



Научно-методический журнал

# Здоровый образ жизни

11

310  
ноябрь  
2025

серия  
«У ДАЛАМОГУ ПЕДАГОГУ»



**БАДМИНТОН:  
ОТ ПУНЫ  
ДО ОЛИМПИАДЫ**

В номере:

Эффективные методы стимуляции речи | Дыши свободно

Тропинки, которые ведут в пропасть | Кулинарные традиции стран мира  
ВИЧ и его воздействие на организм | Эмоции — наши верные друзья

# Здоровый образ жизни

## Подписные индексы:

75041 — для индивидуальных подписчиков; 750412 — для организаций.

Подписаться на журнал можно до 25-го числа месяца, предшествующего месяцу подписки. Заказать журнал можно до 5-го числа месяца выхода в свет по тел. (017) 322-93-25

Дизайн и вёрстка Е. А. Кустовой  
Корректор Е. И. Мельничук

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 обсуждения, не разделяя точки зрения автора. Авторские материалы не рецензируются и не возвращаются.

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

В связи с изменениями в налоговом законодательстве с 01.01.2023 организации обязаны предоставлять сведения обо всех доходах физических лиц. Поэтому при расчёте авторского вознаграждения (гонорара) издательство предоставляет информацию о доходах авторов вне зависимости от факта получения ими денежных средств. Чтобы гонорар не начислялся, автор может отказаться от него, приложив заявление к материалу, направляемому в редакцию. Скачать образец можно через QR-код.



Выход в свет 28.11.2025.

Формат 60 × 84 1/8.

Бумага легкомелованная.

Печать офсетная.

Усл. печ. л. 7,44. Уч.-изд. л. 8,09.

Тираж 922 экз.

Заказ 1105. Цена свободная.

Отпечатано на открытом акционерном обществе «Транстэкс»  
ЛП № 3820000003092 от 29.03.2004 г.  
Ул. Чапаева, 5, 220034, г. Минск

© Республикаансое унитарное предприятие «Издательство «Адукацыя і выхаванне», 2025

© Обложка К. К. Шестовский, 2025  
© Дизайн В. Н. Белокопытов, 2025

## В НОМЕРЕ

### КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

#### 3 Ольга ВАНИНА

### В КУРСЕ СОБЫТИЙ

#### 4 Екатерина ГАРУСОВА

##### Школа юного олимпийца

Интерактивное путешествие в мир олимпийского спорта

### МЕТОДИКА И ОПЫТ

#### 6 Ирина ГОЛУБИНСКАЯ

Эффективные методы стимуляции речи обучающихся на занятиях по физической культуре

#### 11 Ирина ГОЛУБИНСКАЯ

##### Что мы знаем о зиме

Занятие по образовательной области «Ребёнок и природа» для детей разновозрастной группы с тяжёлыми нарушениями речи (5–6 лет)

#### 14 Татьяна НОВИЦКАЯ

##### Дыши свободно

Классный час в III–IV классах

#### 18 Елена БОГДАНОВИЧ

Здоровое поколение — сильная страна  
Коррекционно-развивающая программа по предупреждению наркозависимости и формированию здорового образа жизни учащихся

#### 23 Татьяна ЛОЗОВИК

Тропинки, которые ведут в пропасть  
Классный час в IX классе

### ИСТОРИЯ СПОРТА

#### 26 Бадминтон: от пуны до Олимпиады

### ЛЭПБУК-ФОРМАТ

#### 30 Татьяна КАВУНОВА

##### Бадминтон

### ПЛАКАТ

#### 31 Новогодний адвент-календарь ЗОЖ

«В ожидании Нового года».

Декабрь 2025

#### 32 Скажи «нет» зависимостям!

#### 33 20 ноября — Международный день отказа от курения

#### 34 Примеры заданий для организации увлекательных математических перемен

### ГОСТЬ НОМЕРА

#### 35 Полина ЗЕНЬКОВИЧ

Бадминтон в Беларуси: от школьной секции до сборной страны

### ПОДГОТОВКА К ОЛИМПИАДЕ

#### 38 Александр ШКОРКИН,

Елена ОТЧИК,

Вячеслав АНТОНЕНКО

##### ОЛИМПИА-ДА!

Комплексные задания

теоретического тура для подготовки к олимпиаде по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»

### ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ

#### 42 Елена ЧУЖБА

Использование ситуационных задач для формирования функциональной грамотности при освоении учебного предмета «Физическая культура и здоровье»

#### 47 Сергей ГАМОЛКО

Использование ситуационных задач как средство формирования функциональной грамотности учащихся на примере учебного предмета «Допризывная и медицинская подготовка» (модуль «Допризывная подготовка»)

### ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

#### 53 Алина ШЕВЧЕНКО

С переменкою дружи — математиком расти

### СОВЕТЫ ЛОГОПЕДА

#### 54 Оксана ГОРОДКО

##### Баланс для развития речи

Использование балансировочной доски и балансировочной подушки в работе с детьми дошкольного возраста с речевыми нарушениями

### РАЗГОВОР О КУЛЬТУРЕ ПИТАНИЯ

#### 55 Татьяна ИЛЬИНА

##### Питаемся правильно и красиво

Планы-конспекты факультативных занятий «Разговор о культуре здорового питания» в VII (VIII) классе

### ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ

#### 61 Елена ГУРМАН

##### ВИЧ и его воздействие на организм

Информационный час с элементами тренинга в старших классах

### АЗБУКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

#### 64 Наталья СТЕЛЬМАХ

Эмоции — наши верные друзья