

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад «Сказка» с. Первомайское Первомайского района

**Консультация для педагогов  
«Тайм-менеджмент для дошкольников»**

Выполнила:  
воспитатель  
Михейлис Любовь Васильевна

2023 год.

В настоящее время значительно усилился интерес к изучению технологий, методик развития современных детей, детей нового поколения, новой технологической эры.

Успешное развитие дошкольников и их комфортная адаптация к постоянно изменяющимся условиям существования общества все больше связывается с необходимостью пересмотра требований, в которых особое значение уделяется формированию у дошкольников особых навыков, напрямую связанных с потребностями современной жизни. Эти навыки называются навыками XXI века. К таким навыкам относятся: навыки позитивного общения; навыки альтернативы агрессии; навыки понимания, распознавания и выражения чувств; навыки установления личных границ; навыки самопрезентации; навыки эффективного мышления; навыки адаптации к различным обстоятельствам и навыки управления временем (тайм-менеджмент).

Как вы думаете, а нужен ли вообще детский тайм-менеджмент? Ведь время ребенка и так расписано до предела: детский сад, развивающие кружки, спортивные секции, затем школа, снова секции и так далее... Тем не менее, практика показывает, что все гораздо сложнее. Наши дети не умеют грамотно спланировать время на выполнение огромного количества задач, поставленных в школе, и не способны разобраться с их приоритетами. Они не знают способов борьбы с тем, что мешает им все успевать, будь то внешние отвлечения, потерянная из-за беспорядка тетрадка или собственная лень. Наконец, мало кто из детей умеет ставить цели, и уж совсем единицы способны организовать деятельность по их достижению.

Изучению формирования навыков управления временем посвящены работы Г. Архангельского, М. Лукашенко, Е.А. Субботиной, Е.Н. Лебеденко и др., формированию временных представлений и развитию чувства времени у дошкольников уделено внимание в трудах С.В. Селезнёва, Т.Д. Рихтерман, Т.И. Тарабарина, Е. И. Соколова, Л.М. Маневцова, Р. Л. Непомнящей, О.Е. Дрень, А.Ф. Яфальян, К.А. Абульханова - Славской, Е.А. Головаха, Рихтерман Т.Д., Л.С. Метлина и др.

Организовывать своё время - для взрослых привычное занятие, хотя и не все справляются эффективно. Для дошкольников же эта «наука» - совсем не из лёгких. Впервые это можно заметить, когда начинается посещение детского сада, и в начальной школе, на первых порах организации учебного процесса. Но мы в силах им помочь и подготовить успешных, организованных будущих взрослых.

Процесс управления временем - это система приемов, позволяющих детям старшего дошкольного возраста продуктивно организовывать деятельность для достижения поставленных целей.

Время – это одно из важнейших понятий в формировании навыков управления временем у детей старшего дошкольного возраста. Развитие представлений о времени детьми происходит:

- на основе знакомства с окружающим миром и опыте ребенка ориентироваться во времени с самого рождения в процессе развития его движений и речи;
- на основе присвоения культурных образцов социального взаимодействия, усвоения лексики и грамматики языка, соотношения мер, величин и т.д.

С.В. Селезнева считает, что процесс управления временем у детей старшего дошкольного возраста начинается с того, что у них формируется понимание, что время — это то, что можно подсчитать, можно зря потратить, а можно с пользой. Время можно выкроить, можно сберечь. То есть, главная задача – привлечь внимание ребенка ко времени – показать, что оно невосполнимо и объяснить, что им можно и нужно управлять.

Автор полагает, что самостоятельно ориентироваться во времени необходимо детям уже в дошкольном возрасте: определять, измерять время обозначать его в речи, чувствовать его протяженность, чтобы регулировать и планировать деятельность во времени, менять темп и ритм своих действий в зависимости от ресурса времени. Уметь корректировать и планировать деятельность во времени создавая основу для развития таких качеств личности, как целенаправленность, организованность, собранность, точность.

Время для ребенка становится регулятором его деятельности. Дошкольник самостоятельно должен ориентироваться в отрезках времени различной длительности, сопоставлять свою деятельность с конкретным временем, владеть чувством времени. Ресурс времени воспринимается ребенком опосредованно, через конкретизацию временных единиц и отношений, в регулярно циклических явлениях жизни и деятельности. Большей точностью отличаются представления детей о таких интервалах времени как различие навыков, которые формируются на основе личного опыта. По этой причине детей необходимо знакомить с такими интервалами времени, которыми возможно определять и измерять длительность, очередность и ритмичность их действий в разнообразных видах деятельности.

