**Организация режимных моментов детей раннего возраста**

Правильный режим жизни малыша – это основа основ для правильного и полноценного развития ребенка.

Очень важное значение для детей имеет сон. В период бодрствования головной мозг, его многочисленные клетки возбуждаются поступающими в него извне сигналами-раздражениями. Это утомляет клетки головного мозга и постепенно возбуждение сменяется торможением. Во время сна клетки головного мозга ребёнка восстанавливают свою работоспособность. Продолжительность сна ребенка напрямую зависит от его возраста. Новорожденный спит едва ли не сутками, - так мозг ребенка защищает себя от внешнего мира – это охранный режим. Но постепенно периоды бодрствования удлиняются и, если режим соблюдается верно, то уже к концу второго месяца жизни потихоньку начинает формироваться ритмичность смены сна и бодрствования [7].

Дети первых лет жизни особенно нуждаются в индивидуальном обслуживании и обучении, поэтому списочный состав определяется таким образом, чтобы в них были дети не одной, а двух, при необходимости и трех возрастных подгрупп.

В группе детей 2-3 лет мебель должна быть комбинированной, т. е. приспособленной для обслуживания детей взрослыми и к росту детей, которые после полутора лет начинают овладевать навыками самообслуживания.

Оборудование должно как бы условно разделить групповую комнату на две части. Одна половина, где поставлены стол-барьер, горка, качели, диванчики. В другой половине групповой комнаты, напротив, высвобождается пространство для ходьбы, лазанья, катания шаров и каталок, бросания мячей и т. п. С этой целью столы после кормления ставятся ленточно к окну, чтобы дети могли за ними развернуть спокойные игры, заняться действиями с предметами. Оборудование не должно занимать много места и мешать свободному передвижению детей. В первой младшей дошкольной группе мебель должна быть расставлена так, чтобы была возможность организовать игры небольшими группами. В групповой комнате должны быть детские столики, стулья, диванчик, стол-барьер, горка-манеж со скатом, полки для игрушек [7].

Подбору и размещению игрушек в группе необходимо также уделять внимание. Выносной игровой материал должен быть гигиеничным, ярким, удобным, способствовать развитию у детей действий с природным материалом (водой, песком, снегом, льдинками), ознакомлению с окружающим.

Участок должен быть красочным, дети должны иметь возможность посидеть на скамейке, поиграть за столом, побегать на веранде и т. д. Во избежание травм необходимо следить, чтобы оборудование было исправным, поверхности его гладкими и доступными для очистки. Зеленые насаждения являются обязательными на участке. Кроме эстетического назначения, они защищают от ветров, пыли, шума. Приемная и раздевальная комнаты должны быть оформлены так, чтобы поддерживать у ребенка положительный эмоциональный тонус. В них можно разместить крупные игрушки (куклы, мишки, машины). Они помогут отвлечь детей при расставании, завладеют их вниманием. В родительском уголке должны быть помещены советы родителям по организации режимных процессов, игр и занятий с детьми в условиях семьи. Температура воздуха в игровой и приемной комнатах должна быть 20—22°, в спальной —18°. Эту температуру в течение дня следует поддерживать проветриванием, когда дети на прогулке или спят [8].

Учитывая особенности растущего организма, необходимо обратить внимание на предупреждение перегревания или переохлаждения детей. Одежда должна быть удобной для ребенка и не стеснять его движений. Ткань, из которой сшита одежда, должна быть теплопроводной и воздухопроницаемой. Одевать детей надо в соответствии с температурой наружного воздуха, но с непременным учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка, состояния здоровья.

Методика проведения режимных процессов.

При проведении того или иного режимного процесса воспитатель должен: своевременно и полностью удовлетворять органические потребности детей; воспитывать положительное отношение к любому из процессов; развивать и совершенствовать движения, речь, ориентировку в окружающем; систематически и планомерно прививать детям культурно-гигиенические навыки; воспитывать привычки культуры поведения и положительные взаимоотношения с детьми и взрослыми; развивать самостоятельность ребенка, предоставляя ему возможность участвовать в самообслуживании, прививать первоначальные трудовые навыки. Правильное проведение режимных процессов является условием не только полноценного физического развития детей, но и их жизнерадостного настроения, хорошего аппетита, спокойного, глубокого сна [12].

