

Людмила Викторовна Садретдинова,

заведующий, почётный работник общего образования РФ, МБДОУ «Детский сад № 26 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально-личностному развитию детей», г. Новокузнецк

Татьяна Анатольевна Весёлкова,

воспитатель, МБДОУ «Детский сад № 26 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально-личностному развитию детей», г. Новокузнецк

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ОСУЩЕСТВЛЯЕМАЯ В ХОДЕ РЕЖИМНЫХ МОМЕНТОВ

Правильно составленный режим дня имеет большое гигиеническое и педагогическое значение. Ежедневно повторяясь, он приучает организм ребёнка к определённому ритму, обеспечивает смену деятельностей (игровой, учебной, трудовой), тем самым предохраняет детскую нервную систему от переутомления. Его выполнение способствует формированию культурно-гигиенических навыков, воспитанию организованности и дисциплинированности.

Точное выполнение режима воспитывает у детей чувство времени. Таким образом, режимные требования, установленные в соответствии с задачами воспитания и возрастными особенностями дошкольников, способствуют воспитанию здоровых, бодрых, деятельных и дисциплинированных детей и позволяют успешно решать задачи всестороннего развития и подготовки их к школе.

Место, занимаемое той или иной деятельностью, и время, отведённое для неё в режиме, определяется возрастом детей. Так, в младших группах значительное время отводится на бытовые процессы. Затем оно сокращается, но увеличивается время на другие виды деятельности. Игре как основному виду деятельности дошкольников в детском саду отводится много времени: до завтрака и после него, в перерывах между занятиями, после дневного сна, на дневной и вечерней прогулках. Воспитатель должен создать детям условия для всех видов игр.

УЧЕНИЕ С УВЛЕЧЕНИЕМ

Во всех группах предусмотрено время для занятий, длительность которых постепенно увеличивается.

Специальное время отводится и для трудовой деятельности детей (уход за растениями и животными в утренние часы, занятия по труду, работа на участке и т.д.). От группы к группе она несколько возрастает, однако, всегда занимает в режиме дня значительно меньшее место, чем игра и обучение.

Дети дошкольного возраста могут соблюдать необходимый для правильного развития режим дня только под руководством взрослых. Организатор правильного режима в каждой возрастной группе — воспитатель. Он проводит постоянную кропотливую работу по приучению детей к выполнению режима, ведя их от первых шагов в усвоении режимных требований к самостоятельности.

В настоящее время в соответствии с ФГТ предъявляются особые требования к организации режимных моментов, в ходе которых обязательно должна осуществляться образовательная деятельность. Следовательно, необходимо рассмотреть её содержание и особенности организации в ДОО.

Первая половина дня

Приём детей

Большое значение в организации всего дня имеет утренний приём детей, проводимый в тёплый период времени на воздухе. Каждый воспитатель имеет возможность занять и заинтересовать всех детей, пообщаться с родителями, определить состояние и настроение воспитанников.

В работе с младшими дошкольниками воспитатели используют игровые приёмы, стараясь привлечь внимание детей, воспитывают культуру поведения — учат здороваться, интересоваться самочувствием другого человека, заботиться друг о друге. В утренний отрезок времени также целесообразно постепенно учить детей ухаживать за зелёным уголком и его обитателями (поливать растения, протирать листья). Обычно такая работа организуется с первыми пришедшими в группу детьми.

В старшем дошкольном возрасте можно предложить детям статьи из газет, журналов, рассказывание историй из личного опыта о необходимости соблюдать правила личной гигиены, этических нормах и правилах и других событиях, происходящих в городе, стране.

В этот отрезок времени иницируются сюжетно-дидактические, сюжетно-ролевые и строительные игры, проводится индивидуальная работа. Организуя самостоятельную деятельность детей, педа-

гоги с помощью вопросов, предложения разнообразного игрового материала активизируют саморазвитие ребёнка на основе знаний, полученных в процессе учебной и совместной деятельности; способствуя развитию познавательной активности в разных видах деятельности, формированию уверенности в себе, чувства собственного достоинства и активизации внутригруппового общения детей.

