

**Консультация**  
**«Организация режимных моментов в**  
**детском саду»**

Подготовила и провела:  
старший воспитатель Абрамова Я.В.

Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение во времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха.

У ребенка, приученного к распорядку, потребность в еде, сне, отдыхе наступает через определенные промежутки времени и сопровождается ритмическими изменениями в деятельности всех внутренних органов. Организм как бы заблаговременно настраивается на предстоящую работу, поэтому она не вызывает утомления.

При проведении режимных процессов следует придерживаться следующих правил.

Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (сон, питание).

Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.

Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.

Формирование культурно-гигиенических навыков.

Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Режим – это гибкая и динамичная конструкция, но при этом основные его компоненты (дневной сон, бодрствование, интервалы между приемами пищи, ночной сон, общее время прогулок) должны оставаться неизменными. Режим пребывания детей в детском саду – это определенная последовательность организованного взаимодействия с детьми.

Требования к режиму определяются психофизиологическими особенностями возраста ребенка, задачами воспитания, окружающими условиями. Режим должен учитывать возрастные особенности детей, быть постоянным (хотя есть отличия в построение режима дня в разное время года), учитывается время пребывания ребенка в детском саду, и время работы родителей.

К режимным моментам относятся:

1. Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика
2. Подготовка к завтраку, завтрак
3. Игры и детские виды деятельности
4. Непосредственная образовательная деятельность
5. Подготовка к прогулке, прогулка
6. Возвращение с прогулки, подготовка к обеду и обед
7. Подготовка к сну, дневной сон
8. Подъем после сна, водные процедуры, закаливающие мероприятия
9. Игры, самостоятельная деятельность детей

10. Подготовка к ужину, ужин

11. Игры, прогулка, уход детей домой

Малышей необходимо научить действовать согласованно. А как можно заинтересовать маленького ребенка? Конечно – игровым моментом. Совместить действие с речью и игрой в короткий промежуток времени помогают считалки, потешки, присказки, стихи.

Игровые приемы широко используются в работе с детьми младшего дошкольного возраста в первую половину дня. Общаясь, воспитатель не только привлекает внимание детей, но и воспитывает культуру поведения, формирует гигиенические навыки.

Сегодня к нам пришел в гости Мишка. ”Здравствуй, Мишка!”

Здравствуй! Да, Миша, когда кто-нибудь приходит, дети всегда говорят: ”Здравствуйте!” Мишка тоже будет учиться , говорить всем “здравствуйте”.

А мы поможем ему.

Кукла Маша сегодня очень красивая . Вы заметили ?Что ее украшает ?Чистое платье , красивый бантик ,нарядный фартучек .А еще у нее чистые ручки и лицо .

Мишка-Топтыжка принес интересные картинки. Кто скажет, что это ?Давайте их рассмотрим .Мыло, полотенце, зубная щетка .Для чего нужны эти предметы ? Мишка-Топтыжка не знает. А вы, дети, знаете?

Зайчонка пригласила в гости кукла Катя ,а он не знает ,как вести себя в гостях.

Детей особенно привлекает возможность оказать помощь любимым героям. Для вовлечения детей в игру используют проблемные ситуации: наш Мишутка поранил лапу; у Мишутки разболелось горло; найдем друга Мишутке; Мишутка проголодался; успокоим и согреем Мишутку; поможем Мишутке найти маму.

Работе по формированию навыков культуры поведения поможет сказка. Сказка “Три медведя” на новый лад – о том, как Маша учила Медвежонка правилам поведения. ”Заблудилась Машенька в лесу. Видит дом стоит, а в нем живут медведи. Только вошла Маша в дом, Михаил Иванович увидел ее и зарычал: ”А-а, давно тебя ждем ,помоги Мишутку научить правилам поведения за столом “.Мишутка облизывает за столом лапы, Маша учит его ,как пользоваться салфеткой ,что надо говорить после еды .

Общаясь с детьми старшего дошкольного возраста, воспитатель проводит индивидуальные беседы:

- что означают ваши имена? Как вас будут называть, когда станете взрослыми?

- почему людей надо приветствовать при встрече. Что означает слово “здравствуйте”?

- как стать красивым?

-моя одежда, мой костюм;

-моя комната, мои игрушки.

