

**ТРИЗ-ПЕДАГОГИКА КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ
ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

Юрасова Д. К.;

Мухопад А. Д.;

Мозговая Н. Н., канд. психол. наук, доц.

Южный федеральный университет,

г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация

Аннотация. *В статье рассматриваются способы укрепления и сохранения здоровья, как неотъемлемая часть образовательного процесса, через выбор оптимальных, оздоровительных методик с учётом информационной перегруженности и повышения учебной мотивации детей дошкольного возраста. Было выявлено, что ТРИЗ методики отлично подходят для улучшения образовательного процесса, который возможно включить в различные виды деятельности совместно с здоровьесберегающими технологиями. Методики обеспечивают доступ к знаниям о здоровом образе жизни, правильном питании, физической активности и нормам гигиены, с помощью игровых заданий и упражнений направленные на творческие и умственные способности воспитанников.*

Ключевые слова: *здоровье, здоровьесберегающая технология, образование, ТРИЗ, дети дошкольного возраста.*

Актуальность. Здоровье человека является актуальной проблемой для всех образовательных учреждений, и в настоящее время она становится приоритетной. Забота о здоровье детей начинается с раннего возраста. Важно создавать для ребёнка благоприятную и безопасную среду, а также укреплять его физическое развитие, что включает в себя обеспечение качественного, правильного питания, регулярную активную деятельность, соблюдение гигиенических требований. Такие меры способствуют формированию здоровых привычек и образа жизни.

Актуальность заключается в оздоровительной направленности, как одной из важных и перспективных направлений развития современной системы образования. Внимание к здоровому образу жизни основа физического и нравственного воспитания. Для укрепления здоровья необходим комплексный подход, включающий в себя педагогические, медицинские и социальные показатели. Для решения поставленных оздоровительных задач педагоги пользуются современными методами и технологиями.

Внедрение современных технологий в образовательную систему позволяет использовать и модернизировать педагогический процесс, уделяя большее внимание здоровью на всех ее уровнях.

Здоровьесберегающие технологии – это совокупность мер по охране и укреплению здоровья детей в образовательных учреждениях. Они включают в себя организацию режима дня, здоровое питание и физическую активность, а также закрепление норм здорового образа жизни. Цель состоит в том, чтобы обеспечить безопасную и поддерживающую среду для ребёнка, помогая предотвратить заболевания, физическое и психическое перенапряжение, сформировать осознанное отношение к своему здоровью [1, с. 87]. Здоровье на всех уровнях включает и психологическое, через соблюдение границ личностного пространства ребенка [6], которое уже в этом возрасте начинает формироваться, а подобные технологии через игровую форму являются ресурсными в плане развития здоровой личности ребенка.

Существуют различные классификации здоровьесберегающих технологий и все они направлены на сохранение и укрепление здоровья. Н.К. Смирнов – один из ведущих специалистов по здоровьесберегающей педагогике, более подробно рассмотрел влияние окружающего пространства на физическую и умственную нагрузку ребёнка [4]. И представил свою классификацию, где здоровьесберегающие технологии подразделяются на группы:

- Организационно-педагогические технологии (ОПТ) педагог распределяет нагрузку воспитанников в течении всего дня, учитывая индивидуальные особенности и работоспособность каждого ребёнка, используя различные каналы восприятия и методы.

- Психолого-педагогические технологии (ППТ) – взаимодействие педагога и воспитанников, с помощью психологических приёмов. Например, снятия эмоционального напряжения, создание благоприятного положительного климата на занятии, решение педагогических ситуаций.

- Учебно-воспитательные технологии (УВТ) – формируют знания об основах здоровья и уходе за собой. К примеру, тематические уроки, гимнастика, физминутки, игровые упражнения, направленные на заботу о своём здоровье.

Исходя из данной классификации, можно сделать вывод, что на педагога дошкольного учреждения лежит большая ответственность за компетентную, правильную передачу знаний о здоровье. И использование здоровьесберегающих технологий, позволяют облегчить учебно-воспитательный процесс.

Любая технология включает в себя совокупность методов, приёмов и принципов педагогической деятельности. Разнообразие структур технологий позволяет улучшать и модифицировать педагогический процесс так, чтобы он был более интересным и познавательным.

В настоящее время наблюдается динамика переутомления обучающихся от нагрузки учебного материала, а также недостаточность знаний и навыков в области

развития и укрепления здоровья. Данные факторы негативно сказываются на здоровье и эмоциональном состоянии воспитанников.

Организация и методы исследования. Чтобы уменьшить нагрузку и вовлечь детей в различные виды деятельности, применяются всевозможные методики. Одним из интереснейших системных методов является технология решения изобретательских задач (ТРИЗ). И его можно прекрасно использовать совместно с здоровьесберегающими технологиями. Ведь, дети – прежде всего, исследователи и им интересно всё, что их окружает.

ТРИЗ – это набор методов решения и усовершенствования задач, его целью является развитие мышления, поисковой активности, стремление к новизне, развитие речи и творческого воображения. ТРИЗ включает в себя, систему игр, занятий увеличивая эффективность основной программы. При внедрении ТРИЗ элементов, наглядно улучшается творческая и мыслительная активность у детей, они самостоятельно находят пути решения проблем и понимают происходящие процессы. Также данная методика развивает нравственные качества, такие как желание помочь и испытывать радость за успех других. Главным отличием от классического подхода, является предоставление возможности детям самостоятельно проявлять себя и находить ответы, решать задачи, анализировать.