Воспитателям достаточно создать развивающую среду на основе активности и интересов детей, а ребёнок сам выберет деятельность исходя из своих потребностей. Большой акцент в современных ДОО делается на наличие и регулярную смену развивающих игр, игр-головоломок, настольно-печатных игр, большое внимание уделяется созданию условий для экспериментирования, опытно-исследовательской работы, моделирования, для самостоятельного рисования, конструирования, лепки, драматизаций, изготовления коллективных работ. Всё это даёт возможность ребёнку проявить пытливость ума, самому добиваться решения задачи и увидеть результат.

Для выбора детьми вариантов самостоятельной деятельности утром можно предложить:

- развивающие игры с вариантами и разной степенью сложности;
- пособия для организации двигательной деятельности и спортивных игр;
- пособия для художественно-речевой деятельности (иллюстрированный материал, книги, музыкальные аудиозаписи, детские музыкальные инструменты, пособия для ручного труда, рисования, лепки, аппликации, с последующим использованием результатов труда в играх);
- набор эпизодически меняющихся нестандартных предметов.

Утром самое благоприятное время для организации эвристических бесед, в которых познавательные задачи решаются при помощи рассуждений. Воспитатель должен руководить ходом рассуждения, направляя мысли детей в нужное русло. Например, обсудить, почему было скользко идти в детский сад, вспомнив о потеплении с вечера и утреннем морозе, в связи с чем появляется ледяная наст.

Утренняя гимнастика

Особое внимание следует уделить мотиву: «Сильным хочешь быть и смелым? По утрам зарядку делай!». По окончании зарядки вместе с детьми скажите: «Здоровье в порядке? Спасибо зарядке!». Проводите утреннюю гимнастику ежедневно в определённое время.

Подготовка к завтраку, завтрак

Важный воспитательно-образовательный момент — приём пищи, с целью развития познавательной активности, любознательности,

перед завтраком целесообразно организовать развивающие игры типа «Что повар приготовил?», «Съедобное-несъедобное», «Чем полезнее?», «Угадай, из чего?», дидактические игры и беседы о пользе продуктов для здоровья, о разнообразии блюд.

Организуются словесные и хороводные игры, чтение коротких рассказов о культуре поведения за столом, необходимости соблюдения правил личной гигиены перед приёмом пищи, полезности продуктов питания.

Подготовка к приёму пищи начинается с игровой деятельности с детьми и организации дежурства. Благоприятный период для индивидуальной работы — сервировка стола: можно предложить ребёнку логическую задачу, проблемную ситуацию, создать неправильную сервировку и попросить подумать, всё ли сделано верно.

Начиная со средней группы, целесообразно изготовить схему и последовательность сервировки, которую располагают перед глазами детей. Дежурство детей начинается с индивидуальных поручений со второй половины учебного года во 2-й младшей группе.

После завершения сервировки стола каждый ребёнок ставит стул на своё место. После чего организуется поточный метод мытья рук с соблюдением последовательности всех операций (закатать рукава, открыть кран, намылить руки, смыть пену, закрыть кран, вытереть руки своим полотенцем). Воспитателю следует привлечь внимание детей к приёму пищи (обговорить название блюд, их полезность). И конечно, пожелать друг другу: «Приятно аппетита!».

Во время приёма пищи необходимо следить за осанкой детей. После приёма пищи необходимо организовать уборку столовых приборов (дети относят только чашки, остальную посуду убирает младший воспитатель), а также обратить внимание детей на правила этикета — умение благодарить (спасибо, было очень вкусно, спасибо большое и т.д.).

Если работа с детьми поставлена на должном уровне, то даже дети первой младшей группы могут сказать заглянувшему во время завтрака гостю, что «кушали салат с луком, чтобы не болеть».

