

# РЕЖИМ - ОСНОВА ОРГАНИЗАЦИИ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА



# Режим

- ▶ - это рациональное распределение во времени и правильная взаимопоследовательность удовлетворения основных физиологических потребностей организма ребенка (сон, прием пищи, бодрствование), а также смена видов деятельности.

# *Бодрствование*

- ▶ - это деятельное состояние коры головного мозга, которое поддерживается раздражителями из внешнего мира (И.П.Павлов).

# Сон

▶ - это также активный процесс, поскольку многие нервные клетки во время сна находятся в активном состоянии. Но деятельность органов чувств в это время заторможена. Сон возникает в результате естественной усталости после достаточного по длительности (в соответствии с возрастом) бодрствования. Чередование сна и бодрствования - важное условие нормальной психической деятельности человека.

## *Показатели правильно составленного режима:*

- ▶ 1. Отсутствие у ребенка отрицательных эмоций (плача, капризов, негативных реакций и т.д.).
- ▶ 2. Уровень деятельности малыша соответствует возрасту.
- ▶ 3. Ребенок спокойно переходит от одного состояния к другому (от бодрствования ко сну и наоборот), от одного вида деятельности к другому.
- ▶ 4. У ребенка хороший аппетит, глубокий сон.
- ▶ 5. Малыш принимает активное участие во всех режимных процессах и положительно к ним относится.

# Перевод детей на новый режим

- ▶ Сначала сокращается длительность сна и увеличивается длительность бодрствования внутри старого режима, а затем сокращается количество дневных снов, но увеличивается их длительность. Перевод детей на один дневной сон осуществляется после 1 года 6 месяцев.

О необходимости перевода ребенка на новый режим можно судить по его поведению:

- ▶ 1. Ребенок перестает спать днем; медленно засыпает, рано просыпается; засыпает перед кормлением или в период кормления.
- ▶ 2. Теряет аппетит.
- ▶ 3. Негативно относится к предложениям взрослого; неадекватно отвечает на них.

# Методические правила проведения режимных процессов

- ▶ 1. Все режимные процессы должны быть направлены на своевременное и полное удовлетворение органических потребностей организма ребенка. Внимание взрослых сосредоточивается на воспитании положительного отношения ребенка ко всем режимным процессам (к приему пищи, гигиеническим процедурам, занятиям, движениям, к укладыванию на сон и т.д.). Для этого требования взрослого должны всегда совпадать с потребностями ребенка. Взрослый предлагает ребенку принимать пищу тогда, когда малыш голоден, предлагает спать, когда он устал, и т.д.



# Методические правила проведения режимных процессов

- ▶ 2. Интерес к режимному процессу у ребенка увеличивается, если он принимает активное участие в нем. Например, в 10-11 месяцев держит ложку и пытается зачерпнуть пищу во время еды, в 2 года ест самостоятельно; в 1-6 месяцев стягивает с себя носки, шапку и т.п. В 2-3 года пытается самостоятельно раздеться, одеться и т.п.

# Методические правила проведения режимных процессов

- ▶ 3. Все режимные процессы должны использоваться взрослыми для воспитания ребенка.
- ▶ Жизнь ребенка проходит в постоянном чередовании сна, бодрствования, кормления. Важно все это использовать для развития малыша. С этой целью необходимо обговаривать все действия взрослого и ребенка, называть свойства предметов, явлений. Формировать нужные привычки и навыки поведения. Например, во время кормления взрослый не только формирует у ребенка правила поведения, но и обогащает словарь названием блюд, их качеств (кисель сладкий, молоко теплое - горячее и т.д.).

# Методические правила проведения режимных процессов

- ▶ 4. Организация режима в детском учреждении предполагает постепенное вовлечение детей в тот или иной режимный процесс (принцип постепенности). Например, при организации кормления воспитатель предлагает 2-3 детям убрать игрушки и вымыть руки, после чего дети садятся за стол и им тут же подают пищу, а в это время другие 2-3 детей моют руки и садятся за стол и т.д.

## Методические правила проведения режимных процессов

- ▶ 5. Перед каждым режимным процессом воспитатель дает установку. Например: «Скоро будем обедать. Сережа, Маша, уберите игрушки на место и пойдём мыть руки». Установка должна даваться за несколько минут до начала режимного процесса, с тем чтобы дети могли переключиться на новый вид деятельности.

