

# Режимные моменты в детском саду.

Выполнили: Морозова С.А  
Белых О.В

# Утро



**Приём детей в детский сад, игры, утренняя гимнастика**

**Мы приходим в детский сад, там игрушки стоят:**

**Паровоз, пароход, дожидаются ребят.**

**Пока нет всех ребят, мы немножко подождём,  
Сначала цветочки все польём, потом цветочки  
соберём.**

**Затем шагаем на зарядку, спорт у нас по  
распорядку.**

**С язычком мы поиграем, и загадку отгадаем.**

# Утреннее приветствие

5. Собрались все дети в круг.  
Я - твой друг и ты - мой друг!  
Дружно за руки возьмемся  
И друг другу улыбнемся.  
Мы по кругу пойдём.  
Хоровод заведем.

(ходьба по кругу)



7. Дети стоят в кругу, опустив руки:  
(педагог пропевает)

Здравствуй, здравствуй,  
Здравствуй, здравствуй,  
Вот и собрался наш круг.  
Здравствуй, здравствуй,  
Здравствуй, здравствуй,  
Руку дал другу друг.  
Люда дала руку Леше,  
А Леша дал руку Ване.....  
(про каждого ребенка по кругу)  
Вот и собрался наш круг.  
(покачать руками вместе)



6. С добрым утром, глазки!  
Вы проснулись?  
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.  
Ура, мы проснулись!



8. В группе нашей каждый день  
Делаем зарядку,  
Выполняем упражненья  
Строго по порядку:  
Все присели,  
Дружно встали,  
Повертели головой,  
Потянулись, повернулись  
И друг другу улыбнулись!



# Утреннее приветствие

1. Здравствуй, солнце золотое!  
Здравствуй, небо голубое!  
Здравствуй, вольный ветерок!  
Здравствуй, маленький дубок!  
Мы живем в одном краю-  
Всех я вас приветствую!



3. Здравствуй, солнце!  
Здравствуй, небо!  
Здравствуй, вся моя Земля!  
Мы проснулись очень рано,  
И приветствуем тебя!



2. Утром встаем с детьми в круг и говорим:  
Здравствуй правая рука-протягиваем вперед,  
Здравствуй левая рука- протягиваем вперед,  
Здравствуй друг-беремся одной рукой с соседом,  
Здравствуй друг-беремся другой рукой,  
Здравствуй, здравствуй дружный круг-качаем руками.  
Мы стоим рука в руке, вместе мы большая лента,  
Можем маленькими быть-приседаем,  
Можем мы большими быть-встаем,  
Но один никто не будет

 MOMA  
современная



4. Дили-дили-дили-дили-  
Колокольчики звонили.  
Дили-дили-дили-дили-  
Колокольчики будили  
Всех жуков, пауков  
И веселых мотыльков.  
День, день! День, день!  
Начинаем новый день!  
Дили-дили-дили-дили!  
Колокольчики будили  
Всех зайчат и ежат,  
Всех ленивых медвежат.  
И воробушек проснулся,  
И галчонок встрепенулся...  
День, день! День, день!  
Не проспите новый день!



# **Подготовка к завтраку, завтрак.**

**Помоем руки, чисто, чисто, моем руки  
быстро, быстро**

**Мылом моем, грязь смываем, сухо,  
сухо вытираем.**

**В расписании – еда, завтракать пришла  
пора.**

**После завтрака опять, будет некогда  
скучать.**



# Гигиена

## 1. Умывание

Таня, Машенька и Женька,  
Мойте руки хорошенько.  
Не жалейте мыла.  
Я уж стол накрыла.

Нужно мыться непременно  
Утром, вечером и днем,  
Перед каждою едою,  
После сна и перед сном.

Руки мой перед едой,  
Грязные руки грозят бедой.

Теплою водою  
Руки чисто мою.  
Кусочек мыла я возьму  
И ладошки им потру.



## 3. Умывание

Чище умойся, воды не жалея.  
Будут ладошки снега белей.

Я сегодня утром рано  
Умывался из-под крана.  
Я и сам теперь умею  
Вымыть личико и шею.

Ай, лады, ай, лады,  
Не боимся мы воды,  
Чисто умываемся,  
Всеим улыбаемся.