Для закрепления норм поведения можно провести игру “Кто знает больше приветствий”. Формированию культуры поведения, навыков доброжелательных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми будут способствовать:

- чтение рассказов Валентины Осеевой: «Три сына», «Волшебное слово»;
- рассматривание картин, слайдов из серии «Воспитание культуры поведения»;
- обыгрывание проблемных ситуаций;
- копилка добрых дел и поступков;
- обсуждение пословиц;
- загадывание загадок;

Стихи помогут поддержать интерес детей к внешнему виду, вызовут желание быть аккуратным, устранять неполадки в одежде. Воспитатель с детьми, рассматривая предметы, необходимые для умывания, ухода за внешним видом, одеждой, объясняют их назначение, загадывают загадки про них.

Для поддержания хорошего настроения у детей, создания положительного отношения ко всему происходящему в группе проведите игры:

- поговорим по телефону;
- кто больше знает вежливых (добрых, ласковых) слов;
- волшебное слово;
- кто лучше знает правила поведения на улице и в общественных местах.

Используйте чтение художественных произведений, например «Что такое хорошо, что такое плохо», беседуйте на нравственные темы, разговаривайте о поведении детей в магазине, в театре, на улице, в общественных местах.

Для закрепления навыков в старшем дошкольном возрасте проведите конкурсы:

- Чистюль;
- Мойдодыра;
- между мальчиками и девочками.

При планировании непосредственно образовательной деятельности с детьми воспитатели организуют занятия с дошкольниками в соответствии с сеткой занятий в данной возрастной группе. При подготовке необходимо определить главную цель занятия: будет оно носить развивающий характер или преследовать сугубо обучающую цель. На обучающем занятии дети накапливают необходимый личностный опыт – знания, умения, навыки и привычки познавательной деятельности, а на развивающем, используя приобретенный опыт, самостоятельно добывают знания.

## Умывание

В 1 и 2 младших группах реализуются следующие задачи:

- Сформировать у детей культурно – гигиенические навыки.
- Формировать представление об алгоритме правильного мытья рук.
- Формирование культуры поведения.
- Закрепить умение у детей применять имеющиеся знания и навыки.

В старшем возрасте ставится следующая задача:

- Формировать умение контролировать себя и своих сверстников.

Для реализации этих задач используют такие методы и приемы, как: показ, объяснение, дидактическая игра, контроль взрослого помощь ребенку, освоение последовательности действий, пример взрослых, положительная оценка, художественное слово .

При умывании можно использовать потешки и стишки, которые не только сделают умывание приятным, но и будут стимулировать развитие памяти и мышления ребенка.

*Организация умывания.* Проводится постепенно, небольшими группами. Сначала объясняют детям (напоминают) правила поведения: перед умыванием закатать рукава, хорошо намылить руки, смыть мыло над раковиной, не брызгать водой на пол, отжимать воду с рук над раковиной, поддерживать в умывальной комнате чистоту и порядок. В процессе следят, чтобы у раковины были 2-3 ребенка, чтобы не толкали друг друга. При необходимости делают замечания. Дети должны пользоваться личным полотенцем, аккуратно вешать его на свое место.

Уточняют названия умывальных принадлежностей (мыло, мыльница, полотенце, раковина), цвет, форму, материал (из чего сделана мыльница), другие свойства (вода теплая, холодная).

Планируя культурно-гигиенические навыки в процессе умывания, воспитатель должен руководствоваться Программой своей группы, учитывать особенности развития детей, использовать разнообразные приемы руководства их деятельностью.

## Подготовка к прогулке, прогулка.

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

#### *Организация прогулки.*

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

### ***Подготовка к сну, дневной сон***

**ВАЖНО!** После обеда ни в коем случае не нужно сразу укладывать детей спать. После приема пищи должно пройти не менее 20 минут.

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. Нужной настрой, положительное отношение к дневному сну помогут создать нежная колыбельная песня, 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.

# Картотека стихов и потешек для организации режимных моментов

## Умывание

Моем руки чисто, чисто!  
Моем руки быстро, быстро!  
Мылом мылим, грязь смываем!  
Сухо, сухо вытираем!

Водичка, водичка,  
Умой мое личико,  
Чтобы глазки блестели,  
Чтобы щечки краснели,  
Чтоб смеялся роток,  
Чтоб кусался зубок.

Ах, водичка хороша!  
Хороша водичка!  
Искупаем малыша,  
Чтоб сияло личико!

