

# *«Порядок организации режимных моментов в детском саду»*

*Подготовила: Рожкова С.Н., воспитатель  
I квалификационной категории*



**Программные образовательные задачи решаются не только в рамках образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов.**



**Как известно, режим дня в первую очередь ориентирован на сохранение и укрепление здоровья детей.**

**Методические рекомендации по организации режимных моментов представлены в каждой примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования.**

**Большое внимание авторами программ уделяется формированию культурно-гигиенических навыков, которые имеют непосредственное отношение к культуре здоровья.**

**Все режимные моменты нормируются по длительности протекания.**





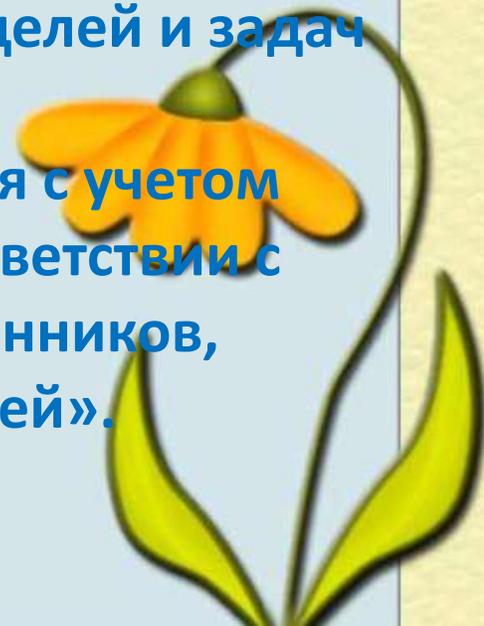
Важные позиции или подходы, которые помогут грамотно систематизировать задачи психолого-педагогической работы в каждом из организационных моментов режима (распорядка) дня.

1. Организация режимных моментов должна быть направлена на формирование общей культуры и развитие личностных качеств ребенка.

2. Организация каждого из режимных моментов должна обеспечивать всестороннее развитие ребенка.

3. В ходе организации режимных моментов должно обеспечиваться единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

4. Организация режимных моментов должна «строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей».



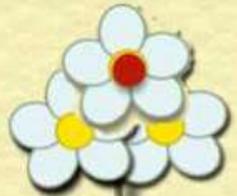


Предлагаемое проектирование организации режимных моментов базируется на идее организации бытовой, повседневной деятельности детей как условия формирования их общей культуры и развития личностных качеств.

В режиме дня выделим следующие режимные моменты:

1. Утренний прием.
2. Утренняя гимнастика.
3. Организация питания (завтрак, обед, полдник, ужин).
4. Организация прогулки.
5. Организация сна.
6. Уход домой.

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня!



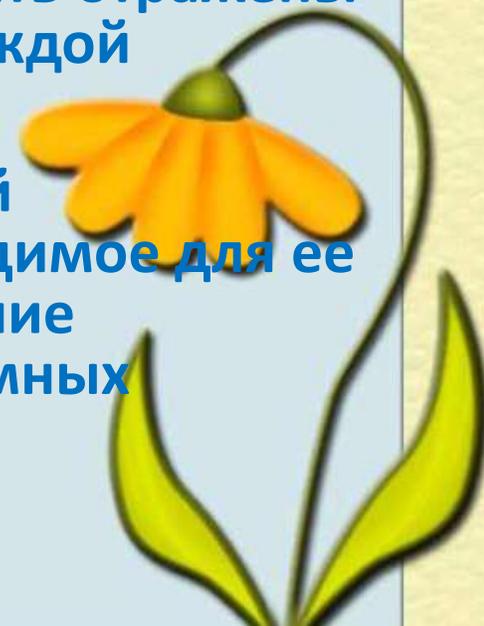


В каждом из перечисленных режимных моментов (кроме утреннего приема и ухода домой) обязательно существует подготовительный и завершающий этап:

- подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика, завершение утренней гимнастики;
- подготовка к приему пищи, прием пищи;
- подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки;
- подготовка ко сну, сон, постепенный подъем и т.п.

Все подготовительные и завершающие этапы могут быть отражены в распорядке дня, который составляется педагогом каждой возрастной группы на основе режима дня.

