**ПРОВЕДЕНИЕ РЕЖИМНЫХ МОМЕНТОВ  
 ПЛАН**



1. Наблюдение за организацией и руководством режимными

процессами в старшей группе детского сада.

1. Анализ режимных процессов в старшей группе.

**Теория.**

1. Режимный процесс.
2. Условия для организации процессам.
3. Приемы создания интереса к режимным процессам.
4. Методика проведения.
5. Использование режимных процессов для решения воспитательных задач.

**1. Наблюдение за организацией и руководством режимными процессами в старшей группе детского сада.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название режимного процесса | Времяпроведения | Методические приемы воспитателя | Деятельность помощника воспитателя |
| 1.Утренний прием | 7.30-8.05 | Создание хорошего настроения, беседы с детьми, родителями, осмотр детей, помощь детям в приведении себя в порядок, наблюдение за общением детей с родителями, помощь в организации игр, поручения. | Смотрит за играющими детьми, пока воспитатель находится в приемной комнате, создает бодрое настроение у детей, делает влажную уборку перед проведением утренней гимнастики. |
| 2.Подготовка к завтраку | 8.10-8.20 | Показ и объяснение дежурным правильных приемов работы, напоминание, контроль за выполнением действий, объективная оценка. Индивидуальный подход, игровой прием, худ. слово, постепенность, напоминание порядка действий при умывании, показ, пример сверстника, положительная оценка | Тщательно протирает поверхность столов горячей водой с мылом, моет руки, надевает специальную одежду. Сервировать столы пом. воспитателя с помощью дежурных начинает после получения пищи, когда все дети занимаются гигиеническими процедурами, и заканчивает к моменту готовности первого ребенка приступить к еде. Дает личный пример дежурным, контролирует их деятельность. |
| 3.Завтрак | 8.20-8.40 | Создание спокойной обстановки за столом, красивая сервировка стола, положительные примеры, напоминание правил поведения за столом, возбуждение аппетита, положительная оценка вкусовых качеств пищи, побуждение доедать все, не заставляя; индивидуальный подход, игровой прием | Подготавливает стаканчики для полоскания рта. По окончании завтрака няня с помощью дежурных убирает со стола и приводит в порядок комнату. |
| 4.Подготовка к прогулке | 10.25-10.40 | Постепенность, индивидуальный подход, напоминания одеваться последовательно и не отвлекаясь, уточнение порядка одевания, указания, объяснение и показ способов действия помощь, худ. слово, советы, побуждение оказывать помощь своим сверстникам, поощрение, обсуждение плана прогулки, настраивание детей на содержательную деятельность на прогулке, выход на участок по мере одевания (оказание доверия детям, уверенность в их самоорганизации) | Помогает воспитателю: следит и оказывает помощь оставшимся детям, затем выводит их на прогулку. |
| 5.Возвращение с прогулки | 11.40-12.00 | Поддерживание интереса к самообслуживанию, напоминание последовательности раздевания, поощрение быстроты раздевания и аккуратности складывания одежды, контроль за действиями детей, игровые приемы, привлечение ребят к анализу результатов труда (самообслужи- вания), объективная оценка | Помогает воспитателю: следит за раздеванием оставшихся детей. |
| 6.Подготовка к обеду | 12.00-12.05 | Совместная деятельность взрослых и детей (дежурство), а также см. «подготовка к завтраку». Поощрение проявления внимания к сверстникам во время умывания (пропустил друга, подал полотенце…), постепенность, игровой прием, напоминания, указания, объективная оценка. | Перед обедом проветривает и прибирает комнату; застилает стол чистыми скатертями; накрывает на стол; руководит действиями дежурных, красиво и правильно сервирует стол. |
| 7.Обед | 12.05-12.25 | Регулирование поведения за столом, создание определенного настроя, доброжелательный тон, улыбка, повышение аппетита детей, проявление уважения к труду повара, индивидуальный подход, разъяснение правил поведения за столом, контроль за правильной позой во время еды, проговаривание технологии принятия пищи ( что чем едят, как пищу берут с тарелки, темп еды, тщательность пережевывания…). | Подготавливает стаканчики с кипяченой водой для полоскания рта. Помогает дежурным убирать грязные тарелки из-под первого и разносить второе блюдо. Смену блюд производит после того, как ребенок съест предыдущее блюдо. Побуждает оставшихся детей к доеданию, не заставляя, когда воспитатель находится с остальными детьми уже в спальной. По окончании обеда вместе с дежурными убирает со стола и наводит порядок в комнате. |
| 8.Подготовка  ко сну | 12.20-15.00 | Учитывание индивидуальных особенностей детей, создание спокойной обстановки, положительного настроя перед сном, объяснение детям необходимости сна, оценка воспитателем положительного примера, поощрение самостоятельности при раздевании, аккуратности при складывании одежды, использование худ. слова (колыбельные, сказки). | Проветривает спальную и делает влажную уборку перед приходом детей. |

**2. Анализ режимных процессов в средней группе.**

1. Режимный процесс.

Утренний прием. Воспитатель пришла на работу за 15 минут до начала рабочего дня. Проветрила группу, просмотрела план, приготовила пособия. Постепенно начали приходить дети. Воспитатель приветливо здоровается с родителями и детьми. Пока дети раздеваются, Катерина Владимировна разговаривает с родителями, узнает о самочувствии детей, как они спали, что их беспокоит.



Вот пришел Дима, он торопится начать играть со строителем, второпях прощается с мамой, одежду складывает небрежно. Воспитатель напоминает ему, что вещи надо сложить в шкаф аккуратно: - Не торопись, Дима, успеешь построить сегодня много построек, твои друзья тебе обязательно помогут. Попрощайся с мамой и сложи все аккуратно, чтобы в шкафу был порядок.

Амелия с утра молчалива, сегодня у нее нет настроения, она не хочет здороваться с окружающими. Катерина Владимировна обращается к детям: - Ребята, поздоровайтесь с Амелией!

В группу заходит Никита, здоровается с ребятами. Воспитатель спрашивает его:- Что ты сейчас будешь делать?- Ребенок затрудняется ответить. – Поможешь Диме построить высокую башню?- Никита с готовностью соглашается, и вот уже оба мальчика увлеченно занимаются общим делом.

Педагог одновременно осуществляет разные задачи: принимает детей, разговаривает с родителями, организует игры, осуществляет запланированную на утро работу. Проводит с Яной индивидуальную работу по развитию речи (упражнения на дифференциацию звуков–с--ш-), организует с несколькими детьми дидактические игры: лото «Овощи-фрукты», «Парные картинки». С только что пришедшим Ваней воспитатель проводит беседу на тему «Что ты видел по дороге в детский сад». Ваня активно рассказывает, Катерина Владимировна проявляет неподдельный интерес, задает вопросы. Воспитатель поручает Маше и Рите полить растения, контролирует их деятельность, поощряет.

В 8.05 воспитатель предлагает детям собирать игрушки и подготовиться к утренней гимнастике (дети переодеваются в физкультурную форму). Педагог следит за порядком переодевания, аккуратностью одежды.

Утренняя гимнастика. Катерина Владимировна предлагает детям построиться по росту, еще раз обращает внимание на их внешний вид, ведет ребят в физкультурный зал. Гимнастика проходит по плану, включает в себя упражнения на все группы мышц, дозировка соответственно возрасту. Общее время проведения гимнастики соответствует возрасту.



Педагог во время проведения гимнастики обращала внимание на правильную позу детей, точное выполнение упражнений, соблюдала порядок проведения упражнений и порядок их объяснения. Дети получили заряд бодрости и хорошего настроения.

После гимнастики дети с воспитателем вернулись в группу, начали переодеваться. Катерина Владимировна предложила дежурным переодеваться чуть быстрее, чтобы успеть накрыть на столы.