Подготовка к занятиям

Привлекать детей к подготовке к занятиям и уборке оборудования следует со 2-го полугодия 2-й младшей группы.

Подготовка к прогулке, прогулка

Три-четыре часа в день дети проводят на улице, а в летний период вся жизнь детей в ДООУ организуется на воздухе. Перед выходом

на прогулку воспитатель обычно обсуждает с детьми, чем будут заниматься, какое оборудование возьмут.

Перед выходом в раздевалку следует проследить, чтобы все дети посетили туалетную комнату, а также обратить внимание на порядок в группе, напомнить правила поведения в раздевалке (одеваемся постепенно, каждый возле своего шкафа, не толкаемся, просим друг друга и взрослых о помощи, все вещи сразу не достаём, сначала снимаем обувь, ставим в шкаф). Постепенному и последовательному одеванию детей на прогулку следует обучать уже с первой младшей группы. Для того чтобы требования семьи и ДОО были едины, необходимо провести консультации с родителями.

Чтобы прогулка принесла пользу разностороннему развитию детей, на воздухе организуются наблюдения в природе, уборка участка, труд на огороде, цветнике, изготовление и ремонт игрушек, игры.

На прогулке целесообразно организовывать элементарную поисковую деятельность — совместную работу воспитателя и детей, направленную на решение познавательных задач. Поисковая деятельность начинается с постановки познавательной задачи и принятия её детьми. Затем осуществляется её анализ, выдвигаются предположения, отбираются способы их проверки, формулируется вывод.

Важным условием постановки познавательных задач является создание проблемных ситуаций. Такие ситуации возникают, когда задача поставлена, но сразу решить её дети не могут.

Летом, благодаря выдумке педагогов, на групповых верандах оформляют изостудии, фитобары с целебным чаем из лекарственных трав и рассказом о пользе растений, мини-лаборатории для проведения элементарных опытов.

В зимнее время уместно сооружение построек из снега, опыты и задания со снегом от медвежонка Умки (по технологии ТРИЗ, изготовление цветных льдинок для украшения построек).

Всё это развивает у детей умение планировать свою деятельность, предвидеть результат и добиваться цели.

С целью создания условий для развития познавательной активности, ежедневно выносятся пособия для игр с песком, снегом; куклы, одетые по сезону; различный бросовый материал (колышки, разноцветная бечевка, кусочки фанеры, ткань, бруски); пособия, игрушки, маски для организации деятельности детей с разными типами двигательной активности.

Эпизодически выносятся развивающие дидактические игры; настольно-печатные игры (в зависимости от сезона); специальные

Л.В. Садретдинова, Т.А. Весёлкова. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов

пособия для развития продуктивных видов деятельности; пособия, инвентарь для развёртывания сюжетно-ролевых и театрализованных игр.

Полезно включение в прогулку распознающих наблюдений, когда необходимо установить свойства объектов, например, отличить спелые ягоды от незрелых; сравнительных наблюдений (при сопоставлении 2–3 объектов). Чтобы установить причины и связи между явлениями природы, на прогулке используют элементарные опыты.

Во время игровой деятельности дети с удовольствием откликнутся на предложение педагога поиграть в сказочников, используя игры-схемы знакомых сказок и рассказов. Такой материал способствует развитию мыслительной и речевой активности, развитию наблюдательности, умения пользоваться символикой, схемами, делать выводы. Успешно используются в работе с детьми дидактические игры «Из прошлого вещей», «Чем было, чем стало?», развивающие пытливость ума.

Подготовка к обеду, обег

Организация сна детей

В процессе подготовки ко сну необходимо приучать детей вести себя спокойно, громко не разговаривать. Обстановка в группе должна быть расслабляющей. С этой целью можно включить тихую музыку. Во время раздевания следует воспитывать аккуратность, бережное отношение к одежде, а также развивать самостоятельность, побуждать детей к оказанию взаимопомощи.

