



Научно-методический журнал

Здоровый образ жизни

8 | 283
Август
2023

Содержание
«у далапамогу педагогу»

ХЛЕБ: ПРОСТОЙ И НЕЗАМЕНИМЫЙ



В номере:

II Игры стран СНГ состоялись! | Сустрэкаем свята Дажынкі
Осторожно: плесень! | Правильная осанка для красоты и здоровья
Детский аутизм: проявления и причины

Здоровый образ жизни

Подписные индексы:
75041 – для индивидуальных подписчиков; 750412 – для организаций. Подписаться на журнал можно ежемесячно до 25-го числа. Задать 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, приобретенные в установленном законодательством порядке

Информация для авторов

Требования к публикациям



Авторы несут ответственность за достоверность приведенных в статье фактов и сведений. Редакция оставляет за собой право печатать статьи в порядке обсуждения, не разделяя точки зрения авторов. Авторские материалы не рецензируются и не возвращаются.

Присылая материалы для публикации в журнал, электронный приложения, на сайте, авторы тем самым передают издателю исключительные имущественные права на все авторские, распространение, сообщение для всеобщего доступа и другие возможные способы использования произведения (в том числе в электронной версии журнала), а также дают согласие на обработку персональных данных.

В связи с изменением в налоговом законодательстве с 01.01.2023 организации обязаны предоплачивать в advance обоим сторонам физическим лицам. По поводу провозимого возмездия и (генерал) издателю предоставляется информация в докладе авторов при заключении или факта получения или доставки средств. Число и автор не являются, потому может отличаться от того, провозимого заявления к материалу, не являющемуся в редакции. Сделать образцы можно через QR-код.



Выход в свет 31.08.2023.

Формат 60 × 847⁴.

Бумага легкомелованная.

Печать офсетная.

Усл.-печ. л. 7,44. Уч.-изд. л. 8,09.

Тираж 809 экз.

Заказ 883. 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. Шестовой,
Е. Ю. Сорока, 2023

© Дизайн В. Н. Белокосылов, 2023

В НОМЕРЕ

В КУРСЕ СОБЫТИЙ

С. 2 Александр КАНАНОВИЧ
Обл. Спасибо, Игры И до новых встреч!

КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

3 Ольга ВАНИНА

АКТУАЛЬНО

4 Александр КАНАНОВИЧ
Игры на славу!

6 Елена ЧУЖБА
Изменения в учебной программе по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»

МЕТОДИКА И ОПЫТ

9 Дмитрий МИРОНОВИЧ
Олимпийцы – это про нас! Внедрение идеалов и ценностей олимпийского движения в образовательный процесс

12 Юлия АУСЯНКИНА
Сустрэчаем свята Дажынін. Фізкультурны вольны час для дзяцей 5–6 гадоў

14 Алена ЯНКОВІЧ, Алена ЗАНЕЎСКАЯ
Мая вёсачка: падарожжа па Капціўцы. Інтэграваныя заняткі па адукацыйных галінах «Дзіця і грамадства» і «Развіццё маўлення і культура маўленьчых зносі» для дзяцей 5–6 гадоў

17 Татьяна ГОРДИЕВСКАЯ
Быстрым и ловким – физкульт-урал! Урок физической культуры и здоровья с элементами патриотического воспитания в III классе

21 Денис БАЙРАМОВ
Использование системы подходов при обучении игре в баскетбол

УЧИМСЯ МЫСЛИТЬ И ДЕЙСТВОВАТЬ

25 Виктор ОВЧАРОВ
Дидактические материалы для формирования личностных и метапредметных компетенций во внеучебной деятельности и в процессе обучения учебному предмету «Физическая культура и здоровье»

ВАЛЕОЛОГ И Я

30 Максим ЛОБКО
Минеральные вещества в продуктах питания

ПЛАКАТ

31 Минеральные вещества в продуктах питания

32 Следи за осанкой!

УЧИМСЯ МЫСЛИТЬ И ДЕЙСТВОВАТЬ

35 Елена БОРЩЕВСКАЯ
Дидактические материалы для формирования личностных и метапредметных компетенций обучающихся. Медицинская подготовка. X класс

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ

39 Наталья СТЕЛЬМАХ
Гендерные стереотипы: ловушка идеального образа

ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКА

42 Софья БАЖЕНОВА
По пивасику? Выбор за тобой!

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

44 Полина ЗЕНЬКОВИЧ
Хлеб: простой и незаменимый

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ

46 Наталья ЧЕРНЯВСКАЯ
Осторожно: плесень!

МЕДКАБИНЕТ

48 Надежда МАЛЯРЧИК
Правильная осанка для красоты и здоровья

ТРЕНЕР И Я

52 Полина ЗЕНЬКОВИЧ
Комплекс упражнений для здоровой спины и хорошей осанки

ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

54 Сергей ШУРКО
Тяжелатлеты задавали тон. Белорусский спорт в довоенный период

ВОПРОСЫ ИНКЛЮЗИИ

58 Леонид НЕСТЕР
Детский аутизм: проявления и причины

60 Людмила ГАПАНОВИЧ
Что нужно знать педагогу об учащемся с расстройством аутистического спектра

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

62 Дарья РАДЬКОВСКАЯ
Проживаем эмоции с помощью изотерапии

ЭКОЛОГИЯ ДУШИ

64 Анна ЗОРИНА
Dolce far niente

STORCOVID.BY

Лилия ОСТАПЕНКО
Привейся и защити себя от инфекции COVID-19

ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЦА

Виктория ЯРМАЛИНСКАЯ
С. 4 Шчасця глыток