Дежурство. Дежурные Настя и Паша первыми моют руки и надевают белые фартуки. Катерина Владимировна напоминает им, что чашки надо брать за ручки, ставить их аккуратно, ложки раскладывать напротив каждого стула. Затем с дежурными остается помощник воспитателя и помогает им правильно сервировать стол.

Умывание. Детям, которые уже переоделись после гимнастики, воспитатель предлагает идти в умывальную мыть руки. Находится вместе с детьми. Напоминает детям, что надо засучить рукава, чтобы их не намочить. Предлагает детям вспомнить порядок умывания: - Данил, расскажи, пожалуйста, как надо правильно мыть руки. – Правильно, надо сначала смочить руки, намылить их мылом, потереть с обеих сторон, тщательно вымыть пальцы, а смыв мыло, надо отжать воду с рук в раковину.



Воспитатель следит, чтобы в умывальной не было тесно, чтобы дети подходили к раковинам постепенно, тщательно мыли руки и вытирали их, аккуратно вешали полотенца на вешалки: - Сейчас я приглашу в умывальную нашу любимую куклу Мальвину, и она посмотрит, как ребята аккуратно повесили свои полотенца.

Дети, которые вымыли руки постепенно садятся за столы и приступают к завтраку.

Завтрак. Дети постепенно садятся за столы, не создавая шума. Катерина Владимировна предлагает детям сесть прямо, подвинуть стулья, не класть локти на стол. Желает им: - Приятного аппетита! Воспитатель создает спокойную обстановку за столом. Возбуждает аппетит детей: - Какая сегодня манная каша вкусная, пушистая, со сливочным маслом, так и хочется попробовать. Кто по утрам ест кашу, растет крепким и здоровым. Умница, Остап, хороший у тебя аппетит, уже почти всю кашу съел.

- Иван, не разговаривай с полным ртом, прожуй, а потом скажи.

- Что-то у Сони каша плохо убывает, долго кукле Маше придется тебя ждать, а она ждет не дождется, когда ты придешь и ее тоже завтраком накормишь.

Паша плохо ест манную кашу, воспитатель знает, что он не любит молочное, воспитатель сначала уговаривает его съесть больше, чтобы поскорее вырасти, когда съедено больше половины – не заставляет его и предлагает пить какао с булкой с маслом.

Воспитатель постоянно следит, чтобы дети сидели за столом удобно, не пачкали скатерть и одежду, правильно держали ложку.

Напоминает детям, что выходя из-за стола нужно говорить «спасибо»,задвинуть за собой стул. Предлагает детям прополоскать рот после еды, следит, чтобы дети не обливались и полоскали рот качественно: - Чтобы наши зубки были здоровые, полощем рот хорошо, надо, чтобы зубы были чистыми.

По окончании завтрака няня с помощью дежурных убирает со стола и приводит в порядок комнату. Воспитатель контролирует работу дежурных и оценивает их работу: - Настя и Паша сегодня очень постарались, красиво накрыли на стол и после завтрака навели чистоту – молодцы.

Предлагает детям идти играть. Пока дети самостоятельно играют, воспитатель готовится к занятиям.

Подготовка к прогулке. Воспитатель предлагает детям собрать игрушки: - Дети, заканчиваем играть, сейчас будем собираться гулять, поэтому пора убирать игрушки. Рита и Данил могут немного задержаться, чтобы доиграть. Они всегда очень быстро убирают за собой игрушки и не шалят.

Катерина Владимировна предлагает детям, которые навели порядок, сходить в туалет и идти в раздевальную комнату.

Воспитатель напоминает детям порядок одевания. В первую очередь обращает внимание на медлительных детей: - Оля, что сейчас ты будешь одевать? Застегивай все пуговицы на кофточке. - Паша, помочь тебе завязать шнурки?

Обращает внимание на одежду детей: - Яночка, какая у тебя шапочка красивая, это тебе мама связала?

Хвалит детей, которые помогают своим сверстникам: - Какой Илья молодец и сам оделся, и Диме помогает пуговицы застегнуть!

Педагог помогает некоторым детям одеваться и одновременно рассказывает о том, чем будут они заниматься на прогулке: - Сегодня мы с вами сходим к остановке и посмотрим, какие там останавливаются автобусы, какие машины проезжают по дороге, а потом на участке сами попробуем быть шоферами и поиграем в игру «Воробушки и автомобили».

Первым одевшимся детям воспитатель предлагает выходить на участок: - Илья, Маша и Дима уже оделись! Значит, они не тратили время зря. Сегодня я им разрешу не ждать всех ребят, а сразу выходить на участок. – Я думаю, вы не будете ссориться, сами договоритесь о том во что будете играть и какими игрушками. Подумайте, чем вы будете без меня заниматься.

Педагог проявляет к этим детям доверие. Затем она расспросит их, чем они занимались, что делали.

Когда дети почти все оделись, воспитатель выводит их на прогулку парами, оставляя не одевшихся детей на попечение няни. Пом. воспитателя помогает одеться оставшимся детям и выводит их на участок.



Возвращение с прогулки. В 11.40 воспитатель отправляет дежурных в группу, напоминает им чтобы они быстро разделись, аккуратно сложили свою одежду в шкафу, вымыли руки, одели фартуки и шли накрывать на столы.

В 11.45 воспитатель предлагает детям заканчивать игры и собираться в группу. Он дожидается, когда основная масса детей закончит свои игры и предлагает собрать игрушки. Поторапливает заигравшихся детей: Амелия с Викой доиграете вечером, а сейчас нам пора в группу, скоро обед.

Когда игрушки собраны, воспитатель строит детей парами и ведет их в группу. – Ребята, перед входом в детский сад чисто вытирайте ноги об половик, по коридору идем тихо, не шумим.

В раздевальной воспитатель предлагает детям вспомнить порядок раздевания: - Ваня, что мы будем снимать сначала? – Ева, а что ты будешь снимать потом?

- Сейчас мы пригласим сюда Буратино, пусть он поучится у наших ребят, как надо быстро и правильно раздеваться. (Приносит куклу) – Вот смотри Буратино – ТИмофей все правильно делает, а Паша очень хорошо поступает, что помогает Насте раздеваться…

С помощью куклы педагог контролирует аккуратность сложенных вещей в шкафу, поощряет их от своего лица и от лица Буратино. Обращается к некоторым детям: - Вика, как ты думаешь, Буратино понравится, как у тебя свалены вещи в шкафу? – Нет.- Я думаю, что ты сейчас все исправишь.

Тем детям, которые уже разделись воспитатель, предлагает идти умываться.

Подготовка к обеду. Воспитатель напоминает детям, что необходимо вымыть не только руки, но и лицо, шею и локти. Напоминает порядок умывания, контролирует действия детей, поощряет за аккуратность, взаимопомощь, использует худ. слово:

«Юля руки мыла, мыла

А лицо помыть забыла.

Увидал ее Трезор:

Зарычал: «Какой позор»!

Постепенно дети заканчивают умывание, воспитатель указывает некоторым детям на неаккуратность повешенного полотенца и прослеживает за исправлением ими оплошности. Дети проходят за стол.

Обед. Воспитатель создала спокойную обстановку: - Садимся все удобно, слушаем тишину, едим не торопясь, приятного аппетита.

Катерина Владимировна регулирует поведение детей за столом, делает замечания двум расшалившимся мальчикам.

Возбуждает аппетит у детей: - Ну и борщ сегодня! В нем и капуста, и картошка, а от свеклы борщ покраснел, стал нарядный. Это наши повара так для вас постарались.

Побуждает детей доедать до конца.

Контролирует работу дежурных, которые подают второе блюдо.

Напоминала правила поведения за столом: - Громко не разговариваем. Вика, подай, пожалуйста, Тимофею хлеб на тарелочке. После еды вытираем рот салфеткой.

По окончании еды дети говорят «спасибо» и идут полоскать рот.

Подготовка ко сну. Дети приходят в спальную постепенно. Воспитатель предупреждает их, что заходить надо тихо, не разговаривать. Дети начинают раздеваться, воспитатель следит, чтобы дети раздевались в правильной последовательности и аккуратно складывали свои вещи на стул. Затем дети идут по массажным дорожкам босиком к своим кроваткам. Воспитатель укутывает каждого ребенка. Объясняет детям, что сейчас они уснут, отдохнут, наберутся сил и проснутся уже готовые снова играть. Тон воспитатель доброжелательный, настраивающий на спокойную обстановку. Когда большинство детей же в кровати, воспитатель предлагает детям закрыть глазки и читает им небольшую сказку тихим, добрым голосом. Воспитатель остается в спальной до тех пор, пока все дети не заснули.



2)Условия для организации процесса.

В группе созданы все условия для полноценного проведения всех режимных процессов. Прием детей осуществляется в специальной комнате – раздевальной, где имеются шкафчики по количеству детей, скамейки для переодевания, зеркало, чтобы дети могли устранить непорядок в своем внешнем виде (зеркало находится на уровне роста детей). У каждого ребенка в шкафчике имеется персональная расческа.

В группе также созданы все условия: все оборудование и игрушки находятся в досягаемости для детей, принадлежности для дежурства лежат в определенном месте, дети свободно берут их оттуда и убирают обратно по окончании дежурства.

Умывальная оборудована всем необходимым: имеется несколько раковин, что не создает толчеи при мытье рук, зеркала, вешалки для полотенец, подставки для индивидуальных зубных щеток. Ко всему есть свободный доступ.

В группе достаточно посуды, белья (оно меняется своевременно, по графику), столов, стульев.

В группе наблюдается единство требований к детям, действия воспитателя согласованы с действиями няни, а также с требованиями второго воспитателя. Воспитатели ведут беседы с родителями на тему «Режим дня в детском саду и дома», дают консультации родителям о том, как приблизить домашний режим к режиму детского сада, в уголке родителей висят рекомендации по организации режима. Таким образом, воспитатели пытаются добиться единства требований к ребенку в ДОУ и дома.

Распорядок дня обеспечивает содержательность детской деятельности, в группе царит деловая обстановка, нет шума, гама, дети четко выполняют требования режима.

Режим дня носит определенный характер, т.е. подчинен ряду правил, которых придерживаются дети: правила пользования игрушками, вещами, определяющие взаимоотношения между детьми и взрослыми (например, играть дружно, не отнимать игрушек, не обижать друг друга). Требования, вытекающие из режима понятны детям, это дисциплинирует детей.

Видно, что режим дня в группе отвечает требованию постоянности. Т.к. дети без капризов выполняют те или иные режимные процессы и к определенному времени уже испытывают потребность в переходе на новый режимный отрезок.

Режим дня в группе целесообразен, т.к. все требования режима имеют определенный смысл, необходимы и обусловлены общей целью и задачами воспитания.

3) Приемы создания интереса к режимным процессам.

В течение 1 половины дня воспитатель использовала разнообразные приемы создания интереса к режимным процессам.

Основным приемом является игровой: воспитатель часто обращалась к куклам Мальвине и Буратино, чтобы дети проявили свои знания и еще раз подкрепили их. К игровому приему воспитатель прибегла и тогда, когда ребенок плохо ел: она сказала девочке, что ее ждет кукла и что она тоже хочет завтракать, после чего девочка доела всю кашу.

Также воспитатель использовала художественное слово с юмором, когда надо было обратить внимание ребенка на его оплошность при умывании и чтение сказки при укладывании детей спать. Все это, несомненно, создало у детей интерес к режимным моментам.

Педагог поощряла детей за хорошие поступки: за помощь детям, за хорошо выполненную работу. Это также служит мотивацией для детей, которые заслужили похвалу, и для тех детей, которые слышали ее, т.к. им также хочется заслужить одобрение взрослого, и в следующий раз они тоже будут стараться.

При подготовке ко сну воспитатель объяснила детям для чего нужен сон, настроила их на то, что после тихого часа они снова будут играть. Таким образом, создала интерес детей к восстановлению своих сил посредством сна.

Воспитатель широко пользовалась созданием интереса у детей к различным процессам, чтобы достичь выполнения поставленных задач.

4) Методика проведения.

Воспитатель методически грамотно проводила все режимные процессы. Использовала разнообразные методы и приемы, свободно варьировала ими, при этом опиралась на знание возрастных и индивидуальных особенностей детей. Именно поэтому проведение режима давалось ей легко, дети были послушны, дисциплинированы и выполняли все требования режима.

Она широко использовала игровые приемы, худ. слово, беседы, разъяснения, напоминания, использовала активность самих детей (при показе и объяснении последовательности действий при умывании и одевании),контролировала действия детей, оценивала их поступки и привлекала детей к самооценке, давала детям указания. И всегда тон ее общения с детьми оставался доброжелательным, она давала советы детям, оказывала помощь и приучала самих детей быть заботливыми, помогать своим товарищам.

5) Использование режимных процессов для решения воспитательных задач.

В процессе проведения режимных моментов воспитатель попутно решала следующие воспитательные задачи:

- формирование положительного отношения к сверстникам;

- воспитание культуры поведения в коллективе, скромности, вежливости, сдержанности;

- воспитание уважения к хлебу;

- формирование культурно-гигиенических навыков;

- формирование самостоятельности;

- формирование организованности;

- воспитание устойчивой работоспособности, умение доводить дело до конца;

- воспитание трудолюбия;

- развитие любознательности, внимания, аккуратности.

6) Переход от одного режимного момента к другому, соблюдение

гигиенических требований.

Переход от одного режимного момента к другому воспитатель осуществляла постепенно, планомерно. Предупреждала детей заранее о смене деятельности, чтобы они могли переключиться с одного вида деятельности на другой. Тем детям, которые быстро выполняют все требования режима, она разрешала поиграть подольше. Умываться, одеваться дети шли постепенно, а не толпой, по мере заканчивая предыдущего вида деятельности. Не было суеты, дети привыкли к данному распорядку дня.

Все гигиенические требования были соблюдены. Групповая комната, спальная своевременно проветривалась, проводилась влажная уборка по графику и по мере необходимости. Скатерти стелились чистые, стол был правильно сервирован, посуда мылась по правилам и подавалась и для первого и для второго блюд разная, дежурные работали в соответствующей одежде, правильно держали посуду при ее раздаче.

Помощник воспитателя раздает пищу в специальной одежде, пол моет соответственно в другой.

При подготовке к прогулке одевшиеся дети не ждали всех детей, а своевременно выходили на участок.

Дети в соответствии с режимом проводили гигиенические процедуры: умывания, полоскания рта. Это было организовано в соответствии с гигиеническими требованиями.

В групповой комнате дети были одеты в соответствии с температурой комнаты в облегченную одежду. Утренняя гимнастика проводилась в физкультурной одежде: майка, шорты, чешки.

Все режимные процессы были проведены в соответствии с возрастом, без отклонений во времени.

Направляя деятельность детей, воспитатель учитывала характер предшествующей и последующей деятельности в режиме дня. Так, подвижные игры не проводились после еды, перед сном, наоборот, были включены спокойные игры.

У каждого ребенка имеется своя личная расческа и зубная щетка.

Полотенца и постельное белье содержатся в идеальном порядке и меняются в соответствии с графиком смены белья.

Сон проводится в отдельном чистом, проветренном помещении; исключены шумы, громкие разговоры, создана благоприятная обстановка.

Таким образом, проведение режимных процессов отвечает всем гигиеническим требованиям.

