



Здоровый образ жизни

4 | 279
Апрель
2023

Победитель Национального конкурса печатных СМИ «Золотая Литера»

сорья
«У ДАПАМОГУ ПЕДАГОГУ»

ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕТСКОГО ОТДЫХА НА КАНИКУЛАХ

В номере:

Если в классе появился хулиган... | «ЧВК Рёдан»: кто они?
Принципы полового воспитания у детей с инвалидностью
Опасные «соли» | «Сузор'е» народных танцев

Подписные индексы:

75041 – для индивидуальных подписчиков;

750412 – для организаций.

Подписаться на журнал можно ежемесячно до 25-го, также можно заказать журнал (до 25-го) по тел. (017) 353-03-22, 322-93-25

Редактор А. П. Паршина
Корректор И. В. Холодинская
Дизайн и вёрстка Е. Ю. Сороки

На первой странице обложки
фото Shutterstock.com

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 автора.

Авторские материалы не рецензируются и не возвращаются.

В номере использовать фотографии, приобретенные в установленном законодательством порядке с Shutterstock.com

Присылая материалы для публикации в журнале, электронно и приложению, на сайте, авторы тем самым передают издателю исключительные имущественные права на воспроизводство, распространение, сообщение для всеобщего доступа и другие возможные способы использования произведения без ограничения территориальной распространения (в том числе в электронной версии журнала), а также дают согласие на обработку персональных данных.

Выход в свет 28.04.2023.

Формат 60 × 84¹/₂.

Бумага легкомелованная.

Печать офсетная.

Усл.-печ. л. 7,44. Уч.-изд. л. 8,09.

Тираж 918 экз.

Заказ 392. Цена свободная.

Отпечатано в 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, 2023

© Дизайн В. Н. Белокосных, 2023

В НОМЕРЕ

КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

3 Лариса КУЧЕРОВА
Выбрав скалу, поднимайся и прыгай!

МЕТОДИКА И ОПЫТ

4 Елена ЯСТРЕБОВА
Рука помощи

7 Юлия СТОГУРОВА
Экологический патруль

9 Татьяна ГОРДИЕВСКАЯ
Прыг да скок!

11 Виктория ПЛЯЦЕВИЧ
Экопредпринимательство в школе

14 Екатерина ПАВЛОВСКАЯ
Искусство быть вместе

В ПОМОЩЬ КЛАССНОМУ РУКОВОДИТЕЛЮ

19 Валентина МАЕВСКАЯ,
Наталья КАРПУШЕВА
Организация детского отдыха
на летних каникулах



24 Дмитрий МИРОНОВИЧ
Мы из «Спарты»

26 Ольга ПАВЛОВА
Если в классе появился хулиган...

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

30 Ольга ШЕРШЕНЬ
Игры с ритмами

31 Елена ШЛЯГА
Готовим ручки к школе

ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКА

32 Диана ЯКОВЛЕВА
«ЧВК Рёдан»: кто они?

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

38 Ирина КЕВРА
Зачем подростку дружба?

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ

40 Екатерина СОРОКА
Принципы полового воспитания
у детей с инвалидностью



СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР

44 Сергей СЕНЕЦКИЙ
Врожденные пороки сердца



ВАЛЕОЛОГ И Я

46 Анна ЛИГУЛЕВСКАЯ
Четыре необычных признака
авитаминоза

47 Опасные «соли»

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ

48 Без риска: на детских игровых
и школьных спортплощадках

БЛАГО ДАРО

50 Екатерина СОРОКА
Ксения Шталенкова: «Это просто
непередаваемые эмоции, когда ты
читаешь роль и в это время
слышишь только дыхание
зрителей»

МОЙ КРАЙ

54 Дмитрий НАЛИВАЙКО
Хатынь. Чтобы помнили...



ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

58 Ирина АТАРИК
Ессентуки. Номер имеет значение?

59 Светлана КОЛЕСНЕВА
Сморчки и строчки. Профилактика
отравлений

60 Наталья ЧЕРНЯВСКАЯ
Питание для сердца

СОВЕТЫ БАБУШКИ АННЫ

61 Елена РОМАНОВА
Сердце, тебе не хочется покоя?

ПОМОГИ СЕБЕ САМ

62 Зоя СОЛОВЬЕВА
«Сузор'е» народных танцев

ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЦА

64 Натали БАРА
По курсу весны...