Woynarowskiej, Barbary Woynarowskiej. – Gdańsk : Harmonia Universalis, 2022. – 539 s., ISBN 978-83-8309-135-8  
Sygnatura: Mg 58845/w
21. SZUŚCIK Agnieszka: *Zdrówka! 14 kroków do zdrowszego życia*. – Gliwice : Sensus, 2025. – 431 s., ISBN 978-83-289-1425-4  
Sygnatura: Mg 61096/w
22. TARASZKIEWICZ Małgorzata, Nalepa Zofia: *Jak wspierać dzieci w kryzysie? Poradnik dla rodziców nie tylko na czas globalnej pandemii*. – Poznań : Święty Wojciech Dom Medialny Wydawnictwo, 2020. – 109 s., ISBN 978-83-8065-382-5  
Sygnatura: Mg 57712/w
23. WEBER Magdalena: *Piękno w okresie dojrzewania : spostrzeganie własnego ciała i prewencja zaburzeń łaknienia w środowisku szkolnym*. – Warszawa : Difin, 2012. – 150 s., ISBN 978-83-7641-615-1  
Sygnatura: Mg 51538/w
24. WĘGLARZ Józef: *Intelektualizacja w edukacji fizycznej : przykładowe materiały metodyczne*. – Kraków : Impuls, 2022. – 108 s., ISBN 978-83-8294-053-4  
Sygnatura: Mg 58794/w
25. WOYNAROWSKA Barbara: *Biomedyczne podstawy rozwoju i edukacji*. – Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2021. – 395 s., ISBN 978-83-01-21783-9  
Sygnatura: Mg 58366/w
26. *WSPIERANIE dziecka z nadwagą i otyłością w społeczności szkolnej : praca zbiorowa*, pod red. Anny Oblacińskiej. – Warszawa : Ośrodek Rozwoju i Edukacji, 2013. – 59 s., ISBN 978-83-62360-47-5  
Sygnatura: Mgs 5003/w; Mg 52242/w; Mg 52241/w
27. *ZDROWIE w perspektywie pedagogicznej*, pod red. Danuty Umiastowskiej, Jolanty Gebreselassie. – Gorzów Wielkopolski : Wydawnictwo Naukowe Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej, 2012. – 188 s., ISBN 978-83-63134-01-3  
Sygnatura: Mg 52638/w

#### Wydawnictwa ciągłe

1. BAJ-LIEDER Marta: *Edukacja żywieniowa jako niezbędny element prowadzonej w przedszkolu edukacji zdrowotnej*. W: *Wychowanie w Przedszkolu*. – 2021, nr 8, s. 42-46
2. BARTOSIAK Daniela: *Wybrane narzędzia i techniki aktywnej realizacji treści prozdrowotnych w pracy z uczniami : projekty edukacyjne : studium przypadku*. W: *Meritum*. – 2025, nr 1/2, s. 105-119

3. FISCHER Marek: *Odporność u sportowców – jak o nią dbać?* W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. – 2021, nr 1, s. 36-43
4. FRANKÓW Łukasz: *Aktywność fizyczna wsparciem dla neuroróżnorodności.* W: Głos Pedagogiczny. – 2025, nr 4 (157), s. 7-12
5. FRANKÓW Łukasz: *Szkoła promująca zdrowie.* W: Głos Pedagogiczny. – 2024, nr 7 (152), s. 15-19
6. GAJDA-SZCZEGIELNIAK Dorota: *Edukacja zdrowotna, ale jaka?* W: Głos Nauczycielski. – 2024, nr 20/21, s. 18
7. GAȚAREK Izabela: *Konteksty edukacji zdrowotnej i systemu wsparcia rodziny a profilaktyka zachowań dewiacyjnych u dzieci.* W: Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. – 2021, nr 6, s. 41-55
8. JELONEK Marta: *Recepta na zdrowy styl życia.* W: Bliżej Przedszkola. – 2024, nr 3, s. 44-46
9. KAMIEN Dorota: *Nadwaga i otyłość – rosnący problem młodego pokolenia.* W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. – 2019, nr 5, s. 24-26
10. KAPUŚCIŃSKA-KOZAKIEWICZ Justyna: *Działania prozdrowotne w szkole.* W: Życie Szkoły. – 2021, nr 8, s. 41-44
11. KOBIELSKA Sylwia: *Jak promować zdrowie w szkole?* W: Meritum. – 2025, nr 1/2, s. 98-104
12. KOZŁOWICZ Robert: *Edukacja zdrowotna i wychowanie fizyczne – jak wspierać zdrowe nawyki u młodych ludzi?* W: Głos Pedagogiczny. – 2025, nr 8 (161), s. 19-23
13. KRAUZE Izabela: *Holistyczny model zdrowia w dynamice współczesnej rzeczywistości.* W: Meritum. – 2025, nr 1/2, s. 2-10
14. KUBALA-KULPIŃSKA Aleksandra: *Strategie wspierające kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych.* W: Głos Pedagogiczny. – 2019, nr 4 (107), s. 41-44
15. KUCIŃSKA-ŚWIGOST Izabela: *Jak interwencje wychowawcze mogą rozwijać odporność psychiczną uczniów?* W: Głos Pedagogiczny. – 2025, nr 3 (156), s. 46-47
16. LASEK Mikołaj: *Dlaczego powinniśmy objadać się warzywami?* W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. – 2021, nr 1, s. 20-21
17. LEDUCHOWSKA Małgorzata: *W zdrowym ciele zdrowy duch, czyli jak dbać o swoje zdrowie?* W: Kreatywny Wychowawca. – 2024, nr 6, s. 20-23

18. ŁOSKOT Małgorzata: *Dobre praktyki szkolnej ochrony zdrowia psychicznego*. W: Głos Pedagogiczny. – 2021, nr 4 (125), s. 21-23
19. ŁOSKOT Małgorzata: *Holistyczne podejście do ochrony zdrowia psychicznego w szkole*. W: Głos Pedagogiczny. – 2020, nr 6 (119), s. 23-26
20. MOLIŃSKA Marta: *Rozwój kompetencji emocjonalnych poprzez aktywność fizyczną*. W: Remedium. – 2021, nr 10, s. 4-6
21. MOLIŃSKA Marta: *Rozwój kompetencji emocjonalnych poprzez aktywność fizyczną*. Cz. 2. W: Remedium. – 2022, nr 1, s. 6-8
22. PIECHOTA Katarzyna: *Kształtowanie prawidłowej postawy ciała w codziennych czynnościach*. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. – 2021, nr 3, s. 34-39
23. PODGÓRSKA Joanna: *Dlaczego aktywność fizyczna jest tak dobra dla twojego mózgu, czyli co mają mięśnie do „dobrostanu naszej głowy”?* W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. – 2020, nr 3-4, s. 70-79
24. POLAK-JANIK Ewelina: *Jak uczyć dzieci i młodzież zdrowego stylu życia? : edukacja zdrowotna w szkole*. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, nr 8 (153), s. 18-23
25. PULCYN Tadeusz: *Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej*. W: Świat Problemów. – 2020, nr 1, s. 11-13
26. SZABLEWSKA Anna: *Edukacja dla zdrowia : praktyczny przewodnik dla nauczyciela*. W: Meritum. – 2025, nr 1/2, s. 149-156
27. TARASZEWSKA Anna: *Nawyki żywieniowe dzieci i młodzieży a zachowania służące zdrowiu*. W: Meritum. – 2025, nr 1/2 , s. 36-43
28. ZAJĄC Dorota: *Wspieranie ucznia z nadwagą i otyłością w społeczności szkolnej*. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, nr 6 (51), s. 17-21

### **Dokumenty elektroniczne**

1. ADAMCZYK Kinga: *Rola aktywności fizycznej w życiu dzieci i młodzieży*. W: Hejnał Oświatowy [online]. – 2020, nr 12/198, s. 18-20 [dostęp: 10.02.2026]. Dostępny w Internecie: [https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12\\_20.pdf](https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12_20.pdf)
2. KALISZEWSKA Małgorzata: *Szkolna edukacja zdrowotna – perspektywa jej rewizji?* W: Hejnał Oświatowy [online]. – 2020, nr 12/198, s. 10-12 [dostęp: 10.02.2026]. Dostępny w Internecie: [https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12\\_20.pdf](https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12_20.pdf)
3. MODRZEJEWSKA Justyna i in.: *Edukacja zdrowotna w praktyce. Programy profilaktyki zdrowotnej dla uczniów szkół podstawowych i średnich* [online]. –

Warszawa : Difin – 2025, 197 s., ISBN 978-83-8270-439-6 [dostęp: 9.02.2026].