7) Распределение обязанностей между воспитателем и его помощником.

Действия пом.воспитателя на протяжении всего дня были согласованы с действиями педагога. Няня подменяла воспитателя, когда осуществлялся переход от одного режимного момента к другому. При приеме детей, пока педагог находился в раздевальной комнате, пом.воспитателя следил за детьми, участвовал в их разговорах, занимал их какой-либо деятельностью. Зная, что скоро начнется утренняя гимнастика, пом.воспитателя провела влажную уборку в физкультурном зале. С дежурными работает как воспитатель, так и няня, когда воспитатель находится с остальными детьми в умывальной, пом.воспитателя осуществляет руководство деятельностью дежурных. В момент, когда большинство детей находятся за столом, педагог осуществляет руководство завтраком, а няня следит за гигиеническими процедурами оставшихся в умывальной детей. Таким образом, осуществляется постепенный переход от одного режимного процесса к другому, и никто из детей не остается без внимания.

Во время одевания на прогулку, пом.воспитателя обязательно присутствует и вместе с воспитателем помогает одеваться детям, контролирует правильность и качественность и одевания. Затем воспитатель выводит на участок первых одевшихся детей, а с оставшимися находится няня и помогает им одеться, потом выводит их на прогулку.

При раздевании няня также присутствовала и помогала некоторым детям раздеваться.

После окончания завтрака и обеда няня контролировала процесс полоскания рта. Когда воспитатель укладывала детей спать пом.воспитателя «докармливала» оставшихся детей и руководила деятельностью дежурных.

Таким образом, няня является активным помощником воспитателя при проведении режима, действия их согласованы и это является хорошим показателем эффективной совместной работы.

8) Учет возрастных особенностей дошкольников.

Весь режим был построен в соответствии с возрастом детей. С учетом возраста определялось время проведения того или иного режимного момента. Методические приемы также подобраны в соответствии с возрастом. Требования, предъявляемые воспитателем к детям, не были завышены, поэтому выполнялись ими легко. В соответствии с возрастом были подобраны игровые приемы, различные методы, даже тон общения воспитателя с детьми соответствует данной возрастной группе.

9) Культура внешнего вида воспитателя и его помощника.

Воспитатель знает, что она является примером для детей во всем, поэтому ее внешний вид безупречен: аккуратная глаженая одежда, все подобрано в тон, со вкусом; волосы чистые причесанные; минимум косметики; ухоженные руки; удобная красивая обувь. Для проведенияутренней гимнастики она также переодевалась в спортивную форму.

Пом. воспитателя находится в группе в специальной одежде, которую меняет в соответствии с видом ее деятельности. Также всегда аккуратна, причесана.

Таким образом, дети видят перед собой наглядный пример аккуратности и ухода за своим внешним видом, чему и стремятся подражать.

**1. Режимный процесс.**

Среди многочисленных условий, обеспечивающих необходимый уровень физического и психического развития ребенка, рациональному режиму принадлежит одно из ведущих мест. Основным принципом правильного построения режима дня является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Это соответствие обусловливается удовлетворением потребности организма в сне, отдыхе, пище, деятельности, движении. Для каждой возрастной группы «Программой воспитания и обучения в детском саду» предусмотрен свой режим дня, включающий разнообразные виды деятельности, посильные для детей умственные и физические нагрузки, отдых.

Правильный распорядок включает: содержание и организацию жизни детей; совокупность гигиенических условий, необходимых для нормальной жизнедеятельности организма; систему согласованных между собой средств и методов, правил и требований к детям, к их поведению.

Физиологические основы правильного режима заключаются в том, что четкий режим отвечает потребностям организма. Режим обеспечивает регулярность жизненных отправлений, восстановление утраченной энергии и способствует правильному развитию и сохранению здоровья детей.

Огромное значение в режиме имеет время и ритм жизни.

И.П. Павлов в учении о высшей нервной деятельности показал, что жизнедеятельность организма под воздействием центральной нервной системы отличается ритмичностью и точностью: ритмичные удары сердца, ритмичность дыхания, ритм кровообращения и пищеварения, ритм в нарастании и спаде энергии и утомления, что выражается в подъеме и спаде физиологической кривой суточной деятельности организма.

Педагогические основы режима заключаются в его целесообразности, постоянстве, определенности и доступности для выполнения детьми, в содержательности.

Правильно построенный режим предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течение суток, целесообразное чередование различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования: 1) определенную продолжительность занятий, труда и рациональное сочетание их с отдыхом; 2) регулярное питание; 3) полноценный сон; 4) достаточное пребывание на воздухе. Значение режима в том, что он способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность адаптироваться к новым условиям, устойчивость к воздействию отрицательных факторов.

Дети, которые привыкли к установленному распорядку дня, соответствующему их возрасту, как правило, отличаются дисциплинированностью, умением трудиться, общительностью, уравновешенным поведением, они активны, редко страдают отсутствием аппетита. Все это и является показателем здоровья и правильного развития ребенка.

**2.Условия для организации процесса.**

Для правильного выполнения режима, четкого и последовательного осуществления всех его процессов важно своевременно формировать у детей навыки самообслуживания, воспитывать самостоятельность. Уровень развития у ребенка навыков самообслуживания зависит от разных причин: состояния здоровья, особенностей высшей нервной деятельности, общего развития. Но главное – от целенаправленного воспитания, использования единых педагогических приемов в семье и в дошкольном учреждении.

Если в детском саду педагог приучает каждого воспитанника к самостоятельности при одевании, раздевании, приеме пищи, во время других бытовых процессов, а дома все это за ребенка делают взрослые, то у ребенка не вырабатываются устойчивые привычки, навыки, умения, он часто оказывается беспомощным при необходимости выполнить даже самые простые действия. Дети, которых дома не приучают к посильному труду с младшего возраста, не способны самостоятельно убрать игрушки, умыться и т.д. в детском саду они задерживают выполнение режима, в котором все взаимосвязано: нарушение одного из процессов режима неизбежно приводит к несвоевременному проведению последующих. Вот почему так необходимо, чтобы взрослый руководил деятельностью детей в самых различных ее проявлениях, ведь навыки самостоятельности, как и многие другие полезные привычки, формируются в ее процессе при постоянном выполнении ребенком одних и тех же требований взрослого. Для того чтобы навыки прочно усвоились, помимо обучения детей, использования педагогических воздействий, помощи, оказываемой взрослыми при выполнении различных бытовых процессов, целесообразно организовывать дидактические. Сюжетные игры, создавать игровые ситуации, в которых все действия по самообслуживанию дети будут выполнять с интересом и желанием, а это залог успеха.

Постепенно у ребенка формируются разнообразные полезные навыки и привычки к четкому распорядку дня. В результате создаются благоприятные условия для тренировки и совершенствования функций центральной нервной системы – активного, внутреннего торможения, подвижности нервных процессов, выносливости нервных клеток коры больших полушарий мозга. Развитие этих функций является важнейшей предпосылкой правильного поведения ребенка, воспитания у него морально-волевых качеств, что позволяет ему легко приспосабливаться к меняющимся условиям внешней среды.

Систематическое выполнение режима в детском саду – трудное дело, требующее сознательного отношения всего коллектива, постоянного контроля со стороны заведующего.

Основным и решающим условием выполнения режима является глубокое осознание роли режима руководством, воспитателями и обслуживающим персоналом детского сада и слаженная работа во всех звеньях. Очень большая роль принадлежит заведующей детским садом, которая предъявляет требования соблюдения режима к обслуживающему персоналу.

Своевременная уборка, накрывание на стол, приготовление пищи, подготовка кроваток для сна – все это и многое другое обеспечивает выполнение режима.