Теплая водичка  
Умывает Тане личико,  
Пальчики – Антошке,  
Сашеньке – ладошки



## 2. Умывание

Что такое чистым быть?  
Руки чаще с мылом мыть,  
Грязь убрать из-под ногтей,  
Да постричь их поскорей.  
Умываться по утрам  
И еще по вечерам.  
Чисто вымою я уши –  
Будут уши лучше слушать.  
Отчего блестят глаза?  
С мылом умывался я.  
Мне еще нужна сноровка,  
Чтобы зубы чистить ловко.  
Дружат волосы с расческой,  
Хороша моя прическа.



## 4. Причесывание

Расте коса до пояса,  
Не вырони ни волоса.  
Расте, коса, не путайся,  
Маму, дочка, слушайся.

Чешу, чешу волосоньки,  
Расчесываю косоньки!  
Что мы делаем расческой?  
Тане делаем прическу.

Уж я косу заплету,  
Уж я русу заплету,  
Я плету, плету, плету,  
Приговариваю:  
«Мы расти, расти, коса –  
Всеми городу краса».







Ушки? Мыли.  
Ланки? Мыли.  
Хвостик? Мыли.  
Все помыли.  
А теперь вы чистые  
Зайчики пушистые.



Водичка, водичка.  
Умой своё личико.  
Чтобы глазки глядели.  
Чтобы щёчки покраснели.  
Чтоб смеялся роток.  
Чтоб кусался зубок.

# **Непосредственно образовательная деятельность**

**Это время- время книжки, не спеша оно  
идёт.**

**В это время ребятишки лепят и рисуют,  
и поют**

**В группе мы поиграем и чайком всех  
угощаем.**

**Вот поиграли мы друзья, на улицу идти  
пора.**

# Ритуалы в течение дня

## 1. «Улыбка»

Дети замыкают круг, касаясь друг друга рукой, плечом, глядя в глаза друг другу, улыбаясь, произносят слова:

Улыбнись побыстрее ты мне,  
Улыбнись я тебе.  
Здравствуй, солнышко ясное,  
Здравствуй, небо прекрасное!  
Мы приносим за все  
благодарность,  
Природа, Тебе!



## 2. «Сотвори солнце в себе»

В природе есть солнце. Оно всем светит, и всех любит, и греет. Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте в своем сердце маленькую звездочку. Мысленно направляем к ней лучик, который несет любовь. Звездочка увеличилась. Направляем лучик, который несет мир. Звездочка опять увеличилась. Направляю лучик с добром, звездочка стала еще больше. Я направляю к звездочке лучики, которые несут здоровье, радость, тепло, свет, нежность, ласку. Теперь звездочка становится большой, как солнце. Оно несет тепло всем-всем, (руки в стороны перед собой).



## 3. «Солнышко»

– Закройте глаза, вытяните руки. Представьте, что на ладошках у вас лежат маленькие солнышки. Через пальчики, как лучики солнышка, идет тепло по всей руке. Руки успокоились, отдыхают. Переключаем внимание на ноги. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость проходит, мышцы отдыхают. (Обращаем внимание детей на дыхание). Представьте живот, как шарик или мячик. На вдохе мячик слегка поднимается, на выдохе опускается. Дыхание успокаивается, становится плавным, равномерным.



## 4. «Добрые слова»

Улыбнитесь друг другу, скажите добрые слова. Постарайтесь ежедневно 1-3 минутки посвящать добрым словам. Каждое доброе слово несут силу, энергию прежде всего тому человеку, кто сказал его, а затем и тому, в адрес кого эти слова сказаны. Важно не только сказать доброе слово, но и вложить в него душу. Без тепла, без искренности сказанное слово – неживое.

Грубых слов не говорите,  
Только добрые дарите.



# Подготовка к прогулке.



## Потешка

Раз, два, три, четыре, пять -  
Собираемся гулять.  
Завязала Катеньке  
Шарфик полосатенький.  
Наденем на ножки  
Носочки, сапожки  
И пойдём скорей гулять,  
Прыгать, бегать и скакать.



## Прогулка.

Мы на улицу идём на кораблике плывём  
На прогулке мы играем, и совсем мы не  
скучаем.

Мы порядок соблюдаем и дорожки  
подметаем,

Снег зимой мы убираем

Торт мы строим из песка, работа эта  
хороша!

Зимой в игры мы играем или катимся с  
горы

Мы здоровье укрепляем, отдыхаем от  
души.

По полоске мы идем и с неё не упадём.