Методика проведения режимных процессов включает следующие приемы:

1. Создание у детей предварительной установки на данный процесс. Например, дети увлеченно играют, а их следует уже приглашать на обед. Воспитатель обращается к играющим: «Видите, уже няня принесла нам обед. Давайте собирать игрушки, а потом вымоем руки и сядем кушать!».

2. Осуществление того или иного режимного процесса должно протекать без суеты, не причиняя детям неприятных ощущений. Воспитатель сопровождает свои действия неторопливой речью. Например, при одевании на прогулку обращается к малышу: «Не слушается кофточка? Давай я тебе помогу!».

3. При проведении любого режимного процесса у ребенка следует формировать уверенность в том, что все получится, он сумеет выполнить то или иное действие до конца, если будет стараться. Воспитатель обязательно должен порадоваться новому достижению ребенка [9].

При составлении временного периода учитываются следующие факторы: общая продолжительность сна в сутки; количество дневных периодов сна и продолжительность каждого из них; число кормлений данной возрастной подгруппы с учетом перерывов между ними, длительность каждого отрезка бодрствования, начиная с момента пробуждения ребенка.

При организации питания детей в первую очередь следует соблюдать гигиенические требования к доставке готовых блюд в закрытой маркированной посуде. В процессе кормления нужно уделять постоянное внимание развитию у детей самостоятельности. К 2 г. ребенок должен достаточно хорошо владеть навыками самостоятельной еды.

Нельзя прибегать к насильственному кормлению, это может вызвать у ребенка негативную реакцию на пищу, рвоту. Регулярность кормления, вкусно приготовленные блюда, их привлекательный вид и запах - вот главные факторы поддержания хорошего аппетита у ребенка. Четкое соблюдение режима помогает сформировать устойчивый аппетит. При отсутствии или снижении аппетита у ребенка необходимо выяснить причину, проконсультироваться с врачом, побеседовать с родителями [12].

Организация бодрствования.

Дети, увлеченные интересной деятельностью (занятия, игры и др.), долго не чувствуют утомления. В иных случаях короткие, но неправильно организованные виды деятельности могут быть значительной нагрузкой для нервной системы ребенка, привести к быстрому утомлению. Учитывая это, при организации бодрствования ребенка, занятий, игр необходимо строго соблюдать гигиенические требования. Преодоление во время деятельности незначительного утомления для ребенка может быть полезным: оно способствует развитию подвижности и уравновешенности нервных процессов в коре головного мозга, тренирует нервную систему, повышает ее устойчивость и работоспособность.

Организуя деятельность ребенка, надо учитывать не только возраст, но и состояние здоровья, индивидуальные особенности, а также его жизненный опыт. Дети первого, второго года жизни могут радостно и активно бодрствовать лишь тогда, когда они выспались, сыты, сухие, т. е. тогда, когда удовлетворены все их физиологические потребности. При первых признаках ухудшения настроения у ребенка первого и второго года жизни — его вялости, сонливости или перевозбуждении — занятия следует прекратить.

В процессе воспитания детей второго года жизни большое внимание должно уделяться содержанию их деятельности в процессе бодрствования. Игры-занятия проводятся не ранее чем через 20 мин после приема пищи.

Летом первое занятие в хорошую погоду проходит через 40 мин после выхода на прогулку. При организации занятий вначале детей объединяют по 3-4 человека. Позднее, когда возникает умение заниматься, их можно объединить в подгруппы по 7-8 человек. Во время занятий необходимо следить за правильностью позы детей, не допускать длительных (более 5-6 мин) занятий, связанных с малоподвижной позой [9].

На прогулку нужно выносить игрушки, специально предназначенные для участка, которые должны храниться отдельно от других. Деятельность детей на участке во время прогулки должна быть разнообразной и интересной: спокойные игры необходимо чередовать с подвижными, которые проводятся с небольшими группами

Для успешного привития навыка опрятности важно, чтобы воспитатель в процессе общения с детьми чаще выражал положительное отношение ко всему чистому, опрятному. Например, показывая куклу, надо говорить, что платье у нее не только красивое, но и чистое. Или выразить порицание, если у игрушки часть одежды неопрятна, чтобы ребенок понял, что это плохо.