В выполнении режима нет мелочей. Например: опоздание завтрака на 10 минут ломает весь день, потому что не только сдвигаются на 10 минут все элементы режима, что вызывает непроизвольную трату времени, утомительное ожидание; кроме этого, часто происходят столкновения групп в раздевальной, что нарушает порядок, вызывает спешку, нервозность. А всякая спешка несовместима с привитием тех или иных навыков, потому что при спешке ничего нельзя толково объяснить, показать, закрепить, проверить.

Эффективность реализации режима в дошкольном учреждении предполагает также, чтобы время, отведенное для организованной и самостоятельной деятельности, использовалось с максимальной результативностью и для общего развития и укрепления здоровья детей. Прежде всего, воспитателю необходимо четко планировать свою повседневную работу, которая строится с учетом уровня знаний и умений детей по каждому разделу программы, степени развития у них навыков работоспособности, интересов, а также условий внешней среды (особенностей климата, времени года и т.п.). Очень часто воспитатель, продумывая содержание дня или того или иного занятия, игры, не учитывает, сколько на это потребуется времени. В результате намеченная работа с детьми не укладывается в отведенное режимом время, и воспитатель заканчивает работу тогда, когда не достигнут ее результат, либо затягивает занятие, игру.

Руководя процессами умывания, питания, сбора не прогулку детей, он должен добиваться, чтобы не было торопливости и излишней медлительности в действиях детей. За столом воспитатель следит, чтобы дети не отвлекались, не затягивали еду. Воспитатель возбуждает аппетит детей, указывая на то или иное блюдо, обращая внимание на его внешний вид, дает положительную оценку детям, которые едят культурно, но не торопливо.

На занятиях воспитатель четко определяет время начала и конца объяснения, время работы детей, окончания занятия и подведения итогов. Воспитатель является тем умелым дирижером, который управляет всем распорядком жизни.

Незаменимым и ценным помощником педагога является няня, которая убирает помещение, накрывает на стол и раздает пищу, помогает одеть младших детей на прогулку. Важным условием выполнения распорядка дня является организация материальной среды. В детском саду должно быть все приспособлено для развития самостоятельности детей, использования их активности и приучения к самообслуживанию с ранних лет.

В раздевальной должны быть не только удобные для хранения верхней одежды шкафы, но и достаточное количество скамеек или стульчиков. На которые дети могут сесть, чтобы снять или одеть ботинки, временно положить верхнюю одежду. Если нет стульчиков, дети садятся на пол, на пол же иногда кладут пальто, или, стоя в неудобной позе, шнуруют ботинки, все это удлиняет время одевания, вызывает необходимость делать детям замечания, создает излишнюю нервозность, результатом чего является возбудимость детей как показатель утомления.

В умывальной должно быть такое количество кранов, чтобы детям не приходилось ждать очереди. В групповой комнате должно быть достаточное количество столов и стульев и правильная, удобная для детей, расстановка их.

**2.Условия для организации процесса.**

Для правильного выполнения режима, четкого и последовательного осуществления всех его процессов важно своевременно формировать у детей навыки самообслуживания, воспитывать самостоятельность. Уровень развития у ребенка навыков самообслуживания зависит от разных причин: состояния здоровья, особенностей высшей нервной деятельности, общего развития. Но главное – от целенаправленного воспитания, использования единых педагогических приемов в семье и в дошкольном учреждении.

Если в детском саду педагог приучает каждого воспитанника к самостоятельности при одевании, раздевании, приеме пищи, во время других бытовых процессов, а дома все это за ребенка делают взрослые, то у ребенка не вырабатываются устойчивые привычки, навыки, умения, он часто оказывается беспомощным при необходимости выполнить даже самые простые действия. Дети, которых дома не приучают к посильному труду с младшего возраста, не способны самостоятельно убрать игрушки, умыться и т.д. в детском саду они задерживают выполнение режима, в котором все взаимосвязано: нарушение одного из процессов режима неизбежно приводит к несвоевременному проведению последующих. Вот почему так необходимо, чтобы взрослый руководил деятельностью детей в самых различных ее проявлениях, ведь навыки самостоятельности, как и многие другие полезные привычки, формируются в ее процессе при постоянном выполнении ребенком одних и тех же требований взрослого. Для того чтобы навыки прочно усвоились, помимо обучения детей, использования педагогических воздействий, помощи, оказываемой взрослыми при выполнении различных бытовых процессов, целесообразно организовывать дидактические. Сюжетные игры, создавать игровые ситуации, в которых все действия по самообслуживанию дети будут выполнять с интересом и желанием, а это залог успеха.

Постепенно у ребенка формируются разнообразные полезные навыки и привычки к четкому распорядку дня. В результате создаются благоприятные условия для тренировки и совершенствования функций центральной нервной системы – активного, внутреннего торможения, подвижности нервных процессов, выносливости нервных клеток коры больших полушарий мозга. Развитие этих функций является важнейшей предпосылкой правильного поведения ребенка, воспитания у него морально-волевых качеств, что позволяет ему легко приспосабливаться к меняющимся условиям внешней среды.

Систематическое выполнение режима в детском саду – трудное дело, требующее сознательного отношения всего коллектива, постоянного контроля со стороны заведующего.

Основным и решающим условием выполнения режима является глубокое осознание роли режима руководством, воспитателями и обслуживающим персоналом детского сада и слаженная работа во всех звеньях. Очень большая роль принадлежит заведующей детским садом, которая предъявляет требования соблюдения режима к обслуживающему персоналу.

Своевременная уборка, накрывание на стол, приготовление пищи, подготовка кроваток для сна – все это и многое другое обеспечивает выполнение режима.

В выполнении режима нет мелочей. Например: опоздание завтрака на 10 минут ломает весь день, потому что не только сдвигаются на 10 минут все элементы режима, что вызывает непроизвольную трату времени, утомительное ожидание; кроме этого, часто происходят столкновения групп в раздевальной, что нарушает порядок, вызывает спешку, нервозность. А всякая спешка несовместима с привитием тех или иных навыков, потому что при спешке ничего нельзя толково объяснить, показать, закрепить, проверить.

Правильность выполнения режима, его оздоровительное и воспитательное влияние на детей во многом зависят от постоянного контакта педагогов с медицинскими работниками дошкольного учреждения и родителями. Контакт этот должен быть обязательно двусторонним: воспитателю необходимо знать результаты регулярно проводимых медицинских осмотров детей врачами-специалистами, иметь сведения о том, кому из воспитанников рекомендованы те или иные лечебно-профилактические мероприятия, щадящий режим, уменьшение на определенный период времени объема нагрузок. С другой стороны, и воспитатель может первым заметить у ребенка начальные признаки заболевания, недомогание, которые проявляются капризами, плаксивостью, отсутствием аппетита, и своевременно сообщить о них врачу, медицинской сестре или родителям.

Важным условием выполнения распорядка дня является организация материальной среды. В детском саду должно быть все приспособлено для развития самостоятельности детей, использования их активности и приучения к самообслуживанию с ранних лет.

В раздевальной должны быть не только удобные для хранения верхней одежды шкафы, но и достаточное количество скамеек или стульчиков. На которые дети могут сесть, чтобы снять или одеть ботинки, временно положить верхнюю одежду. Если нет стульчиков, дети садятся на пол, на пол же иногда кладут пальто, или, стоя в неудобной позе, шнуруют ботинки, все это удлиняет время одевания, вызывает необходимость делать детям замечания, создает излишнюю нервозность, результатом чего является возбудимость детей как показатель утомления.

В умывальной должно быть такое количество кранов, чтобы детям не приходилось ждать очереди. В групповой комнате должно быть достаточное количество столов и стульев и правильная, удобная для детей, расстановка их.

