Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 39 «Журавлик» присмотра и оздоровления с приоритетным осуществлением санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий и процедур

**Выступление на педсовете**

**«Организация оздоровительной работы в дошкольном учреждении в режимных моментах»**

|  |
| --- |
| Выполнил:  Дьчкова Татьяна Александровна |



Привычка к здоровому образу жизни - это жизненно важная привычка вырабатываемая самим человеком. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребёнка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье. Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы.

Одной из годовых задач нашего ДОУ является совершенствование физкультурно-оздоровительной работы по снижению заболеваемости детей в процессе организации режимных моментов.

Постановка такой задачи перекликается с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Охрану здоровья детей  можно назвать приоритетным направлением  всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии усваивать полученные знания и, в будущем, способны заниматься общественно - полезным трудом.

Ребенок – это человек с постоянной потребностью в движении.

В течение дня ребёнок должен испытывать эмоциональное, физическое и психическое удовлетворение от предлагаемой физкультурно – оздоровительной деятельности. Для этого надо использовать все время проведенное ребенком в детском саду.

Итак, поговорим о режимных моментах.

***Цель:*** режимных моментов – укрепление здоровья, профилактика заболеваний, физическое и умственное развитие детей, воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

***Задачи режимных моментов***:

- сохранять и укреплять здоровье детей; способствовать восстановлению детского организма;

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;

- способствовать повышению уровня навыков самообслуживания детей дошкольного возраста.

Давайте рассмотрим особенности организации и проведения режимных моментов в детском саду.

***Основные режимные моменты детского сада:***

1. Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика

2. Подготовка к завтраку, завтрак

3. Игры и детские виды деятельности

4. Непосредственная образовательная деятельность

5. Подготовка к прогулке, прогулка

6. Возвращение с прогулки, подготовка к обеду и обед

7. Подготовка к сну, дневной сон

8. Подъем после сна, водные процедуры, закаливающие мероприятия

9. Игры, самостоятельная деятельность детей

10. Подготовка к ужину, ужин

11. Игры, прогулка, уход детей домой

***Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика***

*Прием детей* воспитателем может осуществляться в группе, коридоре или на участке, что необходимо заранее указать при планировании работы. Самое главное — это создать хорошее настроение как ребенку, так и его родителям. Это обеспечивает позитивный настрой на предстоящий день и является залогом взаимопонимания и взаимодействия детского сада и семьи воспитанника.

Во время утреннего приема необходимо обращать внимание на внешний вид детей. Конечно же пришедшие дети должны здороваться с воспитателем и другими детьми группы, включаться в игры, разговаривать при этом негромко, не кричать.

Воспитатель обеспечивает интересную, содержательную деятельность детей и следит, чтобы они не ссорились, не мешали друг другу. В случае если ребенок стеснителен, застенчив, не в настроении или по каким-либо другим причинам не может самостоятельно выбрать себе занятие, воспитатель должен помочь ему: подключить к играющим детям, помочь в выборе игрушек, поиграть с ребенком или дать ему какое-либо конкретное поручение.

Также воспитатель обеспечивает условия для разнообразной и интересной самостоятельной деятельности детей в группе или на участке. Для этого систематически меняет интерьер групповой комнаты, вносит новые (или уже подзабытые) пособия, которые будут способствовать возникновению игровых или творческих замыслов у детей.

В утренний отрезок времени воспитатель проводит *гимнастику* с детьми или отводит детей на гимнастику в физкультурный зал. При этом воспитатель занимается вместе с детьми и, при необходимости, поправляет, корректирует выполнение упражнений детьми.

***Подготовка к завтраку, завтрак***

Организация умывания проводится постепенно, небольшими группами детей. Следует напомнить детям правила поведения в умывальной комнате — дети не должны разбрызгивать воду, должны поддерживать порядок и чистоту, после мытья рук сразу же закрывать воду и ни в коем случае не оставлять краны открытыми. Необходимо обратить внимание и на действия детей — они должны закатать рукава, намыливать руки и выполнять прочие процедуры над раковиной. Дети должны знать, что пользоваться можно только своим полотенцем, а после процедуры умывания нужно аккуратно вешать его на свое место. Данные процедуры должны проводиться в спокойной, доброжелательной обстановке, что обеспечит хорошее настроение детям во время приема пищи.

*При организации завтрака* воспитатель обращает внимание детей на то, как накрыты столы к завтраку, дает оценку детям-дежурным. В зависимости от меню можно уточнить названия некоторых блюд. Важно отметить заботу няни и поваров о детях, в нескольких словах обозначить важность и необходимость данных профессий.

В процессе еды воспитатель постоянно контролирует осанку детей, мотивирует, чтобы дети съели всю предложенную пищу. Однако, если аппетита у ребенка нет и он отказывается от еды, то лучше не заставлять. Насильственный прием пищи ничего хорошего не даст ни для физического, ни для психологического здоровья ребенка. Также, в процессе завтрака решаются задачи воспитания культурно-гигиенических навыков приёма пищи.

***Игры и детские виды деятельности***

В группе воспитатель создает условия для организации детьми разных видов деятельности, а в плане отражает, для каких видов деятельности создана предметно-развивающая среда — с указанием названия и цели деятельности. При индивидуальной работе с детьми, необходимо указать и тему, и цель, с уточняющими подробностями.