Вторая половина дня

Организация подъёма детей

Дети должны пробуждаться постепенно. Лёжа на кровати, они выполняют «весёлую побудку» (сухой массаж, упражнения на потягивание, лёжа на спине, животе, сидя). Затем стоит походить босиком по ребристым дорожкам, массажным коврикам, умыться, вымыть руки до локтя и сделать ушную гимнастику. И, разумеется, одеться.

Продолжительность оздоровительных мероприятий — 7–10 минут. В спальнях есть «уголки здоровья», где помещены цветные плакаты с изображением частей тела, эмоциональные полянки, спортивные уголки с иллюстрациями и схематичными изображениями спортсменов и разных видов спорта. Это всё заставляет ребёнка задуматься, поразмышлять и побеседовать с воспитателем и сверстниками о возникших вопросах, найти предположения и выбрать из них верные ответы.

Организация игровой деятельности детей

В режиме дня выделено несколько периодов игры: во время утреннего приёма, в промежутке между завтраком и занятиями, на дневной и вечерней прогулке, в групповой во второй половине дня. Воспитатель помогает детям выбрать игру, учитывая время и смену видов деятельности. Во второй половине дня в групповой организуются драматизации, строительные, сюжетно-ролевые игры. В групповых комнатах оформлены «уголки красоты», где размещены красивые и необычные предметы — произведения искусства, игрушки, предметы быта, выставки игрушечной техники. В уголках постоянно появляется что-то необычное, и нужно успевать рассмотреть предметы и узнать о них как можно больше от педагога и родителей.

Подготовка к полднику, полдник

Непосредственно образовательная деятельность детей

Продолжительность непосредственной деятельности ДООу общеобразовательного вида составляет:

- для детей 4 лет — не более 15 мин.
- для детей 5 лет — не более 20 мин.
- для детей 6 лет — не более 25 мин.
- для детей 7 лет — не более 30 мин.

В середине непрерывно образовательной деятельности необходимо проводить физминутку. Перерывы между периодами НОД должны быть не менее 10 мин.

Непосредственная образовательная деятельность с детьми среднего и старшего дошкольного возраста может организовываться во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2–3 раз в неделю и продолжительностью не более 25–30 минут.

Непосредственная образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должна занимать не менее 50% общего времени, отведённого на НОД.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует проводить в первой половине дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник и среда).

В середине года (январь-февраль) для воспитанников рекомендуется организовывать недельные каникулы, во время которых проводится образовательная деятельность оздоровительно-эстетического цикла.

В каникулы и летний период следует организовывать спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, увеличивать продолжительность прогулок.

Подготовка к прогулке, прогулка

Подготовка к ужину, ужин

Соблюдение режима дня имеет большое значение в жизни любого человека. Если для взрослого это залог хорошего самочувствия и результативности работы, то для ребёнка — важное условие развития и адаптации к окружающей среде. Поэтому не случайно особое внимание в настоящее время уделяется разработке режима пребывания детей в ДОО в соответствии с новыми санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, а также ФГТ к структуре общеобразовательной программы ДОО.

Необходимым условием, обеспечивающим укрепление здоровья детей, является организация правильного режима дня, главный принцип которого — соответствие возрастным психофизическим особенностям ребёнка.

Правильно построенный режим предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна детей в течение суток, целесообразное чередование различных видов деятельности и отдыха, а именно:

- определённую продолжительность непосредственно образовательной деятельности, труда и рациональное сочетание их с отдыхом;
- регулярное питание;
- полноценный сон;
- достаточное пребывание детей на воздухе.

Примерный режим дня есть во всех образовательных программах, реализуемых в ДОО. На его основе администрация и старшая медсестра разрабатывают режим дня для каждой возрастной группы, который утверждается подписями руководителя ДОО и старшей медсестрой.

