

# Консультация

## «Режим дня в жизни ребенка раннего и младшего дошкольного возраста»

воспитатель: Александрова Н.А.

Режим дня организует поведение детей, создает у малышей ощущение благополучия, вносит ритм в работу нервной системы. При его выполнении вырабатываются условные рефлексы на время. Благодаря этому организм как бы заранее подготавливается к той или иной деятельности. Любое действие осваивается детьми, прежде всего, при постоянном повторении. Правильное проведение режимных процессов является необходимым условием не только полноценного физического развития детей, но и их жизнерадостного настроения, хорошего аппетита, спокойного и глубокого сна



При проведении режимных процессов необходимо соблюдать принцип последовательности и постепенности.

**Принцип последовательности** заключается в том, что взрослые должны прививать с раннего детства детям навык выполнения тех или иных действий в определенном порядке. Например, перед едой – обязательно помыть руки, перед сном необходимо собрать все игрушки, первое время это нужно делать вместе с ребёнком, и т.д.

**Принцип постепенности** заключается в постепенном привлечении детей малыми группами к выполнению того или иного режимного процесса, чем младше ребенок, тем меньше группа. Это объясняется физиологическими особенностями детей 2-3 лет жизни: они не умеют ждать долго, начинают капризничать, быстро устают от монотонности действий.

При осуществлении принципов последовательности и постепенности необходимо соблюдать определенные правила:

- Каждый из режимных процессов должен проходить на фоне игры, как в детском саду, так и дома.
- При проведении режимных процессов необходимо использовать индивидуально-личностную модель воспитания.
- Осуществление принципов последовательности и постепенности предусматривает единство требований со стороны взