|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды деятельности по присмотру и уходу за детьми, организация образовательной деятельности в режимных моментах** | | |
| ***Режимные моменты (процессы)*** | ***Особенности организации*** | ***Образовательная деятельность*** |
| Утренний прием  Санитарно-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)