Распорядок дня позволяет рассчитать объем основной общеобразовательной программы или время, необходимое для ее реализации, в том числе и время, отводимое на решение образовательных задач в условиях организации режимных моментов.



## Утренний приём

Цель: постепенное вхождение в жизнь детского сада, группы, создание спокойного психологического комфортного настроения у каждого ребёнка, укрепление интимно-личностного контакта воспитателя с каждым ребёнком.

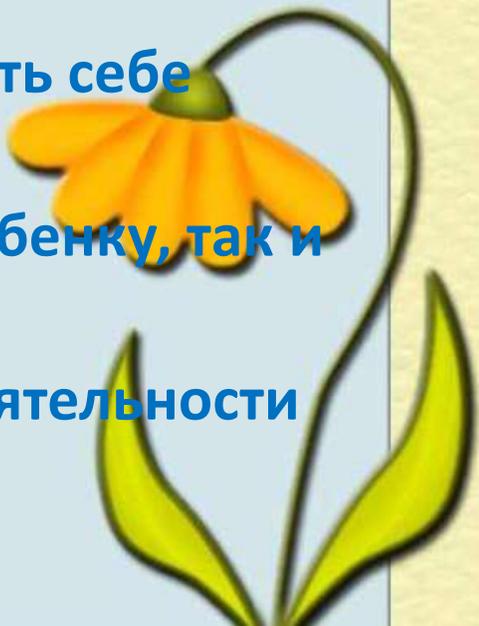
Приём детей может проходить как на воздухе, так и в помещении. В хорошую погоду прием детей в любое время года желательно проводить на свежем воздухе.

Во время утреннего приема необходимо обращать внимание на внешний вид детей.

В случае если ребенок не может самостоятельно выбрать себе занятие, воспитатель должен помочь ему.

Самое главное это создать хорошее настроение, как ребенку, так и его родителям.

Воспитателем заранее продумывается, организация деятельности детей в период от приема до подготовки к завтраку.



## Утренняя гимнастика

Цель: Снимает остаточное торможение после ночного сна. Обеспечивает тренировку всех мышц, что способствует воспитанию правильной осанки.

Подготавливает организм ребёнка к последующим нагрузкам.

При этом воспитатель занимается вместе с детьми и, при необходимости, поправляет, корректирует выполнение упражнений

С добрым утром, ушки!  
Вы проснулись?  
С добрым утром, ручки!  
Вы проснулись?  
С добрым утром, ножки!  
Вы проснулись?  
Глазки смотрят, ушки слушают,  
Ручки хлопают, ножки топают.





## Подготовка к завтраку.

Цель: формировать культурно-гигиенические навыки: самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

При организации умывания следует напомнить детям правила поведения в умывальной комнате.

Дежурные накрывают на столы, остальные дети идут умываться.



Закатаем рукава,  
Открываем кран – вода  
Моем глазки, моем щёчки,  
Моем уши и ладошки!  
Тёплой водою руки чисто мою,  
Кусочек мыла я возьму  
И ладошки им потру.





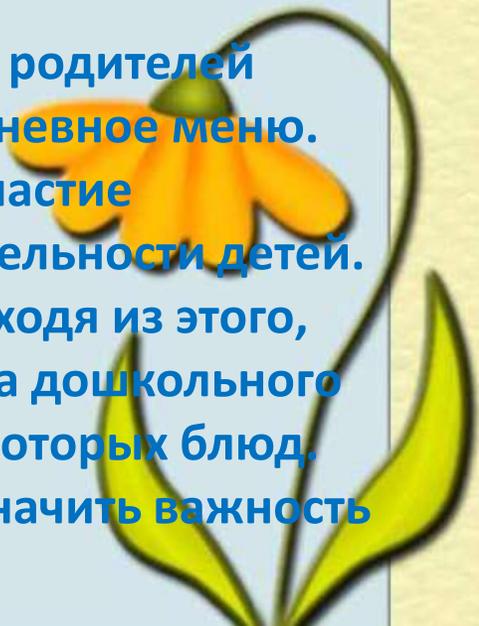
## Организация питания (завтрак, обед, полдник, ужин).

Цель: формировать культуру поведения во время еды: правильно пользоваться столовыми приборами, умение аккуратно пользоваться салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать во время еды.

