|  |
| --- |
| **Виды деятельности по присмотру и уходу за детьми, организация образовательной деятельности в режимных моментах**  |
| ***Режимные моменты (процессы)*** | ***Особенности организации*** | ***Образовательная деятельность*** |
| Утренний приемСанитарно-гигиенические процедуры | Приём детей может проходить как на воздухе, так и в помещении. В хорошую погоду прием детей в любое время года желательно проводить на свежем воздухе. Воспитателем заранее продумывается, организация деятельности детей в период от приема до подготовки к завтраку. Закончив прием детей, педагог проверяет работу дежурных по уголку природы и приглашает детей на утреннюю гимнастику. После гимнастики идет подготовка к завтраку. Дежурные ставят столы, остальные дети постепенно, по пять-шесть человек, идут умываться.Режим в детском саду строится с таким расчетом, чтобы длительные прогулки, шумные игры заканчивались примерно за полчаса до еды. Это время используется для спокойных игр и занятий. Перед приемом пищи дети тщательно моют руки, а если нужно, и лицо. Первыми умываются те, кто ест медленнее; они садятся за стол и приступают к еде, не ожидая остальных. Количество времени, отведенное на игры, занятия, прогулки, а также чередование различных видов деятельности не меняются. После игр и занятий, требующих значительного умственного и волевого напряжения, относительной неподвижности, детям нужна деятельность подвижного характера, не связанная с большими усилиями. После энергичных движений, сильного возбуждения отдыхом для детей будут спокойные игры.Основные принципы организации питания:* адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей;
* сбалансированность рациона;
* максимальное разнообразие блюд;
* высокая технологическая и кулинарная обработка;
* учет индивидуальных особенностей.