Но одобрительного или неодобрительного отношения, безусловно, недостаточно. Важно, чтобы в группе был порядок, все предметы и игрушки имели свое постоянное место [13].

С целью развития двигательной активности детей, во-первых, необходимо обогащать их двигательный опыт, воспитывать интерес к двигательным действиям, потребность в них; во-вторых, создавать оптимальные условия для разнообразной самостоятельной двигательной деятельности.

Подвижные игры, занятия по физической культуре с малышами проводятся не в физкультурном зале, а в групповой комнате.

Формирование у ребенка той или иной привычки начинается с обучения его соответствующему навыку. Приобретенная привычка становится своего рода потребностью делать так, а не иначе. На основе привычек формируются черты характера. Так, воспитывая у ребенка привычку поддерживать порядок в игровом уголке, складывать одежду при раздевании, воспитатель закладывает основу для формирования таких черт характера, как аккуратность, опрятность.

На втором году жизни ребенок еще не в состоянии осмыслить многие правила и нравственные нормы поведения, которыми он мог бы руководствоваться в своих поступках. Но, усвоив под руководством воспитателя необходимые привычки, он поступает в соответствии с ними.

Играми и другими видами самостоятельной деятельности дети заняты все время, свободное от занятий и других обязательных мероприятий.

Самостоятельная деятельность детей второго и третьего года жизни включает разные виды игр (сюжетные, подвижные, дидактические, со строительными материалами, игры-забавы); бег, лазанье; рассматривание книг, картинок; наблюдения за окружающим; общение со взрослыми, с детьми; элементарные практические (трудовые) действия; изобразительная деятельность [9]

Воспитатель должен добиваться, чтобы в течение бодрствования каждый ребенок был занят разнообразной деятельностью, своевременно переключать их с одного вида деятельности на другой, не допуская переутомления, педагогически правильно руководить как всей группой, так и деятельностью каждого ребенка.

Организация игры. Полноценное развитие игры дошкольника во многом зависит от того, насколько успешно проходит ее освоение в период раннего возраста. К трем — трем с половиной годам у детей необходимо сформировать азы сюжетной игры — умение осуществлять разнообразные условные игровые действия.

Начиная работу по формированию сюжетной игры, воспитатель должен исходить не только из паспортного возраста детей, но и учитывать общий уровень развития ребенка, имеющийся у него опыт жизни в детском саду, а также игровой опыт, приобретенный в семье [3].

Формирование сюжетной игры должно осуществляться на фоне постоянной (на протяжении всего года) организации воспитателем условий для элементарного предметного взаимодействия детей друг с другом.

В психологических и педагогических исследованиях показано, что интерес к сверстникам обнаруживается у детей достаточно рано, уже в начале второго года жизни. Однако, если не учить детей играть друг с другом, устанавливать содержательное взаимодействие, они могут неадекватно реагировать на действия сверстников, воспринимать их как угрожающие. Это нередко порождает неблагополучную эмоциональную атмосферу в группах, где есть дети раннего возраста, приводит к отрицательным эмоциональным переживаниям детей (плач, крики и т. п.) [8].

Начинать формирование простейшего взаимодействия между детьми можно, используя любые «катающиеся» предметы (мячик, тележка и т. п.), которые стимулируют детей к взаимоподражательным, зеркальным действиям, направленным друг на друга. Для проведения такой работы нужны скамеечка или банкетка (не менее полутораметровой длины) и мячик.

Воспитатель предлагает одному из детей встать у конца скамеечки, сам встает у другого конца и обращается к ребенку: «Давай поиграем! Будем мячик катать!» Взрослый прокатывает мяч по скамейке к ребенку и стимулирует его ответное действие: «А теперь ты мне!» Достаточно 4—6 обменов мячом, чтобы ребенок освоил такого рода действия. Можно поиграть так со всеми малышами поочередно [9].

Чтобы переключить в дальнейшем детей на партнеров-сверстников, надо продемонстрировать им целостную схему взаимодействия. Для этого воспитатель может покатать мяч вдвоем с няней: «Ребята, посмотрите, как мы с няней поиграем!.. Кто теперь так хочет поиграть?