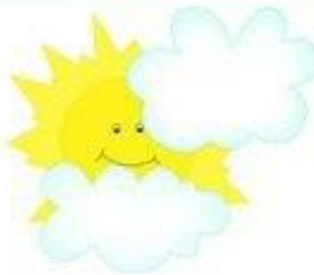
# На прогулке

## 5. Животным

Всем зверушкам, птичкам, рыбкам  
И жучкам мы шлем улыбки.  
Всех, друзья, вас очень любим.  
Обижать мы вас не будем!



6. Здравствуй, дивный лес  
И широкие поля!  
Здравствуй, чудо-океан  
И прекрасная земля!  
Здравствуй, ветер озорной,  
Поиграй, дружок со мной,  
Разнеси мои слова  
Во все села, города,  
Чтоб услышать их могли  
Люди всей большой земли  
И послали мне в ответ  
Все улыбки и привет!



## 7. Вечерняя прогулка

Добрый вечер, сад-сад!  
Все березки спят-спят,  
И мы скоро спать пойдём,  
Только песенку споём.  
Толстый серый слон-слон  
Видел страшный сон-сон,  
Как мышонок у реки  
Разорвал его в клочки...  
А девченкам, динь-дон,  
Пусть приснится сон-сон,  
Полный красненьких цветков  
И зелененьких жучков!  
До свиданья, сад-сад!  
Все березки спят-спят...  
Детям тоже спать пора - до утра!



## 8. Одевание на прогулку

Раз, два, три, четыре, пять -  
Собираемся гулять.  
Завязала Катеньке  
Шарфик полосатенький.  
Наденем на ножки  
Валенки-сапожки  
И пойдём скорей гулять,  
Прыгать, бегать и скакать.



**Возвращение с прогулки, обед.**

**Любит шкафчик мой порядок, всё лежит  
в шкафу, как надо.**

**Вся одежда по местам всё убрал в  
шкафу я сам.**

**Чтобы быть здоровым, сильным,  
помоем мы лицо и руки с мылом.**

**Про дежурство не забудем, стол накроем  
мы посудой.**

**Это время для обеда, значит нам за стол  
пора**

**Прекращается беседа, прекращается  
игра.**

**Суп и каша , и котлета на тарелке ждут  
меня.**

## КАК ПРАВИЛЬНО ВЕСТИ СЕБЯ ЗА СТОЛОМ!

- Перед едой обязательно вымой руки.
- Когда ешь ложкой - ложку держи в правой руке (для левшей - наоборот).
- Когда ешь ножом и вилкой - вилку держи в левой руке, а нож в правой (для левшей - наоборот).
- Не торопись!  
Ешь небольшими кусочками,  
тщательно пережевывай с закрытым ртом.
- Во время еды не крутись и не размахивай руками.
- Не разговаривай во время еды.
- Испачканные руки и рот вытирай салфеткой.
- После еды скажи:  
«СПАСИБО».





# **Подготовка ко сну, дневной сон.**

**Это время тишины, все мы знать его должны,  
Потому что в этот час, снова ждут подушки нас.**

## ТИХИЙ ЧАС

Одеяло и подушки -  
Наши лучшие подружки.  
Мы прижмёмся к ним щекой  
И поспим часок-другой.