Кран, откройся!  
Нос, умойся!  
Глаз, купайся!  
Грязь, сдавайся!

Ай, лады, лады, лады,  
Не боимся мы воды,  
Чисто умываемся,  
Детке улыбаемся.

Вода текучая,  
Дитя растучее.  
С гуся вода –  
С дитя худоба.  
Вода книзу,  
А дитя кверху,  
Море-моряшко,  
Серебряное доньшко,

Золотой бережок,

Кран, откройся,  
Нос, умойся  
Мойтесь сразу  
Оба глаза,  
Мойся, шейка  
Хорошенько...

Гуси-лебеди летели.  
В чисто поле залетели,  
В поле баньку отыскали,  
Лебеденка искупали ...

Ай, лады, лады, лады,  
Не боимся мы воды!  
Чистая водичка  
Умоет наше личико,  
Вымоет ладошки,  
Намочит нас немножко,  
Чисто умываемся,  
Маме улыбаемся!

Ежик, ежик,  
Продай ножик,  
Купи мыльце,  
Вымой рыльце.

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.

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



Замарашка-Кирилл  
Это где же ты ходил?  
Мы на шее лук посадим,  
Репу на ладошках,  
На щеках картошку

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

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

Что такое чистым быть?  
Руки чаще с мылом мыть,  
Грязь убрать из-под ногтей,  
Да постричь их поскорей.  
Умываюсь 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.

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

### **Одевание, причесывание**

Раз, два, три, четыре, пять –  
Собираемся гулять.  
Завязали Катеньке  
Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки  
Валенки-сапожки.  
И пойдем скорей гулять,  
Прыгать, бегать и скакать.

Час жевала грушу,  
Два – умывалась,  
Три – вытиралась.  
Нюша к завтраку пошла,  
Нюша к ужину пришла.

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

Что мы делаем расческой?  
Тане делаем прическу.  
Что мы делаем расческой?  
Вите делаем прическу.  
Витя в зеркало глядит:  
Нет вихров – приятный вид.

Вот они сапожки:  
Этот с правой ножки,  
Этот с левой ножки.  
Если дождик пойдет,  
Наденем калошки.  
Этот с правой ножки,  
Этот с левой ножки.

Завяжу потуже шарф,  
Будем делать снежный шар.  
Шар покачу,  
Гулять хочу.

Мы не любим неопрятных,  
Непричесанных ребят,  
С ними даже поросята  
Подружиться не хотят.

Кто у нас хороший?  
Кто у нас пригожий?  
Ванечка – хороший.

Ванечка – пригожий.

## Еда

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

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

На моей тарелочке  
Рыженькая белочка,  
Чтоб она была видна,  
Все съедаю я до дна.

Бери ложку, бери хлеб,  
И скорее за обед.

“Не хочу есть манную кашу!”  
Кричала девочка Маша.  
“Правильно, - думала каша. –  
Хорошая девочка Маша”.

Посадим на ложку  
Капусту, картошку – и спрячем!  
Попробуй найди!  
Не видно на ложке  
Капустки, картошки.  
И нет на тарелке – гляди!

Час обеда подошел,  
Сели деточки за стол.

## Сон

Спали – почевали,  
Весело ли встали?

Тишина у пруда,  
Не качается вода.  
Не шумят камыши,  
Засыпают малыши.

Потягушечки, потягушечки  
Поперек толстушечки,  
А в ручки хватушечки,  
А в ножки ходушечки,  
А в роток говорок,  
А в головку разумок.

Ночь прошла,  
Темноту увела.  
Замолчал сверчок,  
Запел петушок.  
Встала маменька,  
Открыла ставенку.  
“Здравствуй, солнышко – колоколнышко!”  
Ночь пришла,  
Темноту привела.  
Задремал петушок,  
Запел сверчок.  
Вышла маменька,  
Закрыла ставенку.  
“Засыпай, бай-бай!”

Вот проснулся петушок,  
Встала курочка.  
Подымайся, мой дружок,  
Встань, мой Юрочка!

Спят медведи и слоны,  
Заяц спит и ежик.  
Все вокруг спать должны,

Наши дети тоже.

Ах ты, душечка!

Ах ты, душечка!

Ах ты, белая

Моя подушечка.

На тебя ложусь щекой,

За тебя держусь рукой!

Наступает ночка,

Ты устала, дочка.

Ждет тебя кроватка,

Спи, дочурка, сладко.