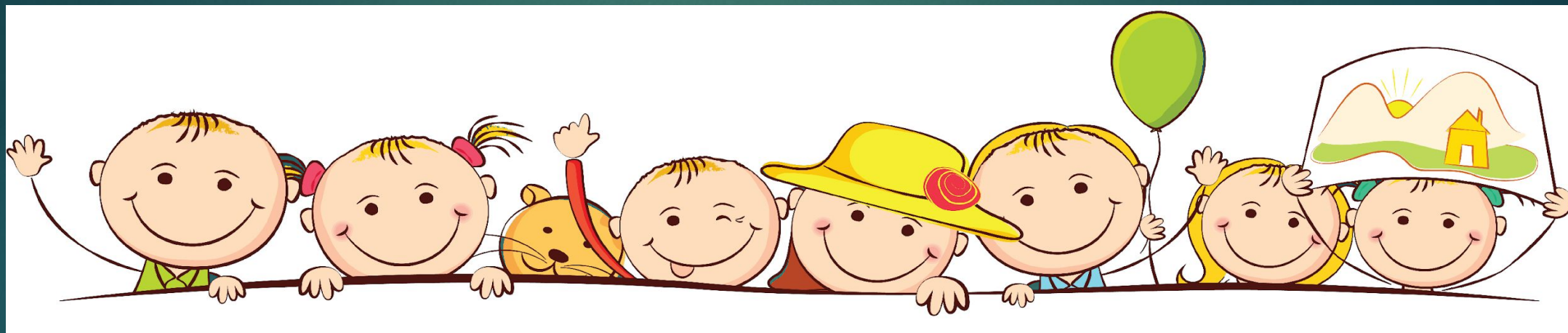




# Организация режимных моментов в ДОУ





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



Как известно, режим дня, в котором режимные моменты нормируются по длительности протекания, 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.

**Зафиксируем принципиально 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».


В дошкольном образовательном учреждении нормативным основанием для разработки проекта по организации режимных моментов в каждой возрастной группе является- режим дня.

**Режимом дня предусматривается организация совместной с педагогом и самостоятельной деятельности детей как в режимных моментах, так и между ними.**

Вариативность организации различных видов детской деятельности в каждый из режимных моментов достаточно высокая. **Выбор деятельности зависит от возраста детей, их интересов, сезонности, событийности и др.** В ежедневном планировании, опираясь на план организации различных видов детской деятельности в режиме дня, воспитатели определяют виды детской деятельности, формы их организации, методы и приемы (смотри Рабочую программу).


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



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 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.



Специфика дошкольного образования заключается в том, что образование маленького человека происходит буквально в каждый момент его жизни, исключение составляет только глубокий сон. Именно поэтому время, отведенное на сон, не входит в объем основной общеобразовательной программы. Но даже в тот момент, когда ребенок внезапно пробуждается, реакция взрослого на это пробуждение может обеспечить как положительное, так и отрицательное влияние на его развитие.

Поэтому проектируя организацию сна ребенка, обязательно поставим задачи, которые могут быть решены не только при подготовке ко сну или его завершении, но и в процессе сна (при внезапном пробуждении ребенка).



## Система проектирования режимных моментов будет включать:

- особенности организации режимного момента (с учетом санитарных правил и норм, действующих в системе дошкольного образования);
- организационные моменты (или структурные компоненты), которые можно выделить в структуре каждого режимного момента;
- основные направления деятельности в каждом организационном моменте;
- задачи, решаемые в каждом организационном моменте (с учетом принципа интеграции образовательных областей);
- формы, методы, приемы решения задач;
- планируемые результаты (достижения ребенка).

# Организация утреннего приёма.

## Утренняя гимнастика

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 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. Также воспитатель обеспечивает условия для разнообразной и интересной самостоятельной деятельности детей в группе или на участке. Самое главное — это создать хорошее настроение, как ребенку, так и его родителям. Это обеспечивает позитивный настрой на предстоящий день и является залогом взаимопонимания и взаимодействия детского сада и семьи воспитанника.

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.



AnnaZe

Солнце встало из-за тугки,  
протъкнуло к тебе ругки.  
Обняло, поцеловало и  
удачи пожеламо!

## 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. 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 няни и поваров о детях, в нескольких словах обозначить важность и необходимость данных профессий.

Потешки, Потешки,  
Потешки

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



Ушки? Мыли.  
Лапки? Мыли.  
Хвостик? Мыли.  
Все помыли,  
А теперь мы чистые  
Зайчики пушистые.



# Особенности организации питания

В ДООУ организуется трехразовое питание, в соответствии с зимне - весенним и летне-осенним 10 – дневным меню. Подсчет белков, жиров, углеводов, а также калорийности блюд получаемых детьми, проводится ежемесячно. Для детей с аллергодерматозами составляется отдельное меню с учетом их индивидуальных особенностей.

Контроль за соблюдением натуральных норм продуктов и проведение С-витаминизации готовой пищи осуществляется старшей медсестрой.

Контроль за правильной организацией питания в ДООУ осуществляется заведующей с привлечением членов родительского комитета.

## Принципы рационального и здорового питания:

- регулярность;
- полноценность;
- соблюдение режима питания;
- строгий контроль за нормами и качеством продуктов питания;
- гигиена питания;
- индивидуальный подход к детям во время приема пищи.

## 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.

### В процессе организации питания решаются задач 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, вилок, столовой и чайной ложками. Чайные чашки всегда подаются на блюдце. 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.



