

# Организация режимных процессов с детьми в разных возрастных группах

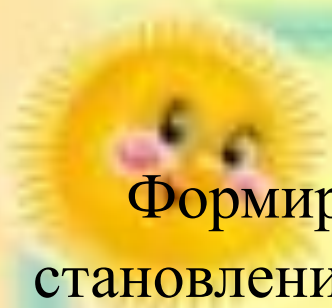
**Подготовила: воспитатель**

**Кириллова Людмила Ивановна**



Решение программных  
образовательных задач решается  
не только в рамках непрерывной  
образовательной деятельности,  
но и при проведении режимных  
МОМЕНТОВ

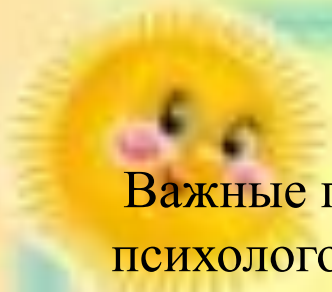




Формирование практических умений, социальная адаптация, становление коммуникативных умений осуществляются, прежде всего, в рамках режимных процессах.


Ребенок получает уникальную возможность применять свои знания на практике, учится строить взаимоотношения со сверстниками, контактировать и соподчинять свои действия с интересами других. Таким образом, он углубляет, расширяет свои знания и представления об окружающем мире, предметах и явлениях, экспериментирует, делает простейшие выводы, упражняется в умении связно выражать мысли, накапливает впечатления, наблюдая за окружающим.

**Режимные моменты нормируются по длительности протекания и ориентированы на сохранение и укрепление здоровья детей.**



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

1. Понедельник и пятница не должны быть физически и интеллектуально загружены; необходимо обеспечить ребёнку легкое «вхождение» в рабочую неделю и состояние удовлетворённости от пребывания в детском саду в конце недели;
2. Каждый день должен отличаться от предыдущего по характеру игровой и образовательной деятельности, месту и форме их организации;
3. В режиме дня должно быть предусмотрено время для индивидуальных контактов каждого педагога с детьми на основе неформального общения;
4. Ежедневно необходимо учитывать время для совместных игр взрослых с детьми, причем инициатива в этих играх должна принадлежать воспитанникам, а педагогом следует ее всячески поощрять.



В режиме дня для детей младших и средних групп больше времени должно отводиться на дневной сон, на одевание после сна, при подготовке к прогулке, на прием пищи, воспитание культурно-гигиенических навыков, которыми они уже начинают овладевать. Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группе не превышает 30 и 40 мин.

В старшей и подготовительной группах образовательная нагрузка увеличивается до 45 мин и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физминутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности должны быть не менее 10 мин.

Игровая деятельность является одним из основных и эффективных средств воспитания детей дошкольного возраста. В режиме дня всех возрастных групп игровой деятельности отводится значительное время.



## Режимные моменты:

1. Организация утреннего приема детей
2. Утренняя гимнастика.
3. Подготовка к завтраку, завтрак
4. Подготовка к НОД.
5. Подготовка к прогулке, прогулка
6. Подготовка к обеду, обед.
7. Организация сна детей.
8. Организация подъема детей и закаливающих процедур.
9. Подготовка к полднику, полдник
10. Подготовка ко 2 прогулке, прогулка.
11. Уход домой.





## Организация утреннего приёма.

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.

Необходимо обращать внимание на внешний вид детей. Если ребенок стеснителен, застенчив, не в настроении или по каким-либо другим причинам не может самостоятельно выбрать себе занятие, воспитатель должен помочь ему: подключить к играющим детям, помочь в выборе игрушек, поиграть с ребенком или дать ему какое-либо конкретное поручение.



## Утренняя гимнастика

Воспитателем заранее продумывается, организация деятельности детей в период от приема до подготовки к завтраку. Закончив прием детей, педагог проверяет работу дежурных по уголку природы и приглашает детей на утреннюю гимнастику. Воспитатель проводит гимнастику с детьми. При этом воспитатель занимается вместе с детьми и, при необходимости, поправляет, корректирует выполнение упражнений детьми. После гимнастики идет подготовка к завтраку. Дежурные ставят столы, остальные дети постепенно, по пять-шесть человек, идут умываться.