Правильно организованное рациональное питание дошкольников, обеспечивающее организм всеми необходимыми ему пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными солями), является необходимым условием их гармоничного роста, физического и психического развития, устойчивость к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды.

Для обеспечения преемственности питания в детском саду и дома, родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

В организации питания, начиная со средней группы, принимают участие дежурные воспитанники группы. Учитывается и уровень самостоятельности детей. Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Исходя из этого, предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения. В зависимости от меню можно уточнить названия некоторых блюд. Важно отметить заботу поваров о детях, в нескольких словах обозначить важность и необходимость данных профессий.





В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правила питания: пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать.

Рот и руки вытирать бумажной салфеткой; после окончания еды полоскать рот.

Для того чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируют всеми необходимыми приборами: тарелкой, ножом, вилкой, столовой и чайной ложками. На середину стола ставят бумажные салфетки, хлеб в хлебнице, (украшение стола). Столовые приборы для каждого ребенка ставятся на красиво оформленные индивидуальные салфетки.



### Правила организации питания

1. Последовательность блюд должна быть постоянной.
2. Перед ребенком можно ставить только одно блюдо.
3. Блюдо не должно быть ни слишком горячим, ни холодным.

### Пять правил «не»

- ❖ Не принуждать
- ❖ Не навязывать
- ❖ Не убажывать
- ❖ Не торопить
- ❖ Не отвлекать!





## ЗАВРАК

У нас есть ложки  
Волшебные немножко.  
Вот – тарелка, вот – еда.  
Не осталось и следа.  
На моей тарелочке  
Рыженькая белочка,  
Чтоб она была видна  
Всё съедаю я до дна.



## ПОЛДНИК

Вот и полдник подошёл  
Сели дети все за стол  
Что бы не было беды,  
Вспомним правила еды:  
Наши ноги не стучат,  
Язычки наши молчат.  
За едой, ты не сори  
Насорил – так убери.



## ОБЕД

Если вас не посетит  
За обедом аппетит  
Надо вызвать ложку  
Ложку – неотложку  
Ложка мигом прилетит  
В ароматной дымке  
В ней приедет аппетит  
В шапке – невидимке.





## Организованная образовательная деятельность

Цель: всестороннее развитие детей, передача педагогом ребенку знаний, умений, навыков.

Карандаш в руках катаю,  
Между пальчиков верчу,  
Неприменно каждый пальчик  
Быть послушным научу!



## Организация прогулки.

Цель: укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

### Подготовка к прогулке

Прежде чем отправиться на прогулку необходимо навести порядок в группе: собрать игрушки и расставить их по местам, убрать пособия и материалы, которые использовались в образовательной деятельности.

Перед одеванием воспитатель напоминает детям правила поведения в раздевальной комнате. В данном режимном моменте воспитатель формирует у детей навыки одевания и культуры поведения при одевании, решает широкий круг образовательных задач: название одежды и ее назначение, название деталей одежды и активизация словаря на тему «Одежда».

Можно использовать так называемый фронтальный метод одевания детей, когда они одновременно надевают сначала рейтузы, затем обувь, кофты, шапки и в последнюю очередь пальто (куртки).

Не следует при этом забывать о соблюдении последовательности и постепенности, а также – индивидуальном подходе к детям.

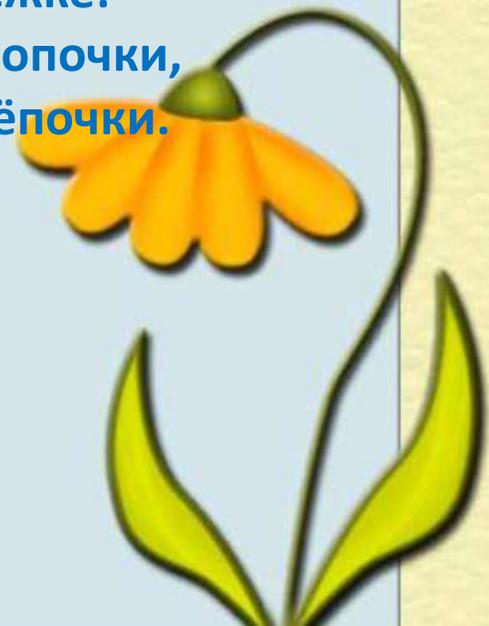


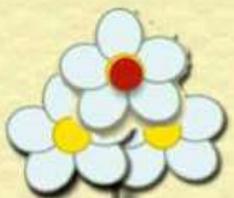
Воспитатель обращает внимание детей на последовательность одевания, а перед выходом на прогулку на внешний вид детей.