Воспитатель помогает желающим занять места у концов скамейки и дает им мячик. Можно также пригласить в группу старших детей (шести лет) и попросить их показать малышам, как вдвоем катать мячик. Двух-трех показов достаточно, чтобы дети усвоили схему парного взаимодействия) Каждый раз воспитатель может организовать с двумя-тремя парами детей такое взаимодействие с общим предметом. Освоив его при помощи воспитателя, дети легко вступают во взаимодействие со сверстником самостоятельно, если в их распоряжение предоставляются необходимые предметы (пара скамеечек, мячи). Чтобы избежать однообразия в деятельности, воспитатель может предлагать детям для катания и другие игрушки (тележки, вагончики, грузовички), заменять скамеечку ковровой дорожкой такой же длины (скамейка или дорожка нужны для того, чтобы определить места играющих детей, направление движения игрушки) [9].

После показа всем детям образца взаимодействия двух взрослых или двух старших детей для успешного последующего самостоятельного взаимодействия малышей очень важной является помощь воспитателя на начальной стадии их взаимодействия. Следует помочь детям правильно выбрать место (встать с двух концов скамейки или ковровой дорожки при катании мяча), обратить внимание детей друг на друга.

Организация условий для совместных предметных действий очень быстро дает результат — изменяется эмоциональная атмосфера в группе: исчезают слезы и крик, реже становятся ссоры из-за игрового предмета, дети легко вступают в контакт по собственной инициативе.

Параллельно с формированием предметного взаимодействия в парах детей воспитатель должен решать задачи формирования условного игрового действия, замещающего реальное действие с «настоящими» вещами.

Условное действие всегда включает в себя два плана — это то, что делает ребенок фактически, и то, что данное действие означает, какой смысл оно имеет. Одно и то же смысловое содержание может быть реализовано в разных по типу условных действиях. Например, ребенок в игре кормит куклу. Он может осуществлять условное действие «кормления» посредством игрушечной ложки, т. е. сюжетной игрушки-копии настоящей вещи. Ребенок может кормить куклу палочкой — действовать с предметом-заместителем, мало похожим на ложку. И наконец, он может лишь осуществлять движения, напоминающие «кормление» ложкой, — действовать с воображаемым предметом. Пока ребенок играет один, ему вполне достаточно подразумевать смысл осуществляемого действия. Но если появляется партнер — взрослый или сверстник, — он тоже должен понимать смысл этого действия [9].

Наиболее эффективно формирование игровых умений осуществляется в совместной игре взрослого с ребенком (детьми), где взрослый выступает для ребенка одновременно как партнер и носитель формируемого способа игровой деятельности.

Для успешного формирования игровых умений у детей раннего возраста воспитателю необходимо развертывать совместную игру с детьми, изменяя характер участия в ней ребенка в такой последовательности: 1) привлекать ребенка к осуществлению необходимого по смыслу игры условного действия с сюжетными игрушками; стимулировать его к продолжению, дополнению по смыслу игрового действия партнера-взрослого; 2) привлекать ребенка к осуществлению условного действия с заместителями и воображаемыми предметами; 3) ориентировать ребенка на продолжение, дополнение игрового действия партнера-сверстника, стимулировать словесное обозначение игровых действий [10].

Совместную сюжетную игру с детьми воспитателю следует организовывать в отрезки времени, отведенные режимом для свободных занятий детей. Наиболее удобным является время перед полдником и после него, когда дети находятся в помещении групповой комнаты. Организовав самостоятельную деятельность всех детей группы на доступном для них уровне (предоставив детям предметы для манипулирования, сюжетные игрушки, материалы для конструирования), воспитатель может уделить время для игры с тем или иным ребенком или с парами детей, преследуя цели формирования у них игровых умений.

Первоначально педагог решает задачу формирования у детей условных действий с сюжетными игрушками. Для этого он развертывает сюжетную игру на виду у детей, одушевляя кукол или других игрушечных персонажей. Это легче всего сделать, приписав им какие-либо близкие и понятные детям желания. Делать это нужно примерно следующим образом. Воспитатель усаживает за детский столик куклу (мишку, зайца размером не менее 50 см), ставит на стол игрушечную тарелку, кладет ложку (соответствующих кукле размеров). Обращаясь к детям, говорит: «Вы играете, и я поиграю с куколкой. Я сейчас ее покормлю, она есть хочет. Вот здесь кашка в тарелке, давай кушать, дочка!» Берет ложку и несколько раз (5—6) подносит ее ко рту куклы. При этом разговаривает с куклой: «Ешь, открывай рот! Вот какая хорошая, ест кашу!» [10].