Л.В. Гильманова в своих работах рассказывает о том, что чувство времени может стоять на разных уровнях развития. В раннем возрасте время формируется на основе личного опыта без опоры на знание временных единиц. К примеру, грудной ребенок дает знать, что он проголодался, значит пришло время его покормить. У него нет ни малейшего понятия о времени, его время сопоставимо лишь с его физиологическими потребностями. Чувство времени начинает формироваться и совершенствоваться при выполнении специально созданных методик, направленных на развитие временных представлений. В таких случаях оно начинает играть роль регулятора его деятельности. А у старших дошкольников есть ряд задач, которые он должен своевременно выполнять: чистить зубы, выполнять задания, делать уборку в своей комнате и т.д.

Т. Рихтерман утверждает, что к двум годам дети понимают, что некоторые события быстро происходят, а другие они ожидают. Потом, кроме настоящего времени, дети уже начинают выделять прошлое и будущее. Далее освоение времени требует взрослого вмешательства.

В связи со спецификой мышления, очень сложно познакомить ребёнка маленького возраста с тем, что нельзя представить перед ним визуально. Время не материально, но оно «движется» необратимо. Даная ситуация ставит перед детьми вопрос, насколько оно вообще существует. Поэтому важно конкретизировать для ребенка временные единицы и их отношение в повторяющейся деятельности,

жизненных событиях. Это должно происходить на основе его личного опыта, в разнообразных видах деятельности, при демонстрации часовых приборов.

На первых этапах, не соотнося ощущение времени с реальным временным течением, дети накапливают знания о понятиях «сначала», «потом», «вчера», «сегодня», «завтра», информацию о сезонах года. Чаще это происходит через опыт своего проживания, поддерживаемый развитием речи и мышления. Для более активного восприятия времени, которое лишь попутно событиям, необходимо на нём акцентировать внимание детей. Помните, что это восприятие происходит с огромным трудом и крайне неустойчиво.

Части суток: «утро», «день», «вечер», «ночь» для детей могут быть различимы больше по содержанию деятельности в эти периоды. Чёткий распорядок дня помогает ребёнку в формировании этих реальных знаний. К примеру, подготовительный режим дня за 1-1,5 месяца до начала посещения садика, а после и уже само посещение даст возможность более предметно знакомить ребенка со временем. Полезно для ребёнка проговаривание плана действия на день с акцентом на части суток. Эффективно показывать эмоциональные, яркие картинки с разной деятельностью детей, взрослых, мульт-персонажей и с обозначением суточного отрезка. Понимание следует контролировать с помощью вопросов ребёнку о времени суток и соответствующей ему деятельности. Чем чаще вы будете повторять в речи временные отрезки, поясняя их, тем более прочную основу создадите для знаний ребёнка. Детям постарше время суток можно связать с явлениями природы («солнышко встаёт» и т.п.). В этом освоении подкрепляют также эмоции от тематических стихов, рассказов.

По утрам можно проговаривать с детьми и дни недели, спрашивая названия дня сегодняшнего, предыдущего и следующего. Дни недели можно обозначать и как пять рабочих дней, и два выходных (объяснение через деятельность). Возможно, стоит пояснить причину их названия, например, «понедельник» - первый, а «вторник» - второй, «среда» - средний день и т.д.

Существуют и такие временные понятия, как «быстро» и «медленно». Их хорошо осваивают дети в соревнованиях, конкурсах. Важно восприятие ребёнком и понятий «до», «после», «сначала», «потом». Можно составлять с ним рассказы с использованием этих слов, а далее уже следить за его самостоятельной расстановкой понятий. Более совершенно их освоить ребёнок сможет в младшем школьном возрасте.

Месяцы и их последовательность хорошо помогает запоминать старая добрая сказка «Двенадцать месяцев» С. Маршака. После освоения понятий «неделя», «месяц», «год», нужно научить понимать их соотношение. Времена года красочно описываются в стихах, загадках для деток. Можно подобрать наиболее интересные, разобрать их с ребёнком. Считается, что усвоение времён года лучше проходит в парах: лето-зима, весна-осень. Важно показать их целостность в году, их равенство, используя, к примеру, круг с расчерченными секторами соответствующих временам года цветов. Необходимым средством обучения в осознании времен года и их соотношения с природными явлениями будут правильные вопросы, стимулирующие интерес ребёнка. К примеру, «что с листьями деревьев происходит осенью?», «что меняется в жизни птичек осенью?». Считается, что к концу дошкольного возраста ребёнок должен знать о зависимости от времён года основных изменений в неживой природе, в жизни животных.