# Распределение обязанностей между воспитателем и младшим воспитателем

- ▶ Воспитатель выполняет режим дня группы, учитывая состояния отдельных детей, своевременно сообщает старшему воспитателю, медицинскому работнику детского сада о необходимости изменения режима отдельных детей и группы в целом.
- ▶ Осуществляет гигиенический уход, оздоровительные мероприятия (умывание, закаливающие процедуры).
- ▶ Проводит кормление, прогулку, укладывание спать, следит за сном и пробуждением, обеспечивает полное удовлетворение потребностей ребенка, хорошее его самочувствие и своевременное формирование навыков, умений. Организует самостоятельную деятельность детей, проводит занятия, как индивидуальные, так и подгрупповые; обеспечивает активное поведение, своевременное развитие и воспитание положительных форм поведения детей.

## Распределение обязанностей между воспитателем и младшим воспитателем

- ▶ Младший воспитатель работает в группе под непосредственным руководством воспитателя, помогает во всей работе с детьми при кормлении, укладывании на сон, подъеме со сна, туалете, на прогулке и при возвращении с нее, а также при проведении игр и занятий; отвечает за чистоту помещения, проводит уборку группы, проветривание и т.п.; выполняет всю техническую работу, необходимую для организации всех режимных процессов.

# ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ РЕЖИМНЫХ ПРОЦЕССОВ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ



# Задачи воспитания в бытовых процессах

- ▶ - воспитание самостоятельности как относительной независимости от взрослого (предпосылкой ее является формирование на эмоциональной и наглядной основе элементарных орудийных действий);
- ▶ - накопление опыта самостоятельных действий в бытовых процессах способствует развитию самоуважения, чувства собственного достоинства. Через действия с предметами быта (полотенце, мыло, посуда, предметы одежды и обуви и др.) закладываются основы будущей культуры труда, бережливости;
- ▶ - воспитание навыков опрятности, культуры еды, что принято называть культурно-гигиеническими навыками. Они предохраняют здоровье ребенка, связаны с воспитанием его общей культуры;
- ▶ - воспитание доброжелательного отношения друг к другу, так как в условиях детского сада при выполнении процессов самообслуживания возникает множество ситуаций, требующих от малышей личностных и «деловых» контактов.



## Условия проведения режимных процессов:

- ▶ Вся обстановка для выполнения бытовых процессов должна быть приспособлена к росту ребенка, должна иметь определенное место хранения, которое знают дети.
- ▶ Участие ребенка во всех процессах должно сопровождаться положительными эмоциями, иначе ребенок становится невосприимчивым к педагогическим воздействиям. Поэтому важно, чтобы вода для умывания была теплой, а кран - на таком уровне, чтобы вода не затекала в рукав; мыло - такого размера, чтобы ребенок смог его удержать в своих еще очень неумелых руках; посуда для еды привлекала своим внешним видом и т.п.

## Условия проведения режимных процессов:

- ▶ Все режимные моменты должны быть продуманы с точки зрения постепенного включения детей в процесс (индивидуально или по 2-3 человека), чтобы максимально обеспечить индивидуальный подход к детям. Важно учесть, что есть дети медлительные или, наоборот, подвижные, и педагогу надо обеспечить каждому ребенку время, необходимое для самостоятельных действий.
- ▶ Для обучения детей действиям с предметами быта необходимо самому педагогу четко представлять те способы действия, которые он будет давать детям. Все взрослые (педагоги и родители) должны знать эти действия, чтобы быть едиными в требованиях к ним. Для успешного обучения детей действию важно расчленить его на отдельные операции и показывать их в последовательности и неторопливо.

# Условия проведения режимных процессов:

- ▶ Взрослые должны взять за правило: сначала ребенок пробует совершать действие сам и только в случае его неудачной попытки оказывать помощь малышу.
- ▶ Общение взрослого с ребенком должно быть направлено и на элементарное осознание выполняемых действий. Несмотря на малый возраст, ребенок на эмоциональном уровне воспринимает слова педагога о значимости чистоты рук, опрятности одежды и т.п. Это способствует формированию потребности быть чистым, опрятным.
- ▶ Педагог обеспечивает положительный эмоциональный фон выполнения бытовых процессов, к месту и вовремя используя художественное слово. Большое значение в решении задач воспитания имеют игровые приемы поощрения правильных действий, упражнения в действиях на специальном материале (например, рамочки с застежками, пуговицы, кнопки, шнурки и т.п.).

## Домашнее задание:

- ▶ 1) подготовиться к семинару «Режим в раннем возрасте»
- ▶ 2) сделать подборку художественного слова для организации режимных процессов и оформить
- ▶ 3) принести тетрадь для конспектов режимных процессов (листочки)