

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

старшего воспитателя

Степкиной Маргариты Сергеевны

ПО ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМНЫХ ПРОЦЕССОВ

07.12.2017 г.

Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение 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.

1. Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании).

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

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

4. Формирование культурно-гигиенических навыков.

5. Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

6. Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

7. 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.

Утренняя гимнастика

Особое внимание необходимо уделить подготовке к утренней гимнастике. Мотив: «Сильным хочешь быть и смелым? По утрам зарядку делай!» Побеседуйте с детьми на темы: «Как стать сильным и здоровым?», «Зачем надо заниматься спортом?» По окончании зарядки скажите: «Здоровье в порядке? Спасибо зарядке!»

Завтрак

Перед завтраком проверьте последовательности операций во время умывания. Используйте стихи, потешки, образное слово: «Ладочки друг о друга трутся, друг друга обнимают, правой моею левую ладошку, левой — правую». Следите за аккуратностью в процессе умывания. Проведите соревнования: «Самые чистые руки», «Самый аккуратный ребенок». Особое

внимание уделяйте приемам самоконтроля и самооценки деятельности детей. Дети младшего дошкольного возраста любят помогать накрывать на стол. Спросите у дежурных: «Как правильно раскладывать ложки», «Как сервировать стол». Обязательно расскажите о вкусной и здоровой пище. Вместе с детьми дайте оценку деятельности дежурных. Оцените эстетичность оформления столов.

Не забудьте ознакомить детей с меню.

- Мишка хочет знать, что сегодня на завтрак.
- Кукла Катя рассказывает о том, как кашка помогла ей вырасти.
- Мишка рассматривает столы и восхищается, как красиво они сервированы.

Во время завтрака привлекайте внимание детей к пище. Организуйте конкурс на самую чистую тарелку, самый аккуратный стол.

Подготовка к НОД

Перед занятием уберите игрушки. Для переключения внимания детей на другой вид деятельности используйте игрушку.

- Мишка приглашает к себе в лес, в гости. Надо подготовить машину, расставить стульчики, посадить в машину игрушки. Они будут показывать путь.
- Игра «Поставь игрушку на место». У каждой игрушки есть свой домик. Поставьте игрушки в домики.

Как оценку деятельности детей используйте похвалу Мишки. Оценка детей младшего возраста может быть только положительной. После занятия организуйте игры по желанию детей.

Прогулка

Создайте интерес к прогулке с помощью игровых приемов, индивидуальных бесед. Игровая ситуация: Мишка потерял свою берлогу, найти можно только с помощью волшебного клубочка; покажем Мишке наш участок.

Игровой материал для прогулки готовится заранее. Можно вместе с Мишкой подготовить игрушки. Для закрепления последовательности одевания используют приемы: «Волшебные часы» (последовательность одевания в рисунках); «Поможем Мишке одеться»; игру «Найди следующую картинку».

Планируйте подвижные игры: 2—3 игры большой подвижности («Лошадки», «Воробышки и автомобиль», «У медведя во бору», «Зайцы скак, скак»), 2—3 игры малой и средней подвижности. Необходимо предусмотреть и игры на выбор детей.

В зависимости от предыдущего занятия и погодных условий изменяется и последовательность разных видов деятельности детей на прогулке. Так, если в холодное время дети находились на занятии, требующем больших умственных усилий, усидчивости, на прогулке необходимо вначале провести подвижные игры, пробежки, а затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное

занятие, то начинать надо с наблюдений, спокойных игр. Любая прогулка должна быть наполнена разнообразной содержательной деятельностью. Не следует сдерживать ребенка. Чередуйте движения и разнообразьте их.

Если дети трудятся на участке, уделите внимание мотивации их деятельности, помогите распределить обязанности, подготовить оборудование и убрать его после работы, дайте оценку деятельности детей. В теплое время года можно заниматься изобразительной деятельностью, развитием речи, математическим развитием, театрализацией.

По возвращении с прогулки учите детей самостоятельно и последовательно раздеваться. Приемы: «Волшебные часы», «Лесенка», «Найди следующую картинку», «Поможем Мишке раздеться».

Обед

1. Подготовка к обеду.
2. Гигиенические процедуры: привлечение внимания детей к гигиеническим процедурам; закрепление правил мытья рук; игры-соревнования (старший возраст); рассказ воспитателя о чистоте; самоконтроль детей; оценка деятельности.
3. Сервировка стола: беседа с дежурными; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов.
4. Привлечение внимания детей к пище; индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; правила этикета; оценка деятельности.

Организация сна детей

При организации сна учитываются следующие правила.

1. В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
 2. Первыми за обеденный стол садятся дети с ослабленным здоровьем, чтобы затем они первыми ложились в постель.
 3. Спальню перед сном обязательно проветривают.
- Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5— 10 мин полежать, но не задерживать их в постели, провести бодрящую гимнастику.

Вечер

Организация самостоятельной деятельности детей, спокойных игр; индивидуальная работа с детьми; просмотр альбомов, иллюстраций.

Игровые приемы

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

• Сегодня к нам пришел в гости Мишка. «Здравствуй, Миша! 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 Маши 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 Маша, а он и не знает, как вести себя в гостях.

Мотивы общения с детьми просты и понятны: «Научите меня, пожалуйста», «Расскажите, где вы были, что видели?» Детей особенно привлекает возможность оказать помощь любимым героям.

Следует создать условия для самостоятельной деятельности детей.

На столах до прихода детей разложить:

- разнообразные конструкторы: «Лего», «Фантазия», «Механик», строительные наборы;

- разрезные картинки из 6—8 частей (плоскостные и на кубиках);

- матрешки, пирамидки, вкладыши, мелкую и крупную мозаику;

- настольно-печатные игры: «Зоологическое лото», «Цветы», «Подбери и назови», «Составь из фигур», «Сложи из палочек», «Подбери пару», «Сказки», «Найди такой же», «Соберем урожай»;

- книжки рассказов в картинках.

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.

В утреннее время дети ухаживают за обитателями уголка природы: поливают растения, протирают листья.

Основной задачей остается формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Можно продолжить работу с выбранным персонажем, игрушкой.

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 заревел: «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 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.