

#### Список цитируемых источников

1. Бутылкина, В. Е. Поделки в стиле оригами / В. Е. Бутылкина // Ребенок в детском саду. — 2003. - № 6. — С.14—20.
2. Венгер, Л. А. Воспитание сенсорной культуры ребенка / Л. А. Венгер, Н. Б. Венгер. — М. : Просвещение, 2008. — 368 с.
3. Кудрявцев, В. Т. Воображение и его роль в познании / В. Т. Кудрявцев. — М. : МГУ, 2009. — 327 с.

УДК 371.7

Э. Р Мирончик

Государственное учреждение образования «Средняя школа № 18 г. Барановичи», Барановичи, Республика Беларусь

### РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ НА УРОКАХ ПО ПРЕДМЕТУ «ЧЕЛОВЕК И МИР» В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

**Введение.** Здоровье — основа формирования личности, и в этой связи уместно привести слова замечательного педагога В. А. Сухомлинского: «Опыт убедил нас в том, что примерно у 85 % всех неуспевающих учеников главной причиной отставания в учебе являются плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание». [1, с.16].

Сохранение и укрепление здоровья школьников — приоритетная задача современного образования. Для ее решения необходима сплоченная работа многих специалистов, в том числе учителей начальных классов, которые будут внедрять в процесс обучения знания о человеке, о его здоровье, способах его формирования и сохранения. Учебный предмет «Человек и мир» предоставляет множество возможностей для развития у младших школьников навыков культуры здорового образа жизни. Он обеспечивает формирование культуры мышления, развитие познавательных процессов, формирование культуры труда и отдыха, овладение опытом организации здорового образа жизни. В то же время курс «Человек и мир» занимает ведущее место в гуманистическом развитии личности младших школьников, формировании общечеловеческих ценностей, социализации и формировании здоровья.

**Основная часть.** Для системной реализации задач здоровьесбережения требуется методическое обеспечение, адаптированное к возрастным особенностям учащихся и структуре урока.

Нами был изучен первоначальный уровень сформированности валеологической культуры и формирования навыков здоровьесбережения у младших школьников. Исходя из полученных данных, был выявлен средний уровень сформированности культуры здорового образа жизни у младших школьников. Недостаточный уровень сформированности навыков здоровьесбережения у младших школьников обуславливает важность исследования и разработку методического обеспечения.

Целью исследования являлось: разработать и апробировать методическое обеспечение для реализации здоровьесберегающих практик на уроках «Человек и мир» в начальной школе.

Задачи исследования: внедрить материалы в практику в экспериментальной группе; оценить влияние на формирование валеологической культуры учащихся.

Одним из ключевых аспектов организации здоровьесбережения среди младших школьников является обеспечение доступности физической активности на уроках. В рамках урока по предмету «Человек и мир» было разработано методическое обеспечение:

1. Комплекс из 13 физкультминуток «Минутки здоровья»

Цель: краткие динамические паузы для снижения утомления, улучшения кровообращения, снятия зрительного и мышечного напряжения.

Формат: 2—3 минуты, легко выполняемые в классе без реквизита.

Примеры модулей: дыхательная пауза (4—6 вдохов с визуализацией), гимнастика для шеи и плеч, упражнения для глаз («по кругу», «вблизи — вдаль»), разогрев кистей и пальцев.

Интеграция: запускаются в момент снижения внимания, между этапами урока или перед письменной работой.

2. Интерактивный плакат «Организм человека»

Цель: визуализация основных систем организма и правил их сохранения; опора для обсуждений и практических заданий.

Формат: крупный плакат с наклейками/магнитами (органы, процессы, советы по гигиене, знаки «правильно/неправильно»).

Применение: ввод темы, коллективные обсуждения, дидактические игры (например, «собери своё здоровье»), рефлексия в конце урока.

3. Чек-лист «Моё здоровье»

Цель: формирование навыков самоконтроля и ответственности за собственное здоровье.

Формат: табличный лист на месяц с простыми ежедневными пунктами (время сна, зарядка, чистка зубов, вода, перерывы за чтением, активность на перемене).

Методика применения: учащиеся отмечают выполнение, затем классный руководитель/учитель анализирует результаты с детьми, поощряются позитивные изменения и обсуждаются затруднения.

#### 4. Рабочие листы по разделу «Человек и его здоровье»

Цель: закрепление знаний через творчество и практические задания.

Содержание: задания на сопоставление (поведение — последствия), мини-проекты (план дня), ролевые сценки, рисунки и задания для домашней рефлексии.

Использование: как часть урока, на домашнюю работу, для диагностики усвоения тем.

Данные методики внедрялись поэтапно: знакомство с материалами (неделя 1); регулярное использование «Минутки здоровья» и чек-листа (недели 2—8), творческие уроки с рабочими листами и плакатом; вовлечение родителей: информирование о чек-листе и рекомендации для домашнего сопровождения; рефлексия и мотивация: проведение мини-анкет и обсуждений, награды/грамоты за улучшение показателей.

Используя всю разработанную методическую базу, в экспериментальной группе зафиксирована положительная динамика сформированности валеологической культуры и формирования навыков здоровьесбережения, тогда как в контрольной группе сохранялся преимущественно средний уровень. Данные свидетельствуют о положительном влиянии методического комплекса на осознанность и практические навыки здорового образа жизни у младших школьников.

**Заключение.** Таким образом, разработанное методическое обеспечение (комплекс «Минутки здоровья», интерактивный плакат, чек-лист и рабочие листы) доказало свою эффективность в формировании основ культуры здорового образа жизни у младших школьников в рамках уроков по предмету «Человек и мир». Интеграция практических, наглядных и самоконтролирующих методик обеспечивает позитивную динамику валеологической компетентности и может быть рекомендована для внедрения в начальной школе при учёте адаптации материалов к конкретным условиям.

#### Список цитируемых источников

1. Бахтин, Ю. К. Здоровье, его компоненты и образующие факторы / Ю. К. Бахтин // Здоровье человека — 6: материалы VI Международного конгресса валеологов, 23-25 мая 2011 года, в г. Санкт — Петербурге / СПб. : Издательство СПбГМУ, 2017. — 300 с.
2. Лобынько, Л. В. Современные подходы к процессу образования старших дошкольников / Л. В. Лобынько, Т. Ю. Швецова. — 2-е изд., испр. — Минск : ИВЦ Минфина, 2015. — 220 с
3. Петров, К. Л. Здоровьесберегающая деятельность в школе К. Л. Петров // Воспитание школьников. — 2005. — №2. — С. 19—22.
4. Сухамлинский, В. А. Сердце отдаю детям / В. А. Сухамлинский. — Киев : Радянська школа, 1974. — 288 с.
5. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов. — М. : — 2007. — 121 с.
6. Севрук, А. И. Здоровьесберегающий урок / А. И. Севрук, Е. А. Юнина // Школьные технологии. — 2004. — №2. — С. 200—207.

УДК 372.3

В. В. Мишкевич

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

### ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ И ПРИЁМЫ ТРИЗ-ТЕХНОЛОГИИ

**Введение.** В условиях стремительного прогресса технологий и информационного потока, традиционные методы обучения не всегда позволяют достичь желаемых результатов в обучении и воспитании дошкольников. В связи с этим возникает необходимость внедрения инновационных методов и технологий, ориентированных на улучшение качества образовательного процесса, развитие когнитивных способностей и творческой личности дошкольников. Теория решения изобретательских задач (ТРИЗ-технология) возникла как система методов решения технических противоречий и оптимизации процессов с минимальными ресурсами [1].

Сегодня она активно адаптируется в педагогике, предлагая инструменты для формирования творческого мышления и нестандартных решений в различных видах деятельности дошкольников. Использование адаптированных методов ТРИЗ в процессе формирования навыков связной речи детей среднего возраста способствует овладению логическими последовательными высказываниями, способностью анализировать речевую ситуацию и находить оптимальные варианты выражения мысли, в целом освоению и активному пользованию языковыми средствами [2].

**Основная часть.** Педагогами и исследователями, которые внесли значительный вклад в изучение и внедрение ТРИЗ-технологии в образование, являются Г. М. Альтшуллер, Е. Е. Нестеренко, Е. Л. Пчелкина, С. И. Гин, Т. А. Сидорчук, А. В. Кислов, Е. А. Федорова.

Г. М. Альтшуллер, основатель теории изобретательских задач, понимал технологию ТРИЗ как систему методов и принципов для решения изобретательских задач путем выявления и разрешения противоречий. Он полагал, что многие изобретения имеют общие закономерности, а решение задачи часто состоит в достижении идеального конечного результата [3].

С. И. Гин рассматривала ТРИЗ-технологию как комплекс инструментов для развития творческого мышления и решения логических задач. Она использовала ТРИЗ в образовательных целях, разрабатывая методы для обучения нестандартному мышлению и самостоятельности ученика, что привело к появлению ТРИЗ-педагогике.