Если в процессе одевания у кого-либо проявляются очевидные ошибки, воспитатель устраняет их вместе с другими детьми группы, вызывая при этом у детей желание помочь друг другу и пресекая насмешки со стороны сверстников.



Мы на пухлые ручонки  
Надеваем рубашонку.  
Повторяй за мной слова:  
Ручка – раз, и ручка – два!  
Застегнём застёжки,  
На твоей одежке:  
Пуговки и кнопочки,  
Разные заклёпочки.





## Прогулка

Ежедневная продолжительность прогулки детей в ДООУ составляет около 4- 4,5 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже  $15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 15 м/с.





**Прогулка состоит из следующих частей:**

- наблюдение, подвижные игры
- труд на участке
- самостоятельная игровая деятельность детей
- индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств
- самостоятельная двигательная активность.

В процессе прогулки воспитатель способствует организации детьми интересной и разнообразной деятельности. Для этого в наличии должны быть игрушки и вспомогательный инвентарь, правилам обращения с которым воспитатель обучает детей на прогулке или предварительно в группе. Во время прогулки у воспитателя есть возможность понаблюдать за содержанием игр и взаимоотношениями детей и скорректировать их при необходимости.

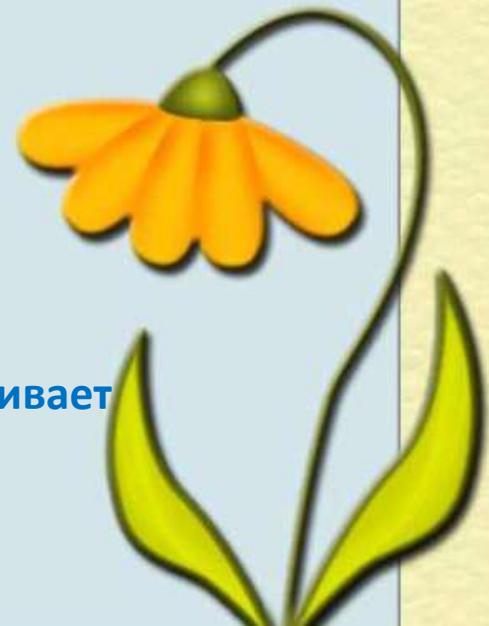




Перед уходом с прогулки дети приводят участок в порядок, собирают выносной материал. Перед входом в детский сад ребята вытирают ноги и приучаются заходить спокойно, не толкаясь, не споря, не мешая друг другу, мальчики пропускают девочек вперед.



В раздевалке воспитатель следит за процессом переодевания и прививает детям бережное отношение к вещам и навыки аккуратности.



## Организация сна.

Цель: восстановление физиологического равновесия детского организма; восстановление физиологического равновесия детского организма.

### Подготовка к дневному сну

Спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении, при этом дверь из спальни в группу должна быть закрыта. Перед тем, как детям зайти в спальню окна в спальне необходимо закрыть. Лучше, чтобы период подготовки ко сну был спокойным, уравновешенным. Детям не рекомендуется отвлекаться шумными играми, эмоциональными разговорами. Обстановка в спальне должна быть спокойной и расслабляющей. Нужный настрой, положительное отношение к дневному сну помогут создать нежная спокойная музыка, народные потешки и приговорки.

Необходимо проверить: удобно ли дети расположились в своих кроватях, а еще лучше подойти к каждому, поправить одеяло, погладить по голове и пожелать спокойного сна. Музыкотерапия, индивидуальная помощь в достижении комфортного состояния в постели, сказкотерапия, чтение художественной литературы.

Во время сна детей педагог должен находиться в спальне и наблюдать за детьми.



При раздевании воспитатель формирует бережное отношение к вещам, аккуратность.



Поиграли, погуляли –  
А теперь мы отдохнем.  
Прежде чем пойти в кровать,  
Надо вещи нам убрать.  
Одежду снимаем, расправляем  
На стульчик убираем.