# Подготовка к приему пищи

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

Организация умывания перед приемом пищи проводится постепенно, небольшими группами детей. Следует напомнить детям правила поведения в умывальной комнате - дети не должны разбрызгивать воду, должны поддерживать порядок и чистоту, после мытья рук сразу же закрывать воду и ни в коем случае не оставлять краны открытыми.

Необходимо обратить внимание и на действия детей — они должны закатать рукава, намыливать руки и выполнять прочие процедуры над раковиной. Дети должны знать, что пользоваться можно только своим полотенцем, а после процедуры умывания нужно аккуратно вешать его на свое место



# Использование художественного слова

## Гигиена

### 1. Умывание

Таня, Машенька и Женька,  
Мойте руки хорошенько.  
Не жалеете 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,  
Всем улыбаемся.

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



### 2. Умывание

Что такое чистыми 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

Расти коса до пояса,  
Не вырони ни волоса.  
Расти, 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 –  
Всему городу краса».





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 помощника воспитателя и поваров о детях, в нескольких словах обозначить важность и необходимость данных профессий

# 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 ублажать;
- Не торопить;
- Не отвлекать.





## Правила организации питания

**В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил питания:**

- мыть руки перед едой;
- класть 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 (старший возраст), вилкой, ложкой, бокалом. На середину стола ставят бумажные салфетки, хлеб в хлебнице. Столовые приборы для каждого ребенка ставятся на красиво оформленные индивидуальные салфетки. В организации питания принимают участие дежурные воспитанники группы.

# Использование художественного слова

## За столом

### 1. Полдник

Вот и полдник подошел,  
Сели дети все за стол.  
Чтобы не было беды,  
Вспомним правила еды:  
Наши ноги не стучат,  
Наши язычки молчат.  
За столом ты не сори,  
Часориз – так убери.

А у нас есть ложки  
Возлебные немножко.  
Вот – тарелка, вот – еда,  
Что осталось и следа.



### 2.

На новой тарелочке  
Рыженькая белочка,  
Чтоб она была видна,  
Вся съедая я до дна.  
Пей, дружок, томатный сок,  
Будешь строен и высок.

«Не хочу есть манную кашу!»  
Кричала девочка Маша.  
«Правильно» – думала мама,  
Хорошая девочка Маша!»



### 3.

### Обед

Глубоко и мягко,  
Корабли в тарелке,  
Вот кораблики плывят,  
Заплываю прямо в рот.

Посадила на ложку  
Капустку, картошку – и справил!  
Попробуй майды!  
Что видно на ложке  
Капустки, картошки.  
И нет на тарелке – глады!

Час обеда подошел,  
Сели деточки за стол.



### 4.

Сначала он в поле большом  
колосится,  
Потом в амбаре крестьянском  
хранится.  
Затем он в пекарне печется  
И мягким, душистым на стол  
подается.

Бери ложку, бери хлеб,  
И скорее за обед.





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





## Формы, методы, приемы.

Напоминание, ситуативный разговор, поддержка, положительная оценка, поощрение, помощь, обращение к ребенку с просьбой об оказании помощи сверстнику, похвала — одобрение, выражение педагогом своих чувств, связанных с проявлением детьми опрятности, аккуратности, а также доброжелательности, стремления помочь, озвучивание чувств детей, рассказ, проговаривание потешек, стихов, загадок.



# Алгоритм одевания зимней одежды



**КОЛГОТКИ**



**футболка**



**штаны**



**кофта**



**сапоги**



**куртка**



**шапка**



**шарф  
варежки**



## На прогулке

### 5. Животным

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



### 7. Вечерняя прогулка

Добрый вечер, сад-сад!  
Все березки спят-спят,  
И мы скоро спать пойдем,  
Ядьяко песенку спою,  
Ядентый серый слон-слон  
Видел странншай сон-сон,  
Как машинка у реки  
Разорвал его в клочки,  
А дывишкам, дивь-дам,  
Пусть приснится сон-сон,  
Полный красненьких цветков  
И зелененьких жуков!  
До свиданья, сад-сад!  
Все березки спят-спят...  
Деткам тоже спать пора - до утра!