Режим дня в ДОО должен быть вариативным, учитывать все возможные ситуации: плохую погоду, отсутствие достаточного количества персонала, желание родителей приводить и забирать ребёнка в удобное для них время, карантины и периоды повышенной заболеваемости. Такой режим принято называть гибким, так как он разрабатывается на основе системы быстрого реагирования на внезапно изменившуюся ситуацию.

Режим дня на случаи неблагоприятных погодных условий составляется старшим воспитателем в начале учебного года. Группам выделяется конкретное помещение для организации прогулки (физкультурный зал, музыкальный зал) и определяется её время. Дети находятся в нём около 40 минут. Воспитатель организует развивающие и подвижные игры.

В дни карантинов и повышенной заболеваемости в режиме дня увеличивается продолжительность пребывания детей на свежем воздухе, предусматривается время для проведения специальных лечебно-профилактических процедур, уменьшается объём непосредственно образовательной деятельности с повышенными физическими и интеллектуальными нагрузками. Данный режим дня разрабатывается врачом, старшей медсестрой совместно со старшими воспитателем.

При недостаточном количестве персонала (отсутствие младшего воспитателя) оптимальным выходом из ситуации является подключение на определённые часы специалистов (музыкального руководителя, инструктора по физкультуре). Они организуют игры и другую деятельность, а воспитатель занимается уходом за ними и хозяйственными вопросами.

Время проведения каникул определяется на основании изучения утомляемости воспитанников и учёта заболеваемости детей. Технологический режим «Каникулы» представляет собой набор сценариев деятельности детей на 3–5 дней. В эти дни организуются мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности и деятельности, располагающей детей к художественному творчеству.

Необходимо помнить, что особое место в режиме дня занимают:

- утренняя гимнастика;
- гимнастика после сна;
- физкультминутки в процессе непосредственно образовательной деятельности и в перерывах между разными видами организованной образовательной деятельности;
- досуги и праздники;
- индивидуальная работа с воспитанниками;
- самостоятельная деятельность детей.

Взяв за основу режим, составленный и утверждённый администрацией учреждения с учётом основной общеобразовательной программы, каждый педагог обязан адаптировать его для воспитанников своей группы. При этом должны учитываться следующие факторы.

Образовательный процесс ведётся непрерывно, в течение всего дня, а не только в периоды непосредственно образовательной деятельности. По ходу всех режимных моментов (кроме времени, отведённого на сон) должны решаться задачи разных образовательных областей «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», «Социализация», «Труд», «Познание», «Коммуникация», «Чтение художественной литературы», «Художественное творчество», «Музыка».

При составлении режима учитываются возраст и их индивидуальные психологические особенности, программа, по которой работает ДОУ.

Режим должен строиться на основе традиций, сложившихся в данной возрастной группе, и с учётом времени года.

Несмотря на то, что режим должен быть гибким, неизменным должно оставаться время, отведённое на прогулку, приём пищи и сон. Каждый день необходимо предусматривать время для чтения художественной литературы.

Составлять режим дня следует на каждый день для каждой возрастной группы в отдельности.

Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3–7 лет составляет 5,5–6 часов.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста составляет 12–12,5 часа, из которых 2–2,5 часа отводится дневному сну.

Ежедневная продолжительность прогулки детей не менее 4–4,5 часа. При температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Для детей 5–7 лет при температуре ниже воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с прогулка не проводится.

Организация режима должна строиться в соответствии с действующими нормативными документами, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, социального заказа родителей, предусматривать личностно-ориентированные подходы к проведению всех видов детской деятельности.

Таким образом, организуя режимные моменты и всю деятельность ребёнка в ДОО, необходимо стремиться к тому, чтобы содержание этой деятельности носило поисковый характер. Учитывая специфику жизненного опыта ребёнка, формирование познавательной активности следует связывать как с реальными действиями, так и с более сложными — умственными задачами.

И долг каждого педагога — не только отвечать детям на их бесконечные вопросы, но и активно побуждать их пытливость ума, чтобы количество вопросов, задаваемых детьми, росло.