Установление знаний о днях недели, месяцах позволит ознакомить ребёнка с календарём. Будет важен его вид, например, соответствующий временам года. Можно показать ребёнку и праздники в нём. Знание календаря к 6-7 годам будет хорошей помощью в приучении ребёнка к школьному распорядку.

Знакомство с единицами времени (минутами, часами, сутками...) должно происходить как познание системы, в которой мера одной единицы состоит из единиц предыдущей. Важно и осознание непрерывности времени. Обычно сначала показывают длительность 1-й, 3-х, 5-ти, 10-ти минут с помощью песочных часов, секундомера. Стоит дать почувствовать это время через деятельность, предлагая задания с назначением времени. Необходимо хвалить

ребёнка, если он какое-то задание успевает сделать за минуту. Для того, чтобы показать, что время может иметь разную наполненность действиями в зависимости от его управления, можно предложить ребёнку собрать за минуту то количество игрушек, которое он успеет, а потом показать сколько сможете собрать вы. Конечно, важна разница в количестве игрушек за одно и то же время. Скорее всего, эти знания не будут применены сразу ребёнком, но всё равно отложатся.

Последовательное познание минут происходит в сравнении с объемом выполняемых действий за 1 минуту и за 3 и т.д. С 5 минут можно использовать какие-то наглядные часы, показывая этот интервал по черточкам. Кстати, в продаже встречаются специальные детские часы с обозначением только минут. 10 минут, как правило, осваивается по заданиям, акцентируя внимание на прохождение черточек часов за это время, за их двойное расстояние по 5 минут.

Часы можно учить по макетам. Попросите ребёнка одну стрелку (большую) поставить на 12, а маленькую перемещать, вспоминая о действиях, которые он привык выполнять в это время. Передвижение большой стрелки по 5 минут покажет составление часа из минут. Можно считать эти передвижения по 3 интервала – это будут четверти часа. Далее также поясняют 30 минут как половину часа – полчаса. Важно часто связывать деятельность ребёнка с часами. Это поможет ему чувствовать время, чтобы им управлять.

Исследования показывают, что большинство детей 6 или 7 лет ещё не до конца осваивают временные понятия: дни недели (их последовательность), соотношение месяцев с временами года, с большинством праздничных дат и др. Но направленное, организованное обучение может улучшить эти показатели. Как уже отмечалось, большое значение будет иметь освоенный ребёнком режим дня в детсаду, а после и представление о школьном режиме. Стимулирование, интересный, системный подход сыграют ведущую роль в освоении сложных временных понятий, в обучении «пользования временем».

Важной особенностью формирования навыков управления временем у детей старшего дошкольного возраста является вооружение детей навыками планирования

Планирование – это сложный процесс, связанный с анализом, обобщенными представлениями, умением предвидеть предстоящую работу.

План на день – очень важный элемент, которому взрослым стоит научить ребёнка. Дети не умеют изначально планировать, а «подгоняют», придумывают деятельность под освободившееся время. Часто более склонны к планированию дети, посещающие кружки, секции. Но это умение важно для всех. Поэтому в план включаем любую деятельность, например, и помощь в домашних делах. Обязательно в плане указывается время деятельности. Следует научить выделять наиболее важные дела. Напротив каждой деятельности должна ставиться отметка о выполнении. План тоже должен подвергаться совместному анализу и коррекционным решениям. Планирование позволит не только быть ребёнку более организованным, ответственным, но и выполнять даже самые нелюбимые дела.

По мнению О.А. Новоселовой составление плана действий является самой простой и эффективной техникой планирования. Автор рекомендует, поделить дела на 2 типа:

- дела, у которых есть назначенное время, такие дела ещё называют обязательными (их, не при каких обстоятельствах нельзя отменять или переносить на другое время);
- дела, которыми можно изменять назначенное время и его протяженность (их называют гибкими делами).

О.А. Новоселова считает, что взрослые без затруднения выполняют обязательные и гибкие дела. Педагогам необходимо помочь ребёнку выполнить дела самостоятельно. Для этого можно использовать карточки, красного и жёлтого цвета. Называть ребёнку определённое дело, он будет показывать карточку красного цвета, если оно обязательное и жёлтого если гибкое. После этого с ребёнком следует расписать обязательные и гибкие дела по дням недели, а утром обсуждать с ребенком планы на текущий день. Огромная задача ребёнку



непосильна. У него не будет желания её выполнять. Педагогам необходимо помочь разделить сложную задачу на несколько небольших. Вместе с ребенком сделать красивое расписание на неделю, пусть дошкольник нарисует дела, которые вы будете делать в течение недели, помогите ребёнку определиться, сколько времени необходимо на то или иное дело. Планирование дел с помощью расписания поможет систематизировать все желания и обязанности дошкольников.