Ежедневное ведение накопительной ведомости позволяет вести учет ежедневного расхода продуктов на одного ребенка в течение месяца. Расчет пищевой ценности рациона (содержание белков, жиров и углеводов) и его энергетической ценности (калорийности) проводится один раз в месяц по данным среднемесячного количества продуктов, выданных на каждого ребенка. Контроль за соблюдением натуральных норм продуктов и проведение С-витаминизации готовой пищи осуществляется старшей медсестрой.Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой вкусовых качеств блюд. Обеспечивается контроль за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока, правильной организацией питания. Все продукты поступают и принимаются в МДОУ только при наличии гигиенического сертификата соответствия. | - сюрпризные моменты;- планирование деятельности;- чтение,слушание и обсуждение;- использование художественного слова;- наблюдение на участке и в помещении: за трудом взрослых, за природными явлениями;- ситуативный диалог, разговор;- рассказывание из опыта;- артикуляционная игра;- рассматривание книг, открыток, альбомов, иллюстраций, произведений художественного творчества;- ситуативные беседы при проведе­нии режимных моментов, подчеркивание их пользы;- действия по словесному указанию;- поручения и задания, дежурства;- презентация меню;- сервировка стола;- ознакомление с правилами этикета;- самооб­служивание; помощь взрослым;- работа с календарем;- словесные игры;- участие в расстановке и уборке инвентаря и оборудования для организованной образовательной деятельности; - создание речевой ситуации общения;- участие в построении конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования); - ознакомление с правилами безопасного поведения при проведении режимных моментов;- называние трудовых действий и гигиенических процедур, поощрение речевой активности детей;- использование музыки в повседневной жизни детей, в игре, в досуговой деятельности;- привлечение внимания детей к оформлению помещения, привлекательности оборудования, красоте и чистоте окружающих помещений, предме­тов, игрушек;- чтение потешек, загадок, стихов, поговорок, речевок; |
| Подготовка к приему пищи и прием пищи |
| Прогулка | Одевание детей на прогулку организуется так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого создаются соответствующие условия. У каждой группы есть просторная раздевальная комната с индивидуальными шкафчиками и достаточным числом банкеток и стульчиков, чтобы ребенку было удобно сесть, одеть рейтузы или обувь и не мешать при этом другим детям.Когда большинство детей оденется, воспитатель выходит с ними на участок. За остальными детьми следит помощник воспитателя, затем провожает их к воспитателю. Выходя на прогулку, дети могут сами вынести игрушки и материал для игр и занятий на воздухе. С целью сохранения здоровья детей, выход на прогулку организуется по подгруппам, а ее продолжительность регулируется индивидуально в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями. Относительно слабо закаленные или пришедшие в группу сразу после перенесенного заболевания дети выходят на участок при температуре воздуха не ниже -13-15°. Прогулка является одним из эффективных средств закаливания организма дошкольников, направлена на оздоровление, реализацию естественной потребности детей в движении и включает в себя наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельную игровую, продуктивную деятельность, индивидуальную работу по всем основным направлениям развития детей (познавательно-речевому, физическому, художественно-эстетическому и социально-личностному).Прогулка организуется 2-3 раза в день (в теплое время года): в утренний прием, в первую половину дня до обеда, во вторую половину дня перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже – 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже – 15 градусов для детей до 4 лет, а для детей 5 – 7 лет при температуре воздуха ниже – 20 градусов.Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если непрерывная образовательная деятельность была связана с долгим сидением детей. Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений. Примерно за полчаса до окончания прогулки воспитатель организует спокойные игры. Затем дети собирают игрушки, оборудование. | - игровая деятельность;- познавательная беседа;- экскурсия, целевая прогулка;- создание речевой ситуации общения; - свободные диалоги с детьми в играх, наблюдениях, при восприятии картин, иллюстраций, мультфильмов; ситуативные разговоры с детьми; называние трудовых действий и гигиенических процедур, поощрение речевой активности детей; обсуждения (пользы закалива­ния, занятий физической культурой, гигиенических процедур);- использование музыки в игре, в досуговой деятельности, на прогулке;- привлечение внимания детей к разнообразным звукам в окружающем мире;- использование, создание ситуаций для развития у детей доброжелательного отношения к сверстникам, выдержки, целеустремленности;- создание ситуацийпедагогических, морального выбора;- беседы соци­ально-нравственного содержания, - специальные рассказы воспитателя детям об интересных природных явлениях, о выходе из трудных ситуаций;- ситуативный разговор; |
| Закаливающие, оздоровительные процедуры | Необходимыми условиями решения одной задач по охране жизни и укреплению здоровья детей являются:- создание в ДОУ безопасной образовательной среды[[1]](#footnote-1);- осуществление комплекса психолого-педагогической, профилактической и оздоровительной работы;- использование комплексной системы диагностики и мониторинга состояния здоровья детей.*Психолого-педагогическая работа* направлена на формирование культуры здоровья воспитанников и включает в себя формирование культурно-гигиенических навыков и первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека. *Профилактическая работа* включает в себя систему мероприятий и мер (гигиенических, социальных, медицинских, психолого-педагогических), направленных на охрану здоровья и предупреждение возникновения его нарушений, обеспечение нормального роста и развития, сохранение умственной и физической работоспособности детей.*Оздоровительная работа* предполагает проведение системы мероприятий и мер (медицинских, психолого-педагогических, гигиенических и др.), направленных на сохранение и (или) укрепление здоровья детей.Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы ДО, со строгим соблюдением методических рекомендаций.Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.Объем лечебно-оздоровительной работы и коррекционной помощи детям (ЛФК, массаж, занятия с логопедом, с психологом и другие) регламентируют индивидуально в соответствии с медико-педагогическими рекомендациями.***Основные требования к организации закаливания***- создание позитивного эмоционального настроя;- учет возрастных и индивидуальных особенностей состояния здоровья и развития, степени тренированности организма ребенка;- проведение закаливающих воздействий на фоне теплового комфорта ребенка; - использование в комплексе природных факторов и закаливающих процедур; обеспечение воздействия природных факторов на разные участки тела: различающихся и чередующихся как по силе, так и длительности- соблюдение постепенности в увеличении силы воздействия различных факторов и непрерывности мероприятий закаливания (при этом вид и методика закаливания изменят в зависимости от сезона и погоды);- соблюдение методики выбранного вида закаливания. | - комплексы закаливающих процедур (элементы закаливающих процедур - утренний прием на свежем воздухе, умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;солнечные ванны, питьевой режим, оздоро­вительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым при­емом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны и др.);- оздоровительный бег- утренняя гимнастика;- корригирующая, дыхательная, пальчиковая гимнастика;- упражнения и подвижные игры в первой и во второй половине дня;- обсуждения пользы закалива­ния, занятий физической культурой, гигиенических процедур;- использование музыки при проведении утренней гимнастики; |
| Дневной сон | Спокойное состояние, необходимое малышу перед засыпанием, создается воспитателем уже в конце прогулки, поддерживается во время обеда и подготовки ко сну. Полноценный сон детей является одним из важнейших факторов их психофизиологического благополучия и профилактики детских неврозов.Учитывается общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста - 12-12,5 часов, из которых 2,0-3 отводится дневному сну. Дневной сон детей 2-го года жизни организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов, детей 3-го года жизни не менее 2,5 часов. Дети с трудным засыпанием и чутким сном укладываются первыми и поднимаются последними.Спокойный сон ребенка обеспечивается благоприятными гигиеническими условиями его организации: * отсутствие посторонних шумов;
* спокойная деятельность перед сном;
* проветренное помещение спальной комнаты;
* минимум одежды на ребенке;
* спокойное поглаживание, легкая, успокаивающая улыбка, укрывание детей педагогом;

В целях профилактики нарушения осанки для детей может быть предусмотрен сон без подушек по рекомендации врача, согласованию с родителями.Спальные комнаты - в спокойной цветовой гамме, оказывающие благотворное влияние на психическое состояние ребенка. Жалюзи смягчают проникающий в спальню свет, создавая для ребенка ощущение покоя.Во время сна детей присутствие воспитателя (или помощника воспитателя) в спальне обязательно. | - релаксационная игра;- игровая, занимательная мотивация на отдых;- использование музыки при подготовке ко сну;- чтение произведений художественной литературы перед сном, любимых произведений по выбору детей;- рассказ о пользе сна;- беседа о значении сна, об основных гигиенических нормах и правилах сна. |
| Постепенный подъем | Постепенный подъем: предоставление возможности детям полежать после пробуждения в постели несколько минут.Тех детей, которые засыпают позже других (слабых или перенесших заболевание), поднимают последними, дают им возможность поспать подольше, но и не задерживают в постели больше положенного времени. | - разминка, «ленивая гимнастика»; - использование музыки; - взаимопомощь;- проговаривание, чтение потешек;- ознакомление с правилами последовательности одевания одежды;- игровые, дыхательные упражнения; |

1. Образовательная среда – совокупность образовательного процесса, особенностей его организации, а также его программно-методического, учебно-материального, материально-технического, психолого-педагогического, медико-социального обеспечения (в том числе предметно-развивающей среды, ТСО, медицинского сопровождения, питания). [↑](#footnote-ref-1)