***Непосредственная образовательная деятельность***

Непосредственная образовательная деятельность должна органично вытекать из тех видов деятельности, которыми были заняты дети на предыдущем этапе. Проводится НОД согласно перспективному плану, в котором указаны программное содержание и цели. ***Подготовка к прогулке, прогулка***

Прежде чем отправиться на прогулку необходимо навести порядок в группе: собрать игрушки и расставить их по местам, убрать пособия и материалы, которые использовались в непосредственной образовательной деятельности

Перед одеванием воспитатель напоминает детям правила поведения в раздевальной комнате. В данном режимном моменте воспитатель формирует у детей навыки одевания и культуры поведения при одевании, решает широкий круг образовательных задач: название одежды и ее назначение, название деталей одежды и активизация словаря на тему «Одежда». Воспитатель обращает внимание детей на последовательность одевания, а перед выходом на прогулку на внешний вид детей. Если в процессе одевания у кого-либо проявляются очевидные ошибки, воспитатель устраняет их вместе с другими детьми группы, вызывая при этом у детей желание помочь друг другу и пресекая насмешки со стороны сверстников.

***Организация прогулки.***

В процессе прогулки воспитатель способствует организации детьми интересной и разнообразной деятельности. Для этого в наличии должны быть игрушки и вспомогательный инвентарь, правилам обращения с которым воспитатель обучает детей на прогулке или предварительно в группе. Во время прогулки у воспитателя есть возможность понаблюдать за содержанием игр и взаимоотношениями детей и скорректировать их при необходимости.

Перед уходом с прогулки дети приводят участок в порядок, собирают выносной материал. Перед входом в детский сад ребята вытирают ноги и приучаются заходить спокойно, не толкаясь, не споря, не мешая друг другу. В раздевалке воспитатель следит процессом переодевания и прививает детям бережное отношение к вещам и навыки аккуратности.

***Возвращение с прогулки, подготовка к обеду и обед***

***Подготовка к сну, дневной сон***

ВАЖНО! После обеда ни в коем случае не нужно сразу укладывать детей спать. После приема пищи должно пройти не менее 20 минут.

Лучше, чтобы период подготовки ко сну был спокойным, уравновешенным. Детям не рекомендуется отвлекаться шумными играми, эмоциональными разговорами. При раздевании воспитатель формирует бережное отношение к вещам, аккуратность. Обстановка в спальне должна быть спокойной и расслабляющей. Нужный настрой, положительное отношение к дневному сну помогут создать колыбельная песня, народные потешки и приговорки, чтение сказок. Необходимо проверить: удобно ли дети расположились в своих кроватях, а еще лучше подойти к каждому, поправить одеяло, погладить по голове и пожелать спокойного сна. Так вы покажете ребенку свою любовь и заботу, создадите умиротворенное настроение, способствующее хорошему сну.

***Подъем после сна, закаливающие мероприятия***

Подъем проводится постепенно, по мере пробуждения детей, после подъема организуются закаливающие процедуры, проведение которых педагог согласовывает с медсестрой и родителями воспитанников.

После сна дети закрепляют навыки самостоятельного одевания, а воспитатель помогает им при необходимости. Продолжается работа по воспитанию аккуратности, самостоятельности

***Игры, самостоятельная деятельность детей***

***Подготовка к ужину, ужин***

***Игры, прогулка, уход детей домой***

Вечером в присутствии ребенка воспитатель может проинформировать родителей о его достижениях в развитии, успехах в группе. Для наглядности было бы неплохо продемонстрировать работы детей. Кроме того воспитатель информирует родителей о проблемах, возникших у ребенка, и способах их решения, дает консультации по интересующим родителей вопросам.

ВАЖНО! Порядок именно такой: сначала положительное, потом отрицательное. Каким бы ни был ребенок, сколько бы неудобств он вам не доставлял, но положительное найти нужно обязательно и похвалить в присутствии родителей. И только потом о проблемах. Тактично, ненавязчиво, грамотно, но настойчиво. И обязательно индивидуальный подход к каждой семье: кому, как и что можно сказать, а что нельзя.

Отдельно стоит обратить внимание уход ребенка из детского сада. Ребенок должен не забыть о правилах хорошего тона, а именно попрощаться с воспитателем и детьми группы. Воспитателю и родителям необходимо формировать положительное отношение ребенка к детскому саду и настраивать детей на следующие посещения.

***Формы оздоровительной работы в режимных моментах:***

* Утренняя гимнастика;
* Занятия физической культурой;
* Физкультминутки;
* Дыхательная гимнастика;
* Пальчиковая гимнастика;
* Зарядка для глаз;
* Гимнастика после сна;
* Подвижные игры;
* Закаливающие процедуры.

Все эти вышеперечисленные формы и методы приносят огромную пользу детскому организму. Поэтому основной задачей педагога становится: укреплять и побуждать интерес воспитанников к физкультурно – оздоровительному процессу.

Для её решения необходимо развивать интерес детей к различным видам мероприятий. Только при правильном творческом подходе взрослых ребёнок может уяснить, что весь этот процесс – необходимая деятельность, интересная, увлекательная, весёлая игра, приносящая пользу организму.

***Источники:***

<http://el-mikheeva.ru/tvorchestvo-nashih-vospitateley/metodichki/rezhimnyie-momentyi-v-detskom-sadu#ixzz3pMdfWznV>

http://dohcolonoc.ru/doklady-pedsovety-v-dou/9187-formy-ozdorovitelnoj-raboty.html