



БЕРЕЖЛИВОЕ МЫШЛЕНИЕ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ: БИБЛИОТЕЧНЫЕ ПРАКТИКИ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТНОЙ ДЕТСКОЙ БИБЛИОТЕКИ



Литературный маршрут бережливости

Чему я научился:

Какие принципы бережливости ты знаешь? Впиши.

Тайм-квест – определяем, на что ушло время

Инструкция: выбери один из выходных дней (суббота или воскресенье) и отметь сколько часов и минут ты потратил на каждое дело. Поставь галочку (✓), где считаешь делом полезным или крестик (X), если бесполезное.

Дело	Сколько времени я потратил(а) (суббота, воскресенье)	✓ или X
Сон	_____ часов _____ минут	
Выполнение домашнего задания (уроки)	_____ часов _____ минут	
Общение с друзьями	_____ часов _____ минут	
Общение с семьей	_____ часов _____ минут	
Чтение книг	_____ часов _____ минут	
Помощь по дому	_____ часов _____ минут	
Телефон, компьютер, игры	_____ часов _____ минут	
Социальные сети	_____ часов _____ минут	
Прогулка, спорт	_____ часов _____ минут	
Просмотр фильмов	_____ часов _____ минут	
Творчество, хобби	_____ часов _____ минут	
«Ничего не делал(а)»	_____ часов _____ минут	

Маленькие шаги к большому порядку (5S)

Принципы 5S, которые помогают организовать учебное и личное пространство:

- * **сортировка (Seiri)** – убрать всё лишнее;
- * **систематизация (Seiton)** – у каждой вещи есть своё место;
- * **сияние (Seiso)** – чистота помогает в работе и отдыхе;
- * **стандартизация (Seiketsu)** – превратить порядок в привычку;
- * **совершенствование (Shitsuke)** – поддерживать порядок каждый день.

Фотографируй свой рабочий стол, за которым ты делаешь уроки до наведения порядка и приклей сюда.

Здоровый маршрут бережливого ученика

Инструкция: в течение 4-х дней (укажи дни недели) отметь в таблице свои полезные и бесполезные дела. Запиши, сколько времени потратил.

Дело	Сколько времени я потратил(а)			
	1-й день	2-й день	3-й день	4-й день
Сон	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Утренняя зарядка	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Гигиена (умывание, зубы, уход за собой)	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Правильное питание (без «фастфуда»)	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Прогулка на свежем воздухе	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Спорт, подвижные игры	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Просмотр развлекательных роликов в Интернете	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Хобби, творчество	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Общение с семьей и друзьями	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Игры в компьютерные игры	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
«Ничего не делал(а)»	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Ссоры и обиды	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м
Другое (напиши, что именно?)	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м	_____ ч _____ м

Всего получилось – _____ часов _____ минут. Полезных часов – _____ часов _____ минут. Бесполезных часов – _____ часов _____ минут.

Подумай: какие важные дела ты забыл(а)? Что нужно сделать, чтобы успеть их выполнить?

Природа и я: бережливое партнёрство

Задание 1. Придумай 5 правил «Мои правила бережного отношения к природе» (например: не бросаю мусор на улице и в лесу, бережно отношусь к растениям). Заполни таблицу.

№	Моё правило	Выполняю каждый день (да/нет)
1		
2		
3		
4		
5		

Итог: я отношусь к сохранению природы так:

Задание 2. Мини-эксперимент (по желанию)

1. Посчитай, сколько раз за день ты включал свет;
2. Сколько раз открывал воду;
3. Что можно сделать, чтобы тратить меньше?

Мои достижения

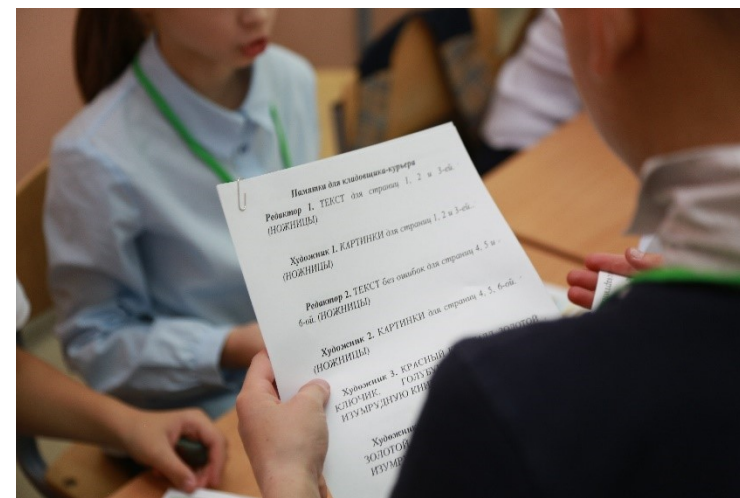
Пройдя маршрутами проекта «Бережливый ученик», я **понял(а)**, как важно беречь время, силы, природу и всё, что нас окружает.

Фотографируй свой рабочий стол, за которым ты делаешь уроки после наведения порядка и приклей сюда.

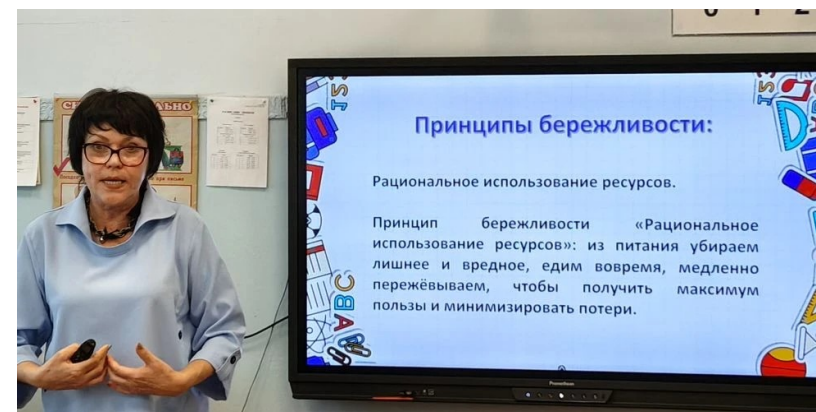
Мои принципы бережливости (впиши их):

ГБУК «Сахалинская областная детская библиотека»





ГБУК «Сахалинская областная детская библиотека»



Принципы бережливости:

Бережливое производство – это когда мы бережно используем ресурсы и не тратим их зря.

- Сортируя и перерабатывая мусор, мы сохраняем полезные материалы и природу.
- Компостируя остатки еды, мы делаем землю плодородной вместо того, чтобы она засорялась.
- Не сжигая и уменьшая количество мусора, мы бережём воздух и здоровье людей.

Каждый наш поступок помогает природе и экономит ресурсы, а это и есть принцип бережливого производства.



ГБУК «Сахалинская областная детская библиотека»



ГБУК «Сахалинская областная детская библиотека»

