**Консультация для начинающих воспитателей** «Организация режимных моментов во второй младшей группе»

Фундамент здоровья человека закладывается в раннем детстве. Поэтому для воспитания здорового человека, правильного формирования личности большое значение имеют условия его жизни, особенно в период дошкольного детства.

Этому и способствует правильно построенный режим, который предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течении суток, целесообразное чередование различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования:

1.Образовательная деятельность;

- регулярное питание;

- сон;

2. 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, вырабатывается условный рефлекс на время: есть, спать, гулять в одно и то же время. Своевременный отдых, правильная смена разных видов деятельности - главное и благоприятное условие нормального и своевременного развития ребенка.

**Методические приемы и правила организации режимных процессов**

При организации режима необходимо соблюдать определенные правила:

1. Каждый из режимных моментов должен проходить на фоне игры.

2. Осуществляя принцип последовательности и постепенности, предусматриваемый единство требований со стороны воспитывающих ребенка взрослых в детском учреждении и дома.

3. Создаем у детей определенный настрой на проведение того или иного процесса (не травмировать нервную систему).

4. Осуществление любого режимного процесса должно протекать без суеты, не причиняя детям неприятных ощущений. Взрослые должны сопровождать свои действия ласковой, неторопливой речью.

5. При проведении любого режимного процесса формируем уверенность ребенка в том, что все получится, он сумеет выполнить то или иное действие до конца, необходимо заметить то новое, чему ребенок научился и т. д.

6. Необходимо помнить о гигиенических требованиях: к помещениям (соблюдение графика влажной уборки, проветривание), к размеру мебели в соответствии с ростом; к внешнему виду детей и взрослых; к процессу кормления.

7. Необходимо соблюдать индивидуальное общение и подход к детям.

**Организация и методика проведения режимных моментов и их значение в воспитательном процессе.**

**Первая половина дня.**

**7.00.** –проветривание помещений в отсутствии детей (см. график проветривания в группе).

Подготовить настольно – печатные дидактические игры (игры на развитие мелкой моторики). Дети подходят, присоединяются к игре.

**7.30.-** опрос родителей о состоянии здоровья детей (сыпь, температура).

**8.10**. – утренняя гимнастика (см.карточку). Один комплекс утренней гимнастики планируется на 2 недели (в план работы вписывать комплекс утренней гимнастики, номер карточки) *Организация утренней гимнастики*. Утренняя гимнастика снимает остаточное торможение после ночного сна; обеспечивает тренировку всех мышц, что способствует воспитанию хорошей осанки; подготавливает организм ребенка к последующим нагрузкам. В этом возрасте важно заинтересовать детей каждодневной утренней гимнастикой. Для этого применяем забавные прибаутки, стишки, потешки.

- После гимнастики берем стульчики, ставим на коврике.

**Гигиенические процедуры**: Туалет. Мытье рук (водичку открываем тонкой струйкой, делаем «мыльные перчатки», хорошо смываем мыло, лишнюю водичку отжимаем.)

*Художественное слово:*  «Мыло белой пеной пенится, руки мыть не ленится и грязь куда –то денется»,

«Полотенчико берем, вытрем каждый пальчик и повесим полотенце каждое в свой шкафчик».

Уже к двум годам у ребенка должно быть сформировано чувство чистоты своего тела.

*Навык мытья рук.* Учим детей принимать участие в умывании - подставлять руки под струю воды, учим мыть руки, к 2-м годам с помощью взрослого (который засучивает рукава, подскажет, как мылить руки, а также вытираться) ребенок может вымыть руки сам. На 3-ем году эти навыки совершенствуются и ребенка начинаем приучать также с помощью и под контролем взрослого к самостоятельному умыванию: мыть руки, лицо, сухо вытирать индивидуальным полотенцем. Для успешного воспитания культурно-гигиенических навыков необходимо систематическое их подкрепление.

Пальчиковые игры. Работа по звуковой культуре речи. Беседы о воспитании культурно – гигиенических навыках.

Особое значение в режиме имеет методически правильная *организация процесса кормления.* Воспитатель во время еды сообщает детям знания и расширяет представления, и их словарный запас. Ласково обращаясь к детям, он сообщает им названия блюд, их качество и состояние: сладкая, вкусная, горячая, соленая и др.

Перед едой дети приводят в порядок свою одежду, тщательно моют руки, дежурные принимают посильное участие в сервировке стола. Каждый ребенок имеет постоянное место за столом.

Педагог обращает внимание на нравственное воспитание, основываясь на подражательности, развиваем навыки детей в соответствии с требованиями программы. С раннего детства необходимо воспитывать правильное поведение во время еды: есть молча, не мешать другим, быть аккуратными и др.

Педагог формирует положительное отношение к процессу еды, к еде. Детей нельзя кормить насильно.