Dostępny w Internecie:

[https://ubbb.edu.pl/download/sHFNVEzQeICoKCEFJQHNYbUx8cnxUBxULNjUoZ1syRmtFQBpacgczGgkJAAc9LSd6QGZhaVRZUhg4IClnWzJGa0VAGlpyASQHEAU MHT0tJ3pAZmJyWlcDDSSxJVtXdF5zAQNXGCRVbVcTDRcbQH5hPhMoNSMqWgUYNSgtXG55OyQUFEoFDFgzBQIcERwWKjoYDyYyfhMRBUYpKxAXRzQGD UgQUwllFi0bDB8AGj5rcWhlcQx\\_R0VSRHshJVRXdF5zAhVNHTEUKxQ8FgcBD TMsLBQIDypBQIJMjM1W1cJATMIHlMpZ1pwRU5eVl0SICV6VmY8MRgSUIJ7NyAaTw/edukacja\\_zdrowotna\\_w\\_praktyce\\_ebook\\_7-10-25.pdf](https://ubbb.edu.pl/download/sHFNVEzQeICoKCEFJQHNYbUx8cnxUBxULNjUoZ1syRmtFQBpacgczGgkJAAc9LSd6QGZhaVRZUhg4IClnWzJGa0VAGlpyASQHEAU MHT0tJ3pAZmJyWlcDDSSxJVtXdF5zAQNXGCRVbVcTDRcbQH5hPhMoNSMqWgUYNSgtXG55OyQUFEoFDFgzBQIcERwWKjoYDyYyfhMRBUYpKxAXRzQGD UgQUwllFi0bDB8AGj5rcWhlcQx_R0VSRHshJVRXdF5zAhVNHTEUKxQ8FgcBD TMsLBQIDypBQIJMjM1W1cJATMIHlMpZ1pwRU5eVl0SICV6VmY8MRgSUIJ7NyAaTw/edukacja_zdrowotna_w_praktyce_ebook_7-10-25.pdf)

4. NOWAK Iwona: *Promujemy zasady zdrowego odżywiania za pomocą lapbooka*. W: Hejnał Oświatowy [online]. – 2020, nr 12/198, s. 21-22 [dostęp: 10.02.2026]. Dostępny w Internecie: [https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12\\_20.pdf](https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12_20.pdf)
5. PRZYBYLSKA Katarzyna: *Promocja zdrowia w szkole* [online], [dostęp: 10.02.2026]. Dostępny w Internecie: [https://nil.org.pl/uploaded\\_files/1597127397\\_07-przybylska.pdf](https://nil.org.pl/uploaded_files/1597127397_07-przybylska.pdf)
6. SOBCZYK Karolina: *Edukacja zdrowotna jako narzędzie promocji zdrowia* [online], [dostęp: 9.02.2026]. Dostępny w Internecie: <file:///C:/Users/WOM/Downloads/Ed%20zdr%20jako%20narz%20pr%20zdr-A.wcag.pdf>
7. WIKTORSKA-SOBCZYK Mariola: *Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole*. W: Hejnał Oświatowy [online]. – 2020, nr 12/198, s. 15-17 [dostęp: 10.02.2026]. Dostępny w Internecie: [https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12\\_20.pdf](https://cms16.vpx30.iat.pl/mfiles/452/28/0/z/HO12_20.pdf)
8. WOLNY Barbara, Wojtasik Tomasz: *Promocja zdrowia w szkołach i placówkach oświatowych* [online]. – Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji. – 2023, 78 s. [dostęp: 10.02.2026]. Dostępny w Internecie: [https://ore.edu.pl/wp-content/uploads/2023/11/promocja\\_zdrowia.pdf](https://ore.edu.pl/wp-content/uploads/2023/11/promocja_zdrowia.pdf)

Oprac. Ewelina Cichomska  
Dział Udostępniania Zbiorów  
Maj 2026