6. Здравствуй, дивный лес  
И микрокие 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!



### 8. Одевание на прогулку

Раз, два, три, четыре, пять -  
Собираемся гулять.  
Завязала Катеньке  
Шарфик полосуатенький,  
Наденем на ножки  
Валенки-сапожки  
И пойдем скорей гулять,  
Привет, бежать и скакать.





## Прогулка

Ежедневная продолжительность прогулки детей в ДОУ 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°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

### *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.

## На прогулке

### 1. Земле

Вместе с солнышком встаем,  
Небу мы улыбку шлем,  
Всей Земле – большой привет!  
Ведь ее прекрасней нет!



### 3. Солнцу

Мы всех любим, ты всех греешь,  
Всех ласкаешь и жалешь,  
Наше Солнышко, наш свет,  
Все тебе мы шлем привет!



### 2. Ветру

Здравствуй, ветер озорной,  
Летом, осенью, весной  
Мы прохладу даримь нам  
И деревьям и цветам.



### 4. Цветам

Мы цветочки рвать не будем,  
Пусть растут на радость людям!  
Красные и голубые,  
Все красивые такие!





## Подготовка к дневному сну

Группу перед сном проветривают. Период подготовки ко сну должен быть спокойным, уравновешенным. Детям не рекомендуется отвлекаться шумными играми эмоциональными разговорами. При раздевании воспитатель формирует бережное отношение к вещам, аккуратность.

Обстановка в группе должна быть спокойной и расслабляющей.

Нужной 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. Так вы покажете ребенку свою любовь и заботу, создадите умиротворенное настроение, способствующее хорошему сну.

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



## Дневной сон

### Задачи.

Формировать умение принимать удобную позу, расслабляться в постели .  
Развивать представления о возможных причинах пробуждения (жажда, витальные потребности, ощущения холода или жары, страшный сон, завершение периода сна), адекватном поведении при внезапном пробуждении.

Развивать умение самостоятельно удовлетворять свои потребности (сходить в туалет, укрыться, если замерз) в моменты внезапного пробуждения  
Формировать представления о правилах поведения при внезапном пробуждении, развивать умения тихо вести себя, проявляя бережное отношение ко сну сверстников .







## **Формы, методы, приемы.**

Музыкотерапия, индивидуальная помощь в достижении комфортного состояния в постели, сказкотерапия, чтение художественной литературы, ситуативный разговор, вопросы-предположения (Ты замерз? Хочешь в туалет? Приснился страшный сон?)

## **Планируемые результаты (достижения ребенка).**

Ребенок тихо и спокойно ведет себя в спальняй комнате, самостоятельно удовлетворяет свои потребности при внезапном пробуждении.

# Дневной сон

1.

Потемнели, потемнели  
Полночь потемнели,  
А в руки взлетели,  
А в ноги подпрыгли,  
А в речке заборки,  
А в колоде рыбки,  
Спят медведи и олени,  
Заяц спит и овца,  
Все давно уж спать должно,  
Спать детям тоже.

Что снится,  
Вамному ушко,  
Тамашка бурчок,  
Тамашка лопухок,  
Вонша мякоточка,  
Открыла ступочку,  
«Здравствуй,  
голосочко-голосочком!»



3.

Длинной лес стоял стеной,  
А в лесу, в ельнике лесной,  
Что одну сидит себе, так и растет ушко-трава,  
Знает сонные слова,  
Как шепчет свои слова сразу ночью в окошко,  
И сидит у себя попрыгушкой такой грабли:  
Пусть тебе ушко-трава скажет сонные слова.

Шепчет у порога,  
Что шепчет вода,  
Что шумит камнями,  
Засыпают малыши.

А ты котик серенький,  
Киска у тебя беленькая,  
Зрела, концы, но лапы!  
Моя дочка не вурда.



2.

## Волшебный сон

Рисинки опускаются,  
Глазки закрываются,  
Мы спокойно отдыхаем,  
Сном волшебным засыпаем,  
Дышимся легко, ровно, глубоко,  
Наши руки отдыхают...  
Ноги тоже отдыхают...  
Отдыхают, засыпают...  
Шея не напряжена  
И расслаблена она,  
Губы чуть приоткрываются,  
Все чудесно расслабляется,  
Дышимся легко, ровно, глубоко,  
Напряженье улетело  
И расслабленно все тело...