## Подъем после сна. Закаливающие мероприятия

Подъем проводится постепенно, по мере пробуждения детей, еще в кроватках проводится бодрящая гимнастика, после подъема организуются закаливающие процедуры, проведение которых педагог согласовывает с медсестрой  
Если хочешь быть здоров – ЗАКАЛЯЙСЯ!





После сна дети закрепляют навыки самостоятельного одевания, а воспитатель помогает им при необходимости. Продолжается работа по воспитанию аккуратности, самостоятельности. Дети приводят в порядок прически. Девочкам с длинными волосами помогает воспитатель.



## Игры и детские виды деятельности

Цель: Развивать у детей интерес к различным видам игр, самостоятельность в выборе игр; развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игр; побуждать к активной деятельности.



## Вечерняя прогулка. Уход детей домой

На вечерней прогулке в присутствии ребенка воспитатель может проинформировать родителей о его достижениях в развитии, успехах в группе.. Кроме того воспитатель информирует родителей о проблемах, возникших у ребенка, и способах их решения, дает консультации по интересующим родителей вопросам.

Порядок именно такой: сначала положительные моменты, потом отрицательные. Каким бы ни был ребенок, сколько бы неудобств он вам не доставлял, но что-то положительное найти нужно обязательно и похвалить ребёнка в присутствии родителей. И только потом говорить о проблемах. Тактично, ненавязчиво, грамотно, но настойчиво.

И обязательно необходимо найти индивидуальный подход к каждой семье: кому, как и что можно сказать, а что нельзя.

Отдельно стоит обратить внимание на уход ребенка из детского сада. Ребенок должен не забыть о правилах хорошего тона, а именно попрощаться с воспитателем и детьми группы.

Воспитателю и родителям необходимо формировать положительное отношение ребенка к детскому саду и настраивать детей на следующие посещения.



## Использование малых фольклорных жанров при проведении режимных моментов.

Уже в раннем возрасте у ребенка закладывается фундамент познавательной деятельности, на котором будет строиться дальнейшее постижение тайн природы и величия человеческого духа.

Детство – это только начало жизненного пути.

Чтобы уже в самом начале этот путь был освещен солнцем народного поэтического творчества, необходимо как можно чаще вводить в режимные моменты использование фольклорных шедевров.

Когда ребенок начинает учиться ходить, говорят:

Большие ноги

Шли по дороге: Топ, топ, топ, топ, топ, топ.

Маленькие ножки

Бежали по дорожке: Топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ!

При кормлении малыша.

Гу-ту-ту, гу-ту-ту,

На зелёном на лугу

Стоит чашка творогу.

Прилетели две тетери,

Поклевали, улетели.

Как они летели,

Мы на них глядели.

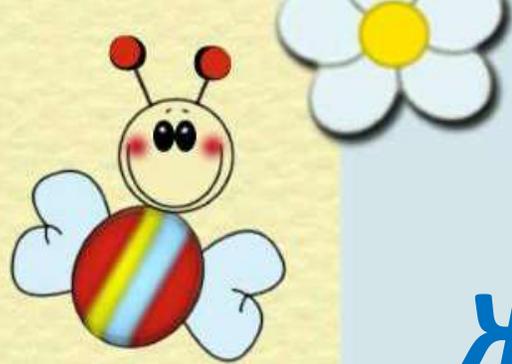
Ам!



## Правила при выполнении всех режимных процессов

- Индивидуальное обращение по имени к каждому ребенку.
- Замечания нужно делать индивидуально, не в присутствии других детей группы.
- Не использовать повелительную форму.
- Речь педагога должна быть спокойной, неторопливой, не громкой, выразительной, доброжелательный тон обращения.
- Не допускать, чтобы дети долгое время находились без движения.
- Мебель и оборудование должны соответствовать росту детей.
- Нужно учитывать дни недели.
- Единство воспитательных требований.
- Индивидуальный подход, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- Принцип постепенности.
- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (сон, питание)
- Поощрение самостоятельности и активности;
- Формирование культурно-гигиенических навыков;
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- Бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.





***Желаю вам профессиональных  
и творческих успехов!***

***Спасибо за внимание!***

