



СМОЛЕНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ
ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

ОБЛАСТНОЕ АВГУСТОВСКОЕ СОВЕЩАНИЕ

2026



ГОД ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

КОНСТРУКТОР ПОЛЕЗНЫХ МИНУТ

как каждую свободную минуту наполнить развивающим содержанием

Докладчик: _____

21.08.2026 / СМОЛЕНСК / 2026

Зачем собирать полезные минуты

Свободная минута — ресурс

- появляется между делами, ожиданием, переходами
- часто уходит в «пустое листание»
- может стать короткой тренировкой навыка

идея: не ждать “идеального времени”

Развитие — маленькими шагами

- 1–5 минут достаточно для повторения
- регулярность важнее длительности
- короткие действия легче встроить в день

микро-действие → привычка

Конструктор вместо хаоса

- заранее готовим набор мини-заданий
- выбираем по ситуации и настроению
- фиксируем результат без лишней бюрократии

минута должна быть понятной

Формула конструктора: 1 свободная минута = 1 смысловое действие

1. Заметить минуту

- ожидание ответа
- дорога между кабинетами
- пауза перед занятием

2. Выбрать мини-формат

- слово / вопрос / наблюдение
- один пример из практики
- микро-рефлексия



3. Закрепить результат

- проговорить вслух
- записать кратко
- связать с текущей задачей

4. Вернуться к делу

- без ощущения “я выпал из процесса”
- с небольшой победой
- с готовностью повторить



Главный принцип: действие должно быть настолько простым, чтобы его можно было начать сразу.

Не “найти время на развитие”, а превратить уже существующие паузы в короткие образовательные точки.

Банк полезных минут: что можно положить внутрь

Для мышления

- сформулировать один вопрос по теме
- найти причинно-следственную связь
- сравнить два понятия
- придумать пример из жизни

вопросы развивают глубину

Для речи

- объяснить термин простыми словами
- пересказать мысль за 30 секунд
- подобрать 3 аргумента
- сказать фразу без “воды”

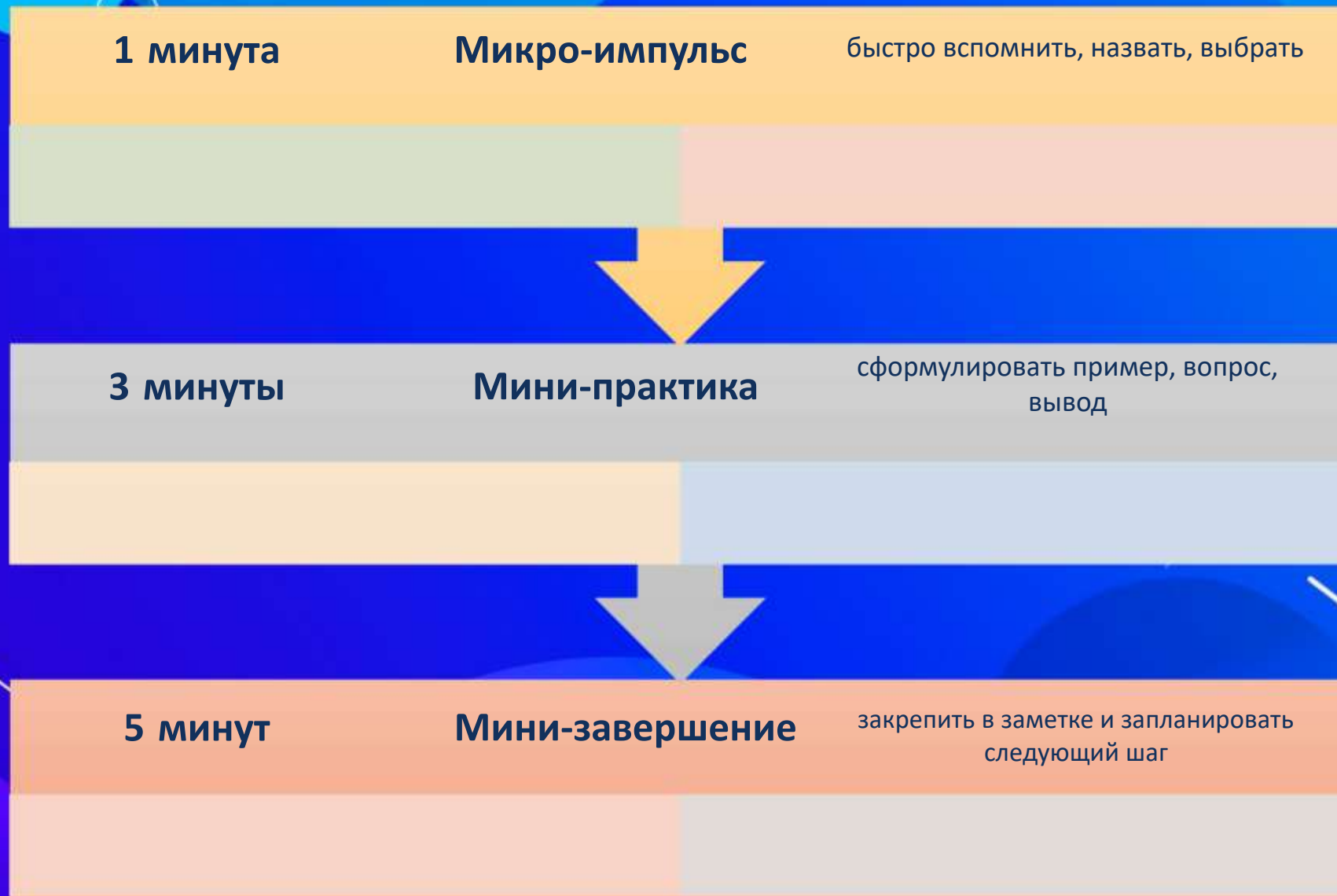
речь тренируется быстро

Для памяти и внимания

- повторить 5 ключевых слов
- найти 3 детали вокруг себя
- вспомнить вывод прошлого занятия
- записать одну мысль дня