Каждое утро воспитатель с детьми составляют распорядок дня, в соответствии с запланированной деятельностью. Крепится на липучках. В течение дня воспитатель обращает внимание детей на структурные моменты, просит детей помочь подготовить рабочее место, необходимые материалы, сменить одежду (например, на физкультуру), опираясь на визуальную подсказку в виде распорядка дня.

#### «Календарь дат»

«Календарь дат» служит наглядным пособием для иллюстрации дней недели, важных дат (государственные праздники, праздники российского и международного статусов, дней рождения детей и сотрудников, работающих с детьми) и запланированных событий (тематические утренники, представления, развлечения). Для каждого времени года – свой цвет (лето – красный, осень – оранжевый, зима – белый, весна – зеленый).

Выделены числа, дни недели, выходные дни. Все важные даты, праздники, дни рождения отмечены фотографиями и картинками (прикрепляются на липучках, создавая 2D-эффект).

Каждое утро воспитатель приглашает детей пройти к календарю и предлагает обсудить: число, день недели, месяц (какой следующий, предыдущий), время года и т.д., если есть какой-то праздник или день рождения. Сегодняшний день отмечается маркером. Воспитатель акцентирует внимание на том, какой был прошлый, какой будет следующий, как эти дни называются. Какие события произойдут на этой и следующей неделе. В течение дня воспитатель обращается к «Календарю дат», планируя детальность с детьми.

Репрезентативная система - особенность восприятия и переработки информации, у каждого человека свой ведущий вид. Уникальность данного пособия в том, что подключаются все виды системы и визуальная, и аудиальная, и кинестетическая (визуальная поддержка, если забыл, то посмотри, аудиальная – обсуждение в начале дня и постоянное ненавязчивое напоминание в течение дня, сенсорная поддержка - можно самому прикрепить значок на дату, отметить день маркером).

Также неоспоримым преимуществом «Календаря дат» является «принцип конструктора» - постоянное добавление событий, дат, которое осуществляется не только воспитателем и психологом, но самим ребёнком и родителями, способствующие развитию самостоятельности, инициативности, стремлению к совместному творческому поиску.

Таким образом, с помощью пособия «Календарь дат» система знаний о времени: названия дней недели, последовательность времен года, события текущего месяца, недели, дня усваиваются ребёнком лучше в связи с его включенностью в деятельность, повседневным опытом и эмоциональными переживаниями.

Во время отдыха также можно приучать ребёнка к осознанию течения времени. Среди интересных родительских изобретений есть «билеты» на просмотр телевизора или игру на компьютере. В качестве поощрения родители в течение дня выдают детям «билеты»-карточки с указанием количества «заслуженных» минут на данные развлечения. Например, на 10, 20, 30 минут. Их использование можно разрешить либо в определенные часы, либо предоставить ребёнку свободу выбора. Конечно, важно соблюдение регламента билета по длительности. При этом дети могут накапливать их для полноценного просмотра фильма или более длительной игры. Это даёт возможность ребёнку гордиться своей «властью» над распоряжением временем. Использованные билеты ребёнок может складывать в яркую коробочку, из которой родители будут доставать их для следующего использования.

В обучении управлению временем можно применять и работу с текстом или устным рассказом, сказкой. Родители могут составить рассказ, в котором время в течение дня героем было потрачено зря. После представления материала ребёнку, нужно обсудить ошибки героя и предложить составить более правильный план этого дня. Такие же рассказы может потом ребёнок составить самостоятельно: сначала с неэффективным использованием времени, а потом с изменениями, исправлением героем своего дня. Эти рассказы ребёнок может составлять в течение недели, а на выходных презентовать всей семье. Не стоит забывать и об инсценировке таких рассказов, помогая ребёнку, привлекая его друзей, братьев, сестёр, использование игрушек. Следует обязательно обсуждать с ребёнком все эти представленные рассказы, сказки, сценки, подводя его к верным выводам, к пользе их для его реальной жизни.

Как приучать ребенка к тайм-менеджменту? Точно так же, как мы приучаем ко всем полезным вещам – только игрой. Не заставляя и не навязывая. Не смеясь, если что-то вышло не вполне удачно, и не наказывая, если не вышло вообще. Не сердясь, если и выходить-то не собиралось. На личном примере, на договоренностях, на «рукопожатии». Даже «на спор». Эффективное управление временем позволит ребёнку чувствовать себя более уверенно в настоящем и будущем. Управление временем выгодно для физического, эмоционального, психического комфорта ребёнка.