**3. Приемы создания интереса к режимным процессам.**

Каждый день воспитатель проявляет мастерство в создании у детей интереса к режиму, умении понять настроение своих питомцев, включить их в интересную, содержательную деятельность, поддерживая бодрое, положительно-эмоциональное состояние. Все начинается уже утром:

- Доброе утро,- здоровается с малышами воспитатель,- как спалось, что видели во сне?

Сегодня у нее наготове новая прибаутка:

Ночь прошла, темноту увела.

Замолчал сверчок, запел петушок.

Встала маменька, открыла ставенку:

- Здравствуй, солнышко-колоколнышко!

Улыбка на лице воспитателя, располагающий к общению тон, доброжелательность и особая чуткость к детям – все влияет на создание хорошего, бодрого настроения, обстановки теплоты и уюта, а значит создает интерес детей к предстоящей деятельности. Они быстрее раздеваются, включаются в разнообразные игры. Воспитатель поддерживает общение между детьми, советует, показывает игрушки, напоминает о вчерашних событиях, помогает договорится.

В старшей группе дети тоже с нетерпением ждут встречи с воспитателем: он обязательно сообщит им какие-нибудь новости, выслушает их рассказы.

В младших группах основными приемом создания интереса к режимным моментам является игровой, т.к. именно игровые приемы позволяют воспитателю, с одной стороны, скрыть свою педагогическую позицию, а с другой – более активно воздействовать на малыша. Так, педагог может внести в группу большую куклу и сказать, что она приехала к малышам в гости на поезде и будет теперь жить вместе с ними. Дети знакомятся с игрушкой, выделяют ей шкаф в раздевальной комнате, вместе с воспитателем устанавливают кроватку в спальне, отводят место за столом в кукольном уголке и т.д. затем они учат куклу навыкам самообслуживания, а та дает оценку их действиям.

Эффективным приемом является привлечение положительного примера («Посмотрите, как Таня быстро и правильно одевается!»). большое место занимают такие приемы, как рассматривание иллюстраций, чтение литературных произведений, использование песенок, потешек, пословиц, поговорок. Например: «Буль-буль-буль журчит водица. Все ребята любят мыться» (или: «Льется чистая водица, мы умеем сами мыться»), - приговаривает воспитатель, показывая малышам приемы умывания. Увлечь ребенка деятельностью по самообслуживанию можно, вызвав у него интерес к предмету. Например, во время умывания воспитатель дает детям новое мыло в красивой обертке, предлагает развернуть, рассмотреть, говорит: «Какое гладкое мыло, как оно хорошо пахнет! А как, наверно, это мыло хорошо пенится! Давайте попробуем!»

Очень действенными приемами являются показ инсценировок с помощью игрушек настольного театра, театра бибабо и др. сюжеты воспитатель может придумать сам. Например, «Как Хрюша умывается».

На первоначальных этапах привития навыков дежурства используются такие приемы, как накрывание столов вместе с ребенком, в дальнейшем – с незначительной помощью воспитателя, а также дидактические игры «Накроем стол для кукол», «День рождения мишки» и др. учитывая возраст детей, в оценке лучше использовать игровой прием. Например, зайчик говорит: «Не нравится мне, как дежурили сегодня Саша, Оля и Вова – они работали медленно, отнимали друг у друга ложки, некрасиво накрыли на стол. Не сяду за их столы, а посижу за столами, которые накрыли Света и Таня».

Разговаривать с малышами следует доброжелательным тоном. Видя, что дети разбросали игрушки, педагог может обратиться к ним со словами:

Ну, теперь за дело дружно –

Убирать игрушки нужно!

Хорошим стимулом к выполнению режима является оценка деятельности ребенка, поощрение его успехов. В средней группе у ребенка появляется стремление научить товарища тому, что умеет сам. Педагогу нужно использовать эту особенность для воспитания доброжелательности, навыков взаимопомощи («Молодец, Витя, - помог Наташе застегнуть верхнюю пуговицу пальто. Она теперь не простудится. Как хорошо поступил Андрей – помог Оле убрать игрушки на место»). В средней и старшей группах интерес к вопросам гигиены можно повысить беседами воспитателя о значении чистоты, о том, как сохранить зубы от порчи. Такие беседы помогают осознанно относиться к своим действиям.

В старших группах главным приемом в руководстве самообслуживанием детей является контроль. Особое внимание надо обращать на то, чтобы ребенок осознанно пользовался навыками, понимал, что небрежное выполнение приводит к плохим последствиям. Необходимо использовать и такой прием в работе, как привлечение к анализу работы дежурных детей. Сначала педагог выслушивает суждения воспитанников и только затем высказывает свое мнение, обязательно отмечая причины успехов и неудач. Можно использовать и такую форму, как сообщение ребенка коллективу о проделанной работе (своего рода «отчет о работе»).

Интерес к дежурству поддерживается у детей за счет расширения содержания труда дежурных. Например, дежурные по столовой раскладывают салфетки в салфетницы, помогают няне принести из кухни хлеб, салат, фрукты.

Меняются формы организации дежурств. Можно каждые три дня объединять дежурных в одно звено, отвечающее за все виды дежурств, предоставив детям возможность договариваться о том, кто какую работу будет выполнять. В течение дня воспитатель обращается к ним, как к своим помощникам, как к взрослым, одобряет их за хорошее выполнение заданий, дает советы.

Задача воспитателя – подводить детей к преодолению трудностей, возникающих в режиме дня, опираясь на интерес.

**4. Методика проведения.**

Правильная организация режима дня детей дошкольного возраста предполагает как учет морфофункциональных и психофизиологических особенностей детей, так и использование на каждом возрастном этапе соответствующих педагогических приемов и методов.

В младшем дошкольном возрасте умения и навыки в различных видах самообслуживания сформированы у детей еще недостаточно прочно, поэтому воспитатель постоянно помогает ребенку и контролирует выполнение многих действий. Изменение режима с возрастом – это не только увеличение или уменьшение времени на ту или иную деятельность, но и качественное преобразование всего педагогического процесса и составляющих его частей. «Понимание воспитателем этого положения – решающее условие выполнения режима во времени и организацииотдельных его отрезков», - указывает О.Н. Урбанская. Постепенно детей приобщают к новым видам деятельности, меняется характерорганизации режимных процессов, а следовательно, и подход к ребенку со стороны взрослого – к воспитаннику предъявляются новые, более высокие требования, активизирующие самостоятельность.

К старшему дошкольному возрасту навыки у детей становятся более прочными, что позволяет освободить больше времени для игры, развития движений, творческой деятельности. Воспитание старших дошкольников опирается на осознанное отношение ребенка к совершаемым действиям, умение в определенной мере контролировать свое поведение, оценивать свои поступки и поступки сверстников. Вся эта возрастная динамика развития положена в основу режимов дня для разных возрастных групп.

Чтобы не нарушать режим, следует индивидуализировать его выполнение. Так, Свету можно (и даже нужно) поднимать после дневного сна чуть позже других, так как она недавно переболела, а Надю, наоборот, чуть пораньше, потому что она долго одевается. Колю и Игоря целесообразно предупреждать заранее о смене деятельности, так как Игорь с трудом переключается с одного занятия на другое, а Коля очень медленно ест, и нужно, чтобы он один из первых шел мыть руки.

Организуя постепенный переход от одного элемента режима к другому, педагог решает разные задачи: одного ребенка учит доводить дело до конца (прежде чем начинать игру, тщательно застелить постель; одеваясь – проверить свой внешний вид и т.д.), другого – убирать за собой, третьего – подчиняться принятым правилам поведения, а каждого – быть предупредительным и доброжелательным.

Постепенность при осуществлении режима помогает устранить утомительные для детей очереди и ожидания, позволяет каждому ребенку выполнять общий режим в темпе, соответствующем его особенностям.