малое повторение спасает знания

Модель 1–3–5: три режима полезной паузы



Где прячутся полезные минуты в течение дня

Утро

- пока собираемся
- перед началом занятий
- в первой паузе дня

Мини-действие: назвать цель дня одним предложением.

День

- между встречами
- во время ожидания
- после сложной задачи

Мини-действие: задать себе вопрос “что я сейчас понял?”.

Вечер

- дорога домой
- перед сном
- после общения с людьми

Мини-действие: записать один вывод и один следующий шаг.

Готовые карточки: бери и запускай

Карточка 1: “Слово дня”

- выбери термин
- объясни его ребенку / коллеге
- придумай короткий пример

Карточка 2: “Один вопрос”

- что здесь главное?
- зачем это нужно?
- как применить уже сегодня?

Карточка 3: “Три факта”

- вспомни 3 факта по теме
- расположи их по важности
- найди связь между ними

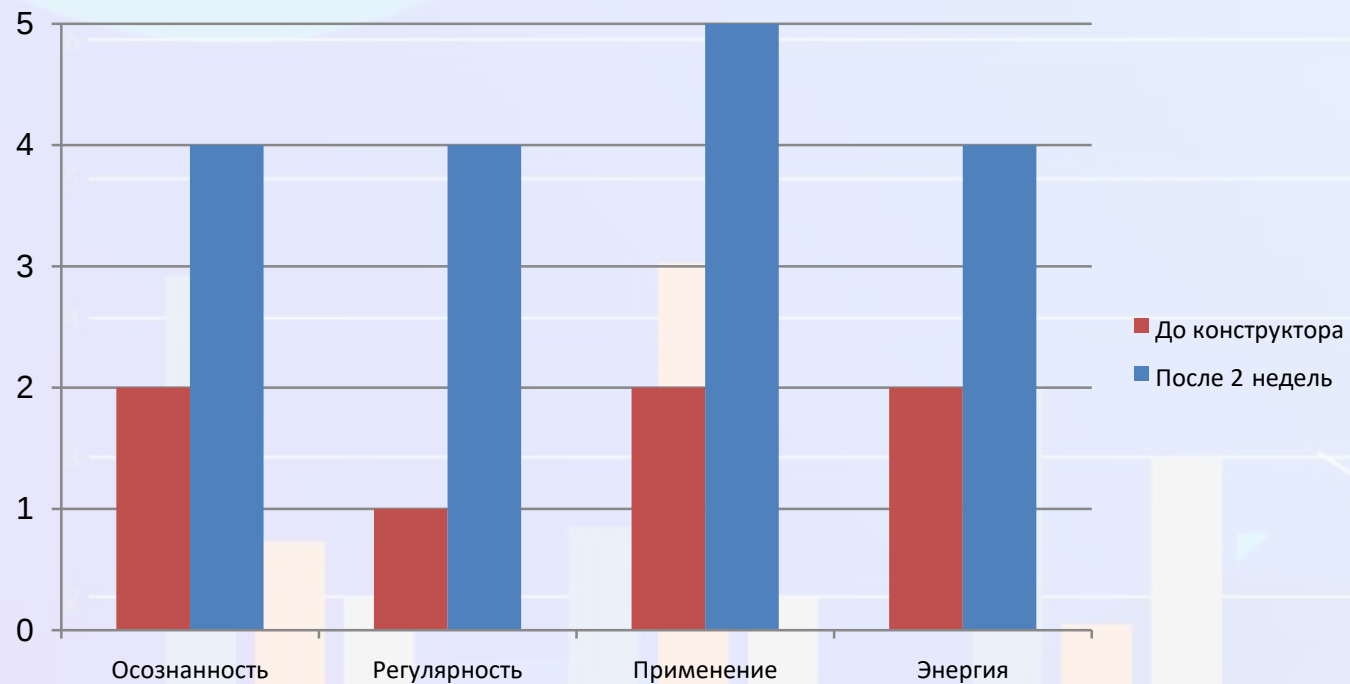
Карточка 4: “Мостик к практике”

- где это встречается в жизни?
- кому это может помочь?
- что я сделаю иначе?

Правило карточек: не копить сложные задания — хранить простые стартовые действия.

Лучшие карточки — те, которые хочется повторить завтра без принуждения.

Как понять, что конструктор работает



Смотрим не на “сколько минут потрачено”, а на качество включения в развитие.

3 признака результата: стало легче начинать • знания чаще вспоминаются • появляется желание продолжать



СМОЛЕНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ
ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

ОБЛАСТНОЕ АВГУСТОВСКОЕ СОВЕЩАНИЕ

2026



ГОД ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!

Пусть каждая свободная минута работает на развитие.