

☹ Дневной сон • Ритуал засыпания: сказка, тихая музыка. • Подготовьте комнату: проветрите, затемните. • Индивидуальный подход: разрешите любимую игрушку.



🛏 Подъем после сна • Постепенный подъем: гимнастика в кровати. • Закаливание: массажные дорожки, воздушные ванны. • Бодрый настрой: веселая музыка.



### Роль воспитателя: 5 ключевых позиций

1. **Организатор** — создает условия и направляет.
2. **Наблюдатель** — видит потребности и состояние каждого ребенка.

3. **Помощник** — помогает, но не делает ЗА ребенка.
4. **Образец** — сам моет руки правильно и говорит «спасибо».
5. **Партнер** — общается, объясняет, поддерживает диалог.

### Формула эффективного взаимодействия:

«**Давай вместе**» вместо «Давай быстрее».

«**Посмотри, как я**» вместо «Сделай сам». Похвала за усилие («**Как ты старался!**») вместо общей оценки («Молодец»).

Конкретное указание («**Положи ботинок в кабинку**») вместо абстрактного («Разберись с обувью»).



**Помните: режимные моменты — это не «перерывы» между занятиями, а полноценная и очень важная часть воспитания и развития**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад «Сказка» села Шипуново Шипуновского района Алтайского края



## Методические рекомендации по организации режимных процессов в детском саду



## Памятка

### «Виды и организация режимных моментов в ДОУ»

Режимные моменты — это чётко организованный распорядок дня, зафиксированный в календарно-тематическом плане воспитателей, основанный на последовательной смене разных видов деятельности, их распределении в определённом порядке, отвечающем возрастным, психическим и физическим особенностям развития личности детей дошкольного возраста.



Требования к режиму определяются психофизиологическими особенностями возраста ребенка, задачами воспитания, окружающими условиями. Режим должен учитывать возрастные особенности детей, быть постоянным (хотя есть отличия в построение режима дня в разное время года), учитывается время пребывания

ребенка в детском саду, и время работы родителей.



К режимным моментам относятся: прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика; подготовка к завтраку, завтрак, игры и детские виды деятельности; подготовка к прогулке, прогулка; возвращение с прогулки, подготовка к обеду и обед; подготовка к сну, дневной сон; подъем после сна, водные процедуры, закаливающие мероприятия; игры, самостоятельная деятельность детей; подготовка к ужину, ужин; игры, прогулка, уход детей домой.

### Методические рекомендации по организации режимных процессов

Главный принцип: режим — это не жесткие рамки, а ритм здорового и предсказуемого дня, дающий ребенку чувство безопасности.

## Золотые правила

**Предупреждай:** всегда предупреждайте детей о смене деятельности за 5-10 минут. («Ребята, скоро будем собирать игрушки и готовиться к прогулке»).

**Последовательность:** требования всех взрослых в группе должны быть едины.

**Плавность:** избегайте резких переходов. Используйте «мостики»: песня, колокольчик, стишок-напоминка.

**Позитивный настрой:** создавайте атмосферу спокойствия и доброжелательности. Ваш настрой — залог успеха.

### Ключ к успеху в каждом моменте

△ Умывание • Группами по 2-3 человека.

- Используйте алгоритм-памятку (картинки на стене).
- Проговаривайте действия с потешками и стихами.

🍽️ Питание • Спокойная обстановка без спешки. • Красивая сервировка и дежурство. • Личный пример культуры поведения за столом.

👕 Одевание/Раздевание • Удобное место: скамейка, кабинка. • Игровые приемы: «Найди свой домик для варежки», «Покажи, как куртка дружит с молнией». • Поощряйте взаимопомощь.