4.

Зайки-любайки,  
Присаживайки,  
Сидишь диньку желейную,  
Сидишь диньку желеобразную,  
Сидишь в диньку желеобразную,  
Читайки Маша засыпайки.

Ой дождиком дождиком,  
К нам летит дождиком,  
К нам летит дождиком,  
Мы на нем сплываем,  
Летели, летели,  
Что березку спали,  
А березка спит, спит,  
А мой Вася спит, спит.





## 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.

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.

# Просыпалки

## 1. Просыпайтесь, малыши!

(забавительная пятиминутка после дневного сна для детей младшей группы.)

Ребятки, просыпайтесь!

Глазки открывайтесь!

Щеки потянитесь, ручки поднимите.

Мы сначала пойдем очень низко-низко.

А потом понизе еще, вот так, вот так.

Что носочки становитесь, вверх румяны потянитесь.

Вздохи подымай и как цуцельки зытай.

"Самолетики" на аэродроме сидели, а потом они подлетели.

Долго-долго по небу летели, затем приземлились, устали.

Малыш прыгал высоко-высоко.

Попятился далеко-далеко.

Он далеко зарушился, вот уже остановился.

Чепуху-то мы просядись, и к делам своим вернитесь.



## 2. Просыпайтесь, потянитесь,

(забавительная пятиминутка после дневного сна для детей младшей группы.)

Просыпайтесь, потянитесь, ля боком перевернитесь.

Спинка приподнимите, а локотки - садитесь.

А теперь встаньте, движенье друг за другом выполняйте.

Во кругу мы шагаем и руки поднимаем.

Затем трусцой передвижение и дальше - легкое кружение.

Потягушки - потягушки

(Являемся паучками вверх как можно выше)

Потягушки - потягушки.

От носочков до макушечки,

Мы потянулись-потянулись,

Маленькими не остаемся.

Вот уже растем.

Растем.

Растем!



## 3. Поднимайся, детвора!

(забавительная пятиминутка после дневного сна для детей средней группы.)

Поднимайся, детвора!

Забирайся повыше, Своей спинкой выгибайся.

Мы просядем, ляжемся. Встань, когда встанешь.

(забавительная пятиминутка)

Присядька-ля-ля-ля (присядька)

Кудочки сплелись добро/сложилась-разложилась кисточка.

Щеки понизь класовы. Не жались больше щечки.

(Щечки сплелись в разнос колбасилки)

Оборачивайся ты на спинку. Присядька-ля-ля-ля.

(забавительная пятиминутка "Мотыль" - присядька-ля-ля-ля на коленивая ладонь на спине или релаксация)

Все просядись, пересядись, местами поменяйся.

Ну, теперь встань, ля, подымайся детвора!

Все по кругу встань, а потом долго встань.

Сидишь ты на носочках, выходишь на пятки на локотки округляй.

Округляй выдыхай! еще раз подымайся.

Спинку расслабь, выдоху дай.

( выдох и хлопок ладонь выдох створки створки)

Все теперь мы собою просядись, и к делам своим вернитесь.



## 4. После сончасы

Мы спокойно отдыхали,  
сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Что пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянитесь! Улыбнитесь!

Всем открыть глаза и встать!





## Вечерняя прогулка, уход детей домой

На вечерней прогулке, в присутствии ребенка воспитатель может проинформировать родителей о его достижениях в развитии, успехах в группе. Для наглядности было бы неплохо продемонстрировать работы детей.

Кроме того воспитатель информирует родителей о проблемах, возникших у ребенка, и способах их решения, дает консультации по интересующим родителей вопросам

.



**ВАЖНО! Порядок именно такой: сначала положительное, потом - проблема.**

Каким бы ни был ребенок, сколько бы неудобств он вам не доставлял, но положительное найти нужно обязательной похвалить в присутствии родителей. И только потом о проблемах. Тактично, ненавязчиво, грамотно, но настойчиво. **И обязательно 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.

# Вечерние ритуалы

## 1. «Короткие 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?

