Консультация для воспитателей «Роль режимных моментов в ДОУ »

Вашему вниманию хочу продемонстрировать режимные момент из своего личного опыта. Режимные моменты представлены подготовительной группы.

Правильный режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным особенностям детей.

Свой день начинаю с приемки детей.

После приёмки детей мы идём на утреннюю гимнастику. У детей должно быть выработано положительное эмоциональное отношение к утренней гимнастике. Их приучаю проявлять высокую самостоятельность в выполнении упражнений. Прибегаю к приёмам, побуждающих детей к самостоятельному выполнению упражнений. От ребенка 6-7 лет требуют хорошее качества выполнения упражнений (исходное положения, амплитуды движений, регулировку дыхания.)

 Образовательная деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно – исследовательской, продуктивной, музыкально – художественной, чтение). Продолжительность занятий 25 – 30 минут

Физминутка

 Мною проводятся физкультурные минутки – это небольшой комплекс физических упражнений. Физкультминутки необходимо для того , чтобы поднять детям настроение, помочь активизировать дыхание, снять статическое напряжение.

Коктейль. В нашем саду два раза в неделю дети получают кислородный коктейль

Проведение образовательной области «Физическая культура» направленно на достижение целей формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой.

Задачи:

-развитие физических качеств(скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащения опыта детей (овладение основными движениями);

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности.

Прогулка

 В режиме дня выделяется достаточное время для пребывания детей на свежем воздухе. Прогулка, как правило, включает: наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельно игровую деятельность, индивидуальную работу по развитию физических качеств. Любая прогулка должна быть наполнена разнообразной содержательной деятельностью.

Водные процедуры

В воспитание культурно – гигиенических навыков, продолжаю воспитывать привычки быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользоваться индивидуальным полотенцем, полоскать рот после еды, правильно пользоваться носовым платком и расческой, следить за своим внешнем видом, раздеваться и одевать, вешать одежду в определённом порядке.

Обед

Правильно построенное питание формирует у детей полезные привычки, закладывает основы культуры питания. Здоровье детей невозможно обеспечить без ра­ционального питания. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привыч­ки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает осно­вы культуры питания.

Сон

Также в режиме необходим дневной сон. При недостатке сна выносливость нервных клеток у детей ослабевает, наступает снижение активности, вялости. Длительное недосыпание может привести к нервным расстройствам.

Ходьба по резиновым коврикам после пробуждения.

Игровая деятельность

Проводятся так же игровая деятельность - это развитие самостоятельности, в организации всех видов игр, выполнение правил и норм поведении. Развитие инициативы, организаторских способностей. Развивать умение действовать в команде. Продолжаю закреплять умение детей играть в различные дидактические игры (лото, мозаика, пазлы и тд.). Продолжаю закреплять умение детей брать на себя различные роли в соответствии с сюжетом игры; использование атрибутов, конструкторы, строительный материал.

Беседа по проекту

Вместе с детьми и родителями в группе разрабатывается проект на тему «Друзья витамины». Проводилась беседа с медсестрой о пользе витаминов. Рассказала и на примерах показала, где прячутся витамины.

Так же для здорового образа жизни проводится вакцинация детей. Но перед вакцинацией провожу работу с родителями о пользе прививок.

Физкультурный уголок

 Мною был изготовлен физкультурный уголок по всем требованиям подготовительной группы. Главная задача физ. уголка – развитие культуры движений, развитие разнообразия движений, двигательного творчества и качества движения; физкультурный уголок организуется для того, чтобы дети заранее (до занятия) знакомились с пособиями и правилами пользования ими, разучивали упражнения и движения для занятия. Это повышает эффективность физ. занятий.

На протяжении всей своей работы я соблюдаю правила проведения режимных процессов. В связи с этим в группе уменьшился рост заболеваемости детей.