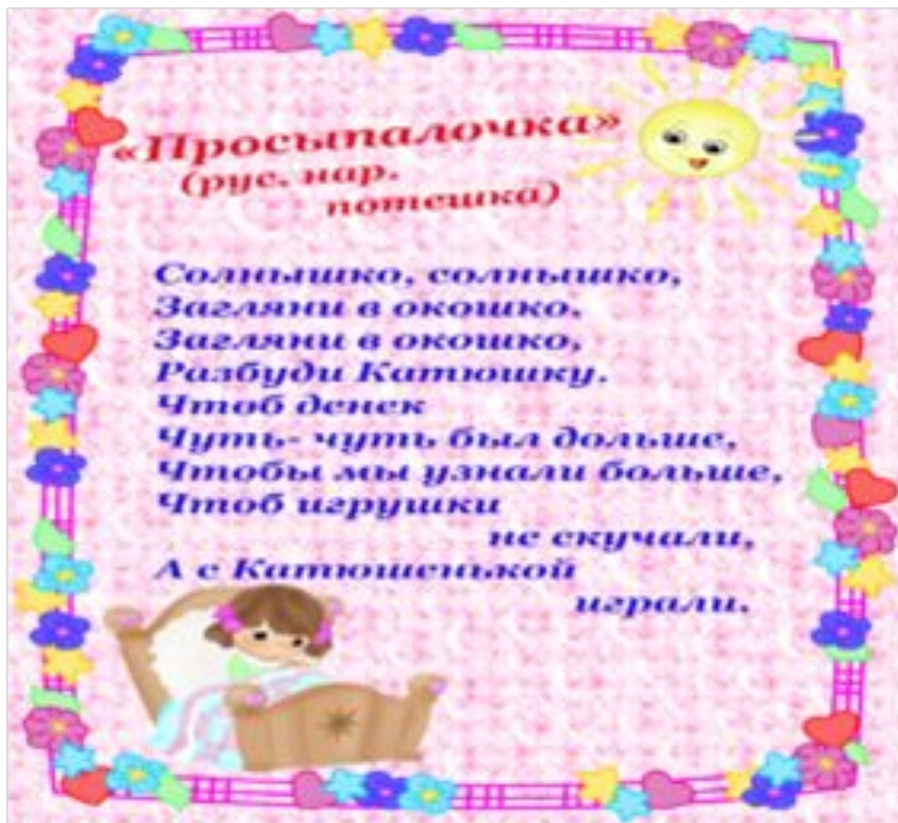


**Подъём после сна, закаливающие  
процедуры, мероприятия,  
полдник.**

**Днём не будем мы лениться,  
будем на зарядку становиться.**

**По дорожке мы пройдем,  
умываться, одеваться мы пойдём.  
Это время простокваш в это время  
полдник наш**

**После полдника опять, будет  
некогда скучать - как же весело  
играть!**



## ПОТЯГУШКА

Это кто уже проснулся?  
Кто так сладко потянулся?

Потягуни-потягушечки  
От носочков до макушечки.  
Мы потянемся-потянемся,  
Маленькими не останемся,  
Вот уже растём,  
растём,  
растём!



# Гимнастика после сна

## А у нас котятa (гимнастика в постели)

А у нас котятa спят. Мур-мур, мур-мур!  
Просыпаться не хотят.

Мур-мур, мур-мур!

Тихо спят спина к спине  
и мурлыкают во сне.

Мур-мур, мур-мур! Мур-мур, мур-мур!  
Вот на спинку все легли.

Мур-мур, мур-мур!

Расшалились все они.

Мур-мур, мур-мур!

Лапки вверх, и все подряд  
всё мурлыкают, шалят.

Мур-мур, мур-мур! Мур-мур, мур-мур!

*Дети ложатся  
на кровати,*

*«свернувшись клубочком».*

*Поворачиваются на спину и  
делают вращательные  
движения руками и ногами*



## Кот Дымок

Я, согласно распорядку,  
Утром делаю зарядку.  
Подошёл наш кот Дымок  
И на коврик рядом лёг.  
Говорю ему:  
– Дымок!  
Повернись на правый бок,  
Лапки вытяни вперёд,  
А потом – наоборот,  
Повернись на левый бок...  
Молодец наш кот Дымок!  
Упражненья так, как надо,  
Выполнял все. И в награду  
Получил на завтрак он  
Свой любимый рацион.

**Ужин, игры, уход детей домой.**

**Время быстро пролетит, с работы мама  
к нам спешит.**

**Мы не виделись весь день, но теперь я  
снова с ней.**

# Вечерние ритуалы

## 1. «Хорошие новости».

Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с нами за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет).

Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом. (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан.)



## 2. «Умейка».

Воспитатель предлагает детям изобразить с помощью движений то, что они умеют делать. Дети выходят по очереди в центр, изображают свое умение. Другие дети должны отгадать, что показывает водящий.



## 3. «Пропоем свое имя».

Дети сидят в кругу, воспитатель предлагает каждому ребенку пропеть свое имя под звон колокольчика. Колокольчик передают по кругу. После того, как ребенок пропел свое имя, воспитатель предлагает пропеть это имя всем детям.



## 4. «Имя и движение».

Воспитатель предлагает детям встать в круг. Каждый ребенок по очереди выходит в центр круга, произносит свое имя и показывает при этом какое-нибудь движение - руками, ногами, всем телом. Все остальные - «эхо». Они хором повторяют имя и движение, которое сделал ребенок.

После упражнения воспитатель предлагает детям поделиться впечатлениями: чьи движения понравились, трудно ли было выполнить задание, хорошо ли было в кругу друзей?



**Уважаемые коллеги,  
спасибо за внимание!**

**Счастья всем и удачи,  
творческих успехов и  
благополучия.**