## Потешка

У котёнка в чашке  
Было много кашки.  
Две тетери прилетели,  
Две тетери кашку съели.  
И кричат они котёнку:  
"Ротозей, ты, ротозей!  
Если дали тебе кашку,  
Нужно съестъ её скорей!"





# 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. 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.

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.

## Формы, методы, приемы.

Напоминание, ситуативный разговор, поддержка, положительная оценка, поощрение, помощь, обращение к ребенку с просьбой об оказании помощи сверстнику, образец этически ценного поведения по отношению друг к другу, 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

## 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

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°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°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.

## Подготовка к дневному сну

Спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3—5 градусов, 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. При раздевании воспитатель формирует бережное отношение к вещам, аккуратность.

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. 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 спальней комнате, самостоятельно удовлетворяет свои потребности при внезапном пробуждении.

## Потешки перед сном

### «Вот лежат в кроватке»

Вот лежат в кроватке  
Розовые пятки.  
Чьи это пятки –  
Мяжки да сладки?  
Прибегут гусьтки,  
Ущипнут за пятки.  
Прячь скорей, не зевай,  
Одеяльцем накрывай!

### «Ах, ты котик серенький»

Ах, ты котик серенький,  
Хвостик у тебя беленький,  
Брысь, котик, не ходи!  
Наших деток не буди.

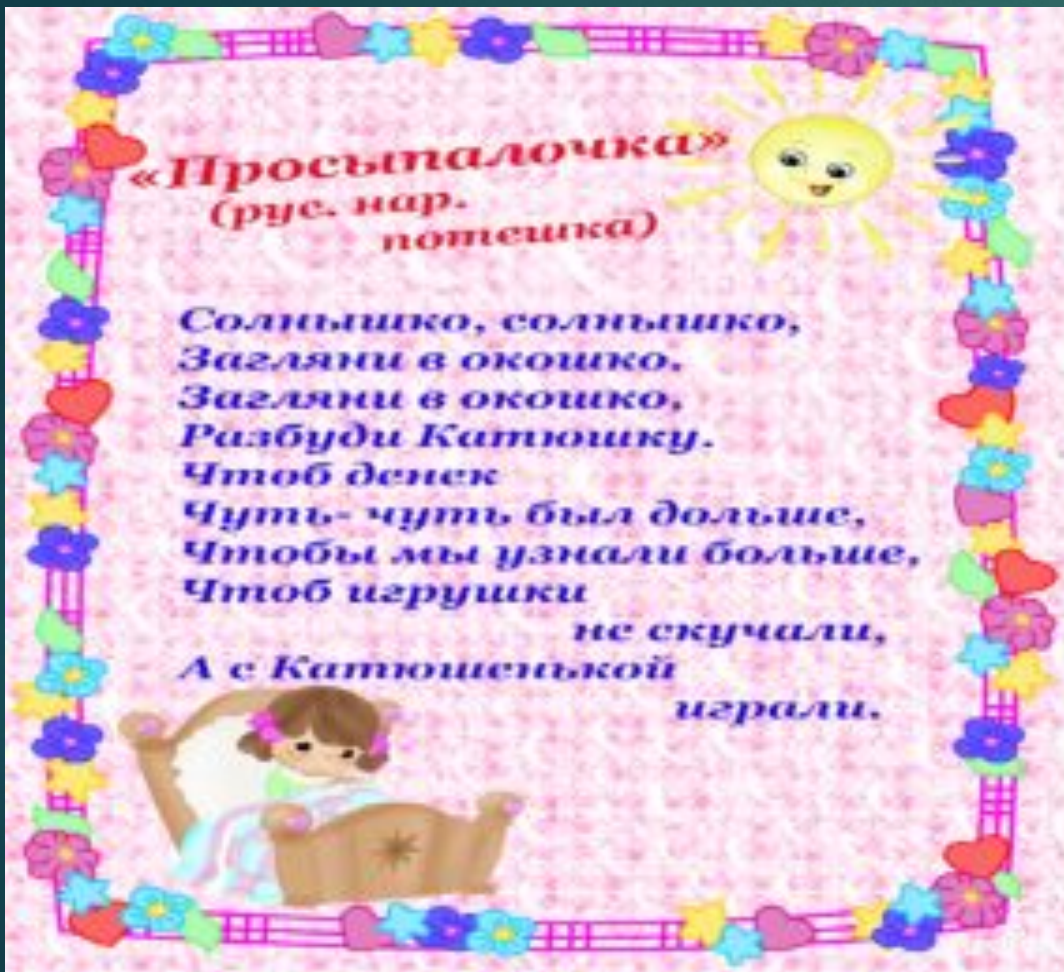


## Подъем после сна, закаливающие мероприятия

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.



## 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!





## Вечерняя прогулка, уход детей домой


Организуется аналогично пунктам «Подготовка к прогулке» и «Прием детей»

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 обязательно и 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.



Годовое проектирование режимных моментов освобождает воспитателя от необходимости ежедневного планирования тех задач, которые решаются в условиях организации режима дня независимо от сезона или события (воспитание культурно-гигиенических навыков, культуры поведения за столом, развития умения одеваться в определенной последовательности, выполнять правила поведения в умывальной комнате и т.п.).

Приступая к такому виду проектирования воспитательно-образовательного процесса, воспитателю необходимо проанализировать примерную основную общеобразовательную программу дошкольного образования и выявить задачи, которые можно решать в процессе организации режимных моментов. Они и будут основой проектирования режимных моментов. Формы, методы, приемы их решения и планируемые результаты определяются воспитателем в зависимости от возраста и индивидуальных особенностей детей.



Спасибо за внимание!

Желаю вам  
профессиональных и  
творческих успехов!