*Сервировка стола:*

Требования: в группе 2-го года жизни - чтоб стол был чистым; на 3-ем году жизни - обязательны салфетки (бумажные, матерчатые, хлебницы. Где есть возможность -скатерти, индивидуальные салфетки. Со второй половины года ставим на стол 3-е блюдо (компот). Дети быстро привыкают и едят аккуратно. Взрослые должны уметь правильно докармливать детей: взять стульчик, сесть рядом, чистой ложкой (другой). Большое значение имеет положительный пример взрослого.

**8.30. Завтрак.**

У: Сидим красиво, ножки «дружные», «приклеили» к полу, спина касается спинки стула. Называем блюдо, из чего приготовлено.

Наблюдать за тем, чтобы правильно держали ложку, поправлять (Матвей Ч. и др.).

**8.55.** – выйти в раздевалку, проветрить помещение.

**9.00. – непосредственно образовательная деятельность – в плане пишем НОД** (см. сетку). Накануне в тихий час подготовить в материал (игрушки, картинки и др.)

Перед **музыкальной деятельностью** одеваем чешки, перед **физической культурой** одеваем форму и чешки (в понедельник – утро, четверг - вечер).

После НОД – самостоятельная деятельность детей.

**10.00.** – Туалет. Сбор на прогулку. В соответствии с СанПиН воспитатель выходит с половиной группы детей, остальных выводит помощник воспитателя.

*Навык одевания и раздевания.*  Ребенок должен принимать участие в раздевании: снимать ботинки, носки, шапку (по просьбе взрослого малыш нагибает голову, протягивает руку). К 2-м годам дети должны научиться снимать расстегнутые взрослым части одежды (ботинки, колготки), и с небольшой его помощью надевать, (натягивать, отдельные части своей одежды, понимать назначение одежды, называть ее. К 3-м годам ребенок должен одеваться и раздеваться с небольшой помощью взрослых: снимать и надевать одежду в определенной последовательности, развязывать шнурки, расстегивать и застегивать спереди пуговицы, складывать одежду, замечать неполадки (спущенные колготки, расстегнутую пуговицу и др., и с помощью взрослого приводить себя в порядок.

*Сбор детей на прогулку* (как и возвращение) представляет собой особую сложность в режиме дня. Ежедневно на одевание детей персонал затрачивает около 15% рабочего времени. Поэтому важно рационально организовать этот момент. В группах раннего возраста занятия проводятся по подгруппам и следовательно, сбор детей на прогулку также. Чтобы ускорить этот процесс, можно использовать так называемый фронтальный метод одевания детей.

Перед тем, как дети пойдут одеваться, необходимо:

- дать установку на предстоящую деятельность;

- предложить детям убрать на место игрушки, проверить с детьми порядок в группе;

- напомнить и уточнить с детьми правила поведения в раздевальной комнате.

Для самостоятельного одевания детей необходимо создать удобную обстановку: каждый ребенок должен сидеть около своего шкафчика, следует следить за тем, чтобы дети не разбрасывали свою одежду, а брали ее постепенно, по мере последовательности одевания, и не забывали убрать сменную обувь в шкаф. В процессе одевания поддерживать с детьми разговор с целью уточнения и закрепления названий одежды, ее назначения, название отдельных деталей одежды, закреплять и активизировать словарь детей (рукав левый, правый, пуговицы, левый-правый ботинок).

Перед выходом на прогулку большинства одевшихся детей обратить их внимание на внешний вид.

***Прогулка.*** *Наблюдение.* Привлекать внимание детей к объектам окружающего мира. Труд. 3 - 4 человека. Индивидуальная работа по развитию движений и подвижные игры (см. план инструктора по физической культуре). Самостоятельная игровая деятельность (игры с песком). К выносному материалу добавить машинки.

**11.30.** – возвращение с прогулки.

*Организация дневного сна* Дневной сон необходим для правильного развития детей дошкольного возраста. Он обеспечивает отдых после длительного периода активного бодрствования, а также накопление ребенком сил и энергии для дальнейшей деятельности во второй половине дня. Сон должен проходить в хорошо проветренном помещении, защищенном от прямого попадания солнечных лучей и яркого света.

Важно помнить, что дети лучше настраиваются на сон, если во время подготовки к нему в группе создается спокойная обстановка. Для этого детей приучают спокойно совершать послеобеденный туалет, раздеваться и аккуратно складывать одежду, не бегать, не говорить громко.

*Вторая половина дня.*

Планирование осуществляется в соответствии с циклограммой.

15.00. Постепенный подъем детей, создание спокойной обстановки.

**Пятница –** хозяйственно – бытовой труд - мытье игрушек. (со средней группы), детей привлекаем к посильному труду (например, вытирать игрушки на сухо, чистой тряпкой). Моем игрушки в мыльном растворе (намыливаем тряпочку и отжимаем в воду).