Выполнение режима дня облегчается, если у ребенка выработаны положительные установки на сон, прием пищи, игру, трудовые мероприятия. Например, незадолго до обеда ребенок прекращает любые занятия, моет руки, слышит слова взрослых "сейчас будем обедать", садится за стол и таким образом настраивается на прием пищи.

Хорошо, если подготовка ко сну проходит спокойно, приносит ребенку приятные ощущения, осуществляется в виде определенного ритуала: малыш сам или с помощью няни готовит постель, проветривается комната, ослабляется освещение, ребенок надевает пижаму, поправляет подушку и одеяло. Можно разрешать детям брать с собой в постель любимую игрушку или куклу. Чтобы ускорить наступление сна; необходимо прекратить громкие разговоры и погасить верхний свет.

Режим включает в себя воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены. Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения специалисты рекомендуют использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, упражнения в выполнении действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним. Нужно добиваться от дошкольников точного и четкого выполнения действий, их правильной последовательности.

В младшем возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество. В старших группах постепенно все большее значение приобретают учебные мотивы. Ребята уже могут выполнять те или иные действия, руководствуясь словесной инструкцией. Однако для более успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжении периода дошкольного детства целесообразно сочетать словесный и наглядный способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки и символы. В процессе гигиенического воспитания и обучения детей старшего возраста педагог сообщает им разнообразные сведения: о значении гигиенических знаний и навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формирует у детей представления о пользе утренней гимнастики, физических представлений. Хорошо, если эти сведения дошкольники будут узнавать и закреплять в процессе чтения художественной литературы или во время рассказов по картинке, по прочитанному тексту сказок и т.п.

Для закрепления знаний и навыков личной гигиены желательно давать детям различные поручения, например, назначать санитаров для систематической проверки у сверстников состояния ногтей, рук, одежды, содержания личных вещей в шкафу. Навыки у детей достаточно быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы ребятам было интересно и чтобы они могли видеть результаты своих действий (кто-то стал значительно опрятнее, красивее; приятно обедать за чистым, красиво накрытым столом и т.п.).

Основой воспитания навыков детей является практическое обучение в процессе выполнения ими тех или иных гигиенических процедур или требований режима.

Процесс формирования навыков и сами навыки должны быть понятны младшим детям по содержанию и действиям, а старшим и по назначению. Дети должны знать, что они будут делать, как и для чего. Перед детьми 3-4 лет воспитатель тоже ставит конкретную задачу: «Будем мыть руки, чтобы они были чистые… Будем учиться правильно держать ложку… Вместе будем убирать игрушки…» и т.д. этим приемом воспитатель привлекает внимание детей к предстоящим действиям, вызывает интерес к ним. Вслед за поставленной задачей воспитатель показывает и объясняет действия, учит ему детей.

В воспитании навыков у детей младшей группы в процессе проведения режима одновременное применение показа и слова имеет решающее значение.

Детям средней, а особенно старшей группы, воспитатель сообщает элементарные сведения о гигиене тела, пользе чистоты и порядка, о требованиях к одежде и внешнему облику человека. Усвоение детьми элементарных сведений о гигиене содействует сознательному усвоению гигиенических навыков. Сообщая детям те или иные сведения, нужно раскрыть содержание отдельных понятий и требований и обязательно соотнести их с конкретным опытом и поведением детей, чтобы они не остались чисто словесными знаниями.

Некоторые неопытные воспитатели допускают ошибку, когда стремятся путем бесед «проработать программный материал» и не замечают, что представления детей расходятся с их поведением. Нужно учитывать, что те или иные сведения дети усваивают сравнительно легко, но сами по себе они еще не влияют на поведение детей.

В воспитании навыков при проведении режима воспитатель использует активность самих детей, постепенно развивает их самостоятельность. Воспитатель организует действия детей в таком темпе, чтобы не было суеты, торопливости или, наоборот, замедленности, длительного ожидания и в силу этого утомления детей, которое иногда выражается в отказе выполнять те или иные гигиенические процедуры. Темп выполнения тех или иных действий изменяется по мере овладения детьми навыками и развития их самостоятельности. Поэтому нельзя в младшей группе сразу требовать от детей, чтобы они делали все быстро, а прежде всего нужно научить детей навыкам самообслуживания и постепенно сокращать время на различные процедуры.

В воспитании навыков большое значение имеет упражнение. Суть упражнений заключается в том, что одно и то же действие многократно повторяется при одних и тех же условиях. Например, приучая детей самостоятельно одеваться, воспитатель в самом начале помогает им, объясняет, что одеваться или раздеваться надо в определенной последовательности и в процессе режима упражняет детей в запоминании этой последовательности. Иногда педагог использует игровые приемы и, организуя игру «Оденем куклу», предлагает детям сказать, что после чего нужно одевать. Тем самым он проверяет как дети усвоили порядок одевания, и дополнительно упражняет их в более твердом усвоении последовательности одевания. С детьми средней группы можно провести ряд игр-упражнений, в которых дети рассказывают о порядке использования тех или иных предметов. Например, игры в составлении рассказов. Воспитатель предлагает рассказать про себя и начинает: «Пришли мы в умывальную и что стали делать?» дети, не уловив суть игры, отвечают: «Стали мыть руки…». Воспитатель, продолжая игру, в шутливом тоне говорит «Замочили рукава и заплакали… Дети протестуют и постепенно рассказывают, дополняя друг друга, передавая весь процесс умывания или одевания. Иногда воспитатель проводит игру «Узнай, что я делаю» и показывает то или иное действие, а потом спрашивает, кто дальше загадает так, чтобы получился рассказ без слов. Эти и подобные игры требуют мысленного воспроизведения действий, их последовательности и помогают глубже осознать те или иные действия, входящие в состав навыка, а вместе с тем выполняют роль упражнений.

В воспитании навыков в течение дня педагог использует интерес детей и создает их активное заинтересованное отношение к выполнению тех или иных действий.

Источником непосредственного интереса иногда является новизна обстановки или какая либо внешняя причина. Например: при умывании душистое мыло, красивая чашка, и т.д. интерес создается и тем, что внимание ребенка и коллектива привлекается к красоте поступков самих детей: вот Оля и Маша прибрали игрушки, тщательно вытерли влажной тряпочкой пыль с полочки, красиво расставили там игрушки.

В воспитании навыков огромная роль принадлежит тем требованиям, которые предъявляет воспитатель детям. Требования подкрепляют навык, организуют детей, мобилизуют их внимание и вместе с тем позволяют педагогу осуществлять руководящую роль. Но требования не есть проявление воли или власти воспитателя, это есть способ воздействия на детей и организация их культурного поведения в течение дня.

Требования к детям прежде всего должны быть им понятны и посильны.

С первых дней педагог не должен снижать требования к детям, обязан помочь их выполнить. Нельзя маленькому ребенку предъявить все требования или сразу объяснить их. Дети 3-4 лет не запомнят их и торопливо, кое-как вымоют руки. Вот это кое-как и надо предупредить, потому что неточное выполнение требования приведет к образованию и закреплению отрицательных навыков и привычек, которые нужно будет разрушать, а это потребует усилий и от воспитателей и от детей. Поэтому не надо спешить, а последовательно показывать детям одно действие за другим, вызывать активное желание хорошо научиться мыть руки, лицо, убирать игрушки и т.д.

Особую осторожность следует проявлять в предъявлении требований, запрещающих те или иные действия, потому что тормозные процессы у маленьких детей недостаточно развиты. Исследования высшей нервной деятельности ребенка, проведенные под руководством А.Г.Иванова-Смоленского (работа с З.Г. Лавровой), показали, что чрезмерная нагрузка нервной системы тормозными требованиями может быть причиной нарушений деятельности нервной системы, что проявляется в общей апатичности, вялости, или, наоборот, приводит к ярко выраженному двигательному возбуждению детей.

