



Научно-методический журнал

Здоровый образ жизни

11 | 286
Ноябрь
2023

серия
«У ДАПАМОГУ ПЕДАГОГУ»

ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ ЗДОРОВЬЮ ЛЮБЫ



В номере:

Гимназия № 19 г. Минска отмечает 55-летие | Сыр или сырный продукт?
Питание для здоровья зубов | Тимбилдинг в рамках 6-го школьного дня
ОБЖ? Это же так интересно! | Знакомство с эмоцией «грусть»

Здоровый образ жизни

Подписные индексы:
75041 – для индивидуальных подписчиков; 750412 – для организаций. Подписаться на журнал можно ежемесячно до 25-го числа. Заказать журнал можно до 25-го числа по тел. (017) 297-93-22, 297-93-25

Дизайн и вёрстка Е. Ю. Сороки
Корректор Т. В. Басальга

Фото на первой странице
обложки: shutterstock.com

В номере использованы фотографии
с сайта shutterstock.com, приобретённые
в установленном законодательством порядке

Информация для авторов
Требования к публикациям



Авторы несут ответственность за достоверность приведённых в статье фактов и сведений. Редакция оставляет за собой право печатать статьи в порядке обобщения, не разделяя мнения автора. Авторские материалы не рецензируются и не возвращаются.

Принятые материалы для публикации в журнале, электронном приложении, на сайте, автору по тем самым передаются издательство исключительные имущественные права на воспроизводство, распространение, сообщение для всеобщего доступа и другие возможные способы использования произведения без ограничения территории распространения (в том числе в электронной версии журнала), а также права авторские на обработку персональных данных.

В связи с изменением в налоговом законодательстве с 01.01.2022 организации обязаны предоставлять сведения обо всех доходах физических лиц. Поэтому при решении вопроса о публикации в журнале издательство предоставляет информацию о доходах автора и его законности или факта получения ими денежных средств. Чтобы журнал не числился, автор имеет право отказаться от него, приложив заявление к материалу, направив его в редакцию. Ссылка образец можно через QR-код.



Выход в свет 30.11.2023.
Формат 60 × 84 1/4.
Бумага легкомелованная.
Печать офсетная.

Усл.-печ. л. 7,44. Уч.-изд. л. 8,09.
Тираж 844 экз.

Заказ 1339. Цена свободная.
Отпечатано на ПДУП «Типография
Федерации профсоюзов Беларуси».
ЛП № 02330/54 от 12.08.2013,
пл. Свободы, 23-103,
220030, г. Минск.

© Республиканское унитарное
предприятие «Издательство
«Адукацыя і выхаванне»», 2023

© Обложка К. К. Шестовский,
Е. Ю. Сорока, 2023

© Дизайн В. Н. Белоклюпов, 2023

В НОМЕРЕ

В КУРСЕ СОБЫТИЙ

с. 2 **Полина ЗЕНЬКОВИЧ**
Обл. Лучшие проекты шестого школьного дня

КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

3 **Ольга ВАНИНА**

ГОСТЬ НОМЕРА

4 **Наталья СТАХНО**
В ногу со временем: вчера, сегодня, завтра... Гимназия № 19 г. Минска отмечает 55-летие

АКТУАЛЬНО

8 **Разговор о культуре здорового питания.** Учебная программа факультативных занятий по культуре здорового питания для учащихся V–IX классов (окончание)

МЕТОДИКА И ОПЫТ

11 **Ирина КОСИЛО**
Весёлые матрёшки. Комбинированное занятие по изобразительному искусству во второй младшей группе

12 **Наталья КАЧАН**
Держим ритм! Ритмодекламация как средство нравственно-патриотического воспитания детей старшего дошкольного возраста



14 **Михаил САЧКОВСКИЙ**
ОБЖ? Это же так интересно!
Активизация познавательной деятельности учащихся в процессе преподавания ОБЖ на основе применения групповых форм работы

19 **Ольга ЧАРОВСКАЯ**
Коктейль здоровья. Конспект интегрированного урока по информатике и ЗОЖ в VI классе

22 **Алина РОГОЖКИНА**
Обучение технике эстафетного бега на уроках физической культуры и здоровья

26 **Алексей АРТЕМЬЕВ**
Техника нападающего удара в волейболе. Особенности обучения учащихся IX–X классов

ПЛАКАТ

31 **Чистим зубы правильно**

32 **Овощи и фрукты для здоровья: найди-сосчитай-запиши**



6-Й ШКОЛЬНОГО ДНЯ

35 **Юрий КУЗЬМИЧ**
Тимбилдинг как способ организации досуговой деятельности учащихся. Опыт организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в рамках шестого школьного дня

УЧИМСЯ МЫСЛИТЬ И ДЕЙСТВОВАТЬ

40 **Елена БОРШЕВСКАЯ**
Медицинская подготовка. Диагностические материалы для проверки уровня сформированности предметных и метапредметных компетенций учащихся

МЕДКАБИНЕТ

44 **Дарья РАДЬКОВСКАЯ**
Здоровые зубы здоровью любви. Руководство по уходу за полостью рта для детей и подростков

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

47 **Таша ШПАКОВСКАЯ**
Равнение на улыбку

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

48 **7-я стоматологическая поликлиника**
Питание для здоровья зубов

50 **Аксана ВЕНЦУС**
Яго вялкасць Сыр

ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

53 **Сергей ШУРКО**
1956-й: есть первая олимпийская медаль!

ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКОВ

56 **Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ) в Беларуси**
Выслушать, понять и помочь. Психологическая помощь подросткам в Беларуси

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

58 **Наталья СТЕЛЬМАХ**
Услышьте нас!

АЗБУКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

60 **Наталья СТЕЛЬМАХ**
Грусть

НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ

64 **Видная печаль по ясным очам...**
Пословицы и поговорки о грусти

НАУКА О ЗДОРОВЬЕ

с. 3 **Надежда МАЛЯРЧИК**
Обл. Как победить осеннюю хандру?