Такая игра воспитателя — это не специально организованное занятие, где взрослый беспристрастно, с дидактическими целями демонстрирует детям тот или иной «сюжет». Дети должны видеть, что воспитатель искренне заинтересован игрой, эмоционально относится к куклам (хочет им помочь, радуется за них или печалится). Такого рода игра педагога необходима для втягивания малышей в условную ситуацию, для возникновения у них желания включиться в нее.

Не нужно специально организовывать детей, ставить их возле себя. Достаточно первоначального обращения к детям. Эмоциональная окраска действий взрослого, необычность его позиции «играющего» сразу же привлекают внимание детей. Как правило, малыши внимательно наблюдают за игрой взрослого: одни подходят к нему, другие — «замирают» на месте и, отвлекшись от своих игрушек, следят за действиями взрослого. Если кто-то из детей занят собственной игрой, не надо настаивать на том, чтобы он ее прекратил.)

По мере освоения детьми действий с сюжетными игрушками воспитатель переходит к игре, включающей уже не одну, а две смысловые ситуации, связанные друг с другом: «варит» кашу на игрушечной плите, а затем «кормит» ею кукол; «кормит» кукол, а затем укладывает их спать; «купает» куклу, а затем «укладывает» ее спать; «стирает» кукольное белье в игрушечном тазике, а затем «гладит» его утюгом и т. д. Еще раз напомним, что все эти сюжеты игры включают в себя действия, уже известные, понятные детям, наблюдаемые ими в реальности [9].

После того как дети научились развертывать игру с сюжетными игрушками, подключаться к игровым действиям партнера-взрослого и дополнять их своими действиями, воспитатель переходит к реализации следующей задачи — формированию игрового действия с предметом-заместителем. В этот период воспитатель наряду с сюжетными игрушками — подобиями реальных вещей (игрушечными кастрюлями, кроватками, утюгами и пр.) использует в совместной игре с детьми предметы-заместители (например, палочку вместо ложки, кубик вместо мыла и т. п.).

Необходимость самому использовать предмет-заместитель возникает у ребенка только тогда, когда он уже включен в условную смысловую ситуацию игры, хочет ее продолжать и не видит «здесь и сейчас» подходящей сюжетной игрушки.

Важно иметь в виду, что детям раннего возраста свойственно употреблять предмет-заместитель в самостоятельной деятельности именно в том условном значении, в котором его использовал взрослый в совместной игре с детьми (например, вместо ложки используется только палочка, и именно та, которую ввел в игру взрослый; ребенок может, играя самостоятельно, специально разыскивать именно ее). Поэтому воспитателю в дальнейших совместных играх с детьми следует расширять круг действий с предметами-заместителями: использовать один и тот же предмет для выполнения разных игровых действий, т. е. придавать ему различное условное значение (например, в одной игре палочка используется как ложка, в другой — та же палочка — градусник, в третьей — расческа и т. д.); использовать разные предметы-заместители для выполнения одного и того же по смыслу игрового действия (например, в первый раз в игре вместо мыла берется кубик, в следующий раз — плоская коробочка, брусочек и т. п.) [8].

Следует также учитывать тот факт, что дети, особенно раннего возраста, нуждаются для развертывания игры в реалистических предметных опорах: сюжетных игрушках, копирующих настоящие вещи. Если предоставить ребенку только предметы-заместители без сюжетных игрушек, ему будет трудно уловить смысл игровой ситуации даже в совместной игре со взрослым, а его самостоятельная деятельность сведется к простому манипулированию предметами. Поэтому предмет-заместитель всегда должен сочетаться с сюжетной игрушкой (если хлеб замещается кубиком, то тарелка, на которой он лежит, должна быть «как настоящая», если мыло замещается бруском, то необходим игрушечный тазик, в котором стирают, и т. п.).

Овладение ребенком действиями с предметами-заместителями, воображаемыми предметами, самостоятельное включение их в простенькую игровую ситуацию свидетельствуют о том, что ребенок усвоил азы сюжетной игры [8].