Указания, предъявление требований детям достигают цели тогда, когда они даются уверенным, бодрым, ласковым, доброжелательным и вместе с тем требовательным тоном.

При проведении режима огромную роль играет словесная оценка отдельных поступков и поведения детей. В оценке должно быть раскрыто, за что хвалит или порицает воспитатель детей. Такая оценка становится критерием оценки поведения самими детьми, критерием самооценки. Вместе с оценкой педагог указывает пути изменения поступков или поведения и тем самым упражняет детей в выполнении детьми того или иного правила. Таким образом педагог, организуя культурно-гигиеническую обстановку, четкий режим жизни детей, применяя разнообразные средства и методы воспитания в их взаимосвязи, опираясь на активность, интерес и постепенно развивающуюся в процессе воспитания и обучения самостоятельность детей, предъявляя понятные детям требования и давая словесную оценку их поведения, добивается того, что дети усваивают навыки и требования к их поведению, и требования воспитателя становятся постепенно требованиями самих детей.

**5.Использование режимных процессов для решения воспитательных задач.**

Режим как относительно постоянный уклад жизни является одним из факторов воспитания и содействует формированию таких качеств личности, как: организованность, точность, ответственность, способность подчиняться требованиям взрослых, ориентироваться во времени.

Распорядок дня позволяет проводить воспитательную работу на протяжении всего времени пребывания детей в детском саду.

Всю работу можно подразделить на три основные вида: воспитательная работа в связи с выполнением режимных моментов – встреча детей, умывание, питание, проведение закаливающих процедур, сон, уход детей домой; организация разнообразной деятельности детей: игры, занятия, труд; организация взаимоотношений детей, формирование детского коллектива и поведения детей. Все эти виды воспитательной работы тесно взаимосвязаны, обусловлены общими задачами и программными требованиями детского сада.

Некоторые воспитатели детских садов, особенно молодые, не учитывают тех возможностей воспитательного воздействия, которые заключены в приучении детей к правильному выполнению режимных требований. А между тем и прием детей, и выполнение ими гигиенических требований, и сон, и питание содержат эти возможности.

В процессе выполнения режимных моментов воспитатель обучает детей навыкам культурного обращения с вещами, знакомит их с правилами поведения, правилами общения друг с другом и со взрослыми, приучает их к самостоятельности в обслуживании себя, к целесообразным, полезным действиям.

С проведением завтрака, обеда, ужина связано формирование культурно-гигиенических навыков. Однако для успешного и своевременного их воспитания необходимо соблюдать постоянство в условиях. Педагог учитывает, что существует прямая связь между сервировкой стола и воспитанием привычек пользования ложкой, вилкой, салфеткой. И, приучая, например, детей класть косточки из компота в блюдце, он всякий раз. Когда бывает компот, проверяет, поданы ли блюдца и ложки, а воспитывая у детей привычку пользоваться салфеткой, он добивается, чтобы салфетки были на столе во время завтрака, обеда и ужина.

Правильная организация умывания – это не только условие формирования культурно-гигиенических навыков: старший дошкольник может вполне самостоятельно тщательно умыться, привести себя в порядок, однако важно воспитывать при этом положительные взаимоотношения между детьми. В умывальной комнате дети всегда находятся в окружении сверстников. И воспитатель учит из проявлять внимание к тем, кто рядом, быть вежливыми, предупредительными. Например, посторониться, чтобы дать пройти товарищу, поднять упавшее полотенце и повесить на место, не отвлекаться, помня, что другие дети тоже должны своевременно умыться и сесть за стол, пропустить вперед дежурных, чтобы те начали вовремя выполнять свои обязанности.

Воспитывая нормы поведения за столом, педагог также учитывает, что, помимо привития детям культурно-гигиенических навыков, перед ним возникает целый ряд задач: формирование положительного отношения к сверстникам, культуры поведения в коллективе, скромности, вежливости, сдержанности. Для этого он использует разные ситуации.

Педагог формирует у детей внимательное, предупредительное отношение к сверстникам. Например, приучает детей подать товарищу тарелку с хлебом, к которой тот не может дотянуться, встать из-за стола, чтобы пропустить его на место, приподнять ложки, сложенные на тарелке, чтобы другому ребенку было удобнее поставить свою, и т.д. при этом взрослый разъясняет, почему следует поступать так, побуждает детей самих проявлять уважение к товарищам, к дежурным, которые трудятся для всех, помогают взрослым. Направить взаимоотношения детей с дежурными, подсказать поступки, в которых проявляется желание помочь,- одна из задач педагога. И от него не ускользает, поблагодарил ли ребенок своего сверстника за поданное блюдо, предложил ли кто-либо дежурному свою помощь, если тот своевременно не справляется со своими обязанностями.

Педагог организует работу дежурных так, чтобы она сочеталась с самообслуживанием. Выходя из-за стола, каждый ребенок должен задвинуть за собой стул, поставить свою тарелку на другие, перенести чашку с блюдцем в моечную.…Однако это не следует понимать так, что обед целиком организуется по принципу самообслуживания, и дети неоднократно встают из-за стола. Подобная организация вносит беспорядок, создает ненужный шум. Разумное сочетание работы дежурного с самообслуживанием каждого позволяет формировать у первых заботливое отношение к сверстникам, а у вторых – умение убирать за собой.

Важная задача, которая должна решаться во время еды, - воспитание уважения к хлебу. Это уважение не появляется у ребенка само собой. Педагог уже в младшей группе начинает приучать детей бережно относиться к хлебу. Он следит, чтобы хлеб к столу всегда был нарезан маленькими кусочками: пусть ребенок, если захочет, возьмет еще, но не оставляет недоеденное; внушает детям, что крошить, портить хлеб нельзя; предлагает им собрать крошки, чтобы покормить зимующих птиц. А старшим дошкольникам нужно объяснить, что хлеб – это результат огромного труда и относиться к нему нужно очень бережно. Сочетание разъяснений педагога с формированием опыта поведения поможет воспитать у детей уважительное отношение к труду хлебороба.

Режим, который отвечает биологическим и социальным потребностям ребенка, всегда четко выполняется, способствует регулированию самих потребностей. Так, правильно организованная трудовая и учебная деятельность, включающая разнообразные посильные нагрузки в рациональном сочетании с отдыхом не только обеспечивает сохранение устойчивой работоспособности и высокую продуктивность занятий, но и воспитывает у детей привычку и потребность трудиться, усидчивость, стремление к знаниям, любознательность.

Регулярность питания благоприятствует хорошему аппетиту, так как у ребенка через определенные промежутки времени появляется потребность в пище, а это способствует полноценному усвоению всех ее компонентов.

Дневной и ночной сон, организованный в одни и те же часы, формирует у ребенка привычку засыпать быстро, без каких-либо дополнительных воздействий, что является одним из важнейших условий спокойного, глубокого сна, в процессе которого происходит восстановление сил и последующей активности ребенка. Таким образом, рациональный режим способствует укреплению здоровья и оказывает положительное воспитательное воздействие на ребенка.

В распорядке жизни детей большое место должна занимать трудовая деятельность, применение знаний на практике. Воспитатель приучает детей добросовестно и охотно выполнять отдельные поручения, обязанности дежурных, поддерживать порядок в хранении игрушек, материалов.

Итак, каждый из элементов режима важен для формирования у детей культурно-гигиенических навыков, самостоятельности, организованности, культуры поведения в коллективе сверстников, трудолюбия и многого другого. Педагог понимает, что когда он поводит завтрак или гимнастику, готовит детей ко сну или помогает им одеваться, он не только выполняет требования режима, но и осуществляет задачи всестороннего воспитания. В этом проявляется комплексность и непрерывность воспитательного процесса.

**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-морюшко,

Серебряное донышко,

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 жалей.

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.