А.М. Страунинг объясняет в своих исследованиях природу ребенка и предлагает обучать дошкольников исследовать мир через творческие задания. Благодаря заданиям по ТРИЗ, перед ребенком создаются проблемные ситуации в формате игры, которые в дальнейшем способствуют установлению связей, фактов в развитии понятий о здоровье, его культуре и в целом, как образе жизни. Такие связи создают прочный фундамент знаний, умений и навыков между физическим, психическим, духовным и социальным развитием, а также помогает формировать у ребенка умственные способности, которые проявляются в анализе своего личного состояния [5, с. 20].

Применяя в образовательном процессе методы ТРИЗ, у воспитанников развивается активная жизненная позиция, целостно-ориентированное отношение к своему здоровью и образу жизни. Позволяет ребёнку сильнее понять системность окружающего мира, закрепляет познавательное отношение детей к человеку, его организму, способу жизни, что формирует способности к аналитической деятельности.

ТРИЗ предлагает детям ситуации, погружаясь в которые они выявляют противоречия и находят решения проблем: например, у них есть возможность поставить себя на место природного объекта, искать ресурсы, которые помогут экологичным путём решить задачу. И самое интересное, что ТРИЗ методику можно вводить уже в деятельность с детьми младшего дошкольного возраста, что в дальнейшем позволит использовать данный метод в любой сфере и с различными технологиями.

В состав традиционных приёмов применения ТРИЗ, входит сюжетно-ролевая игра. В ней создаются ситуации, в которых обозначается проблема, а дети распределяют роли, обсуждают и придумывают игровые действия, с целью вывить своё мнение. В рамках здоровьесберегающих технологий можно рассмотреть: мнемотехнику, «мозговой штурм», сказкотерапия и арт-терапия.

Мнемотехника упрощает процесс запоминания и воспроизведения информации. Она позволяет увлечь детей и в лёгкой игровой форме сформировать знания и умения о здоровом образе жизни при помощи дополнительных ассоциаций. Например: можно предложить детям мнемотаблицу с лёгким стихотворением «Водичка, водичка! Умой моё личико, чтобы глазки блестели, чтобы щёчки краснели, улыбался роток и кусался зубок!», где в таблице будут изображены иллюстрации на каждое действие. Таким образом, ребёнок проще запомнит последовательность гигиенических процедур. Также, очень часто мнемотехника используется в сочетании с музыкальным сопровождением, что позволяет ориентироваться и на аудиальный и на визуальный канал восприятия.

Мозговой штурм – это метод решения проблемы, с помощью стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказать как можно большее количество вариантов решений, в том числе самых необычных и фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Этот метод также можно внедрять на занятия по экологическому воспитанию и разбирать самые сложные и глобальные вопросы о загрязнении окружающей природы.

Методы сказко- и арт-терапии позволяют снизить уровень стресса, освободить ребенка от негативных состояний, напряжений, стабилизировать эмоциональный фон. Через такие задания дети развивают не только творческие способности, но и повышают уверенность в себе и межличностное поведение. Развитие личности происходит за счет стимулирования креативного мышления, что позволяет быстрее укреплять здоровый образ жизни в сознании ребенка.

Результаты нашего исследования в перспективе после проведения работы со специалистами коллективов детских дошкольных учреждений г. Ростова-на-Дону. Нашу программу работы мы изложили в студенческой проектной деятельности, в которой предложили разработанную программу ДПО по работе с воспитателями и методистами ДОУ в основании интерактивных технологий наряду с методами ТРИЗ-педагогике. На данном этапе идет обработка полученной информации и сбор необходимой теоретической базы для продвижения нашего проекта по ИКТ технологиям в сфере здоровьесбережения в воспитательной и образовательной деятельности с детским коллективом.

Выводы. Таким образом, качество обучения напрямую связано с состоянием здоровья детей, поэтому разработка и внедрение системы обучения, ориентированной на здоровьесберегающие технологии, является важным шагом

в современной системе образования. Это позволяет учесть потребности и возможности развития личности, предотвращать негативные последствия информационной перегрузки у воспитанников, а также способствовать их физическому и психическому здоровью.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белоус, О.В., Василенко, В.Г., Тютюнникова, Е.Б., Арушанян, Ж.А. Здоровьесберегающие технологии в условиях образовательного пространства / О.В. Белоус // Управление образованием: теория и практика. – 2022. – Т. 12. – № 4. – С. 86–92.
2. Костецкая, Г.А., Резниковый, М.А. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе: Методические рекомендации / Г.А. Костецкая. – СПб.: Гос. бюджетное учреждение доп. проф. образ-я СПбФППО. – 2019. – 15 с.
3. Сигаева, Е.В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе / Е.В. Сигаева // Молодой ученый. – 2021. – № 28 (370). – С. 50–53 [Электронный ресурс]. URL: <https://moluch.ru/archive/370/83190/> (дата обращения: 05.03.2024).
4. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.
5. Страунинг, А. М. Программа по ТРИЗ-РТВ для детей дошкольного возраста «Росток», 1 том: Учебно-методическое пособие / А.М. Страунинг. – Обнинск: Изд. «Принтер», 2000. – 204 с.
6. Mozgovaya N. Personal boundaries and bullying among schoolchildren / N. Mozgovaya // Child in a Digital World. Book of Abstracts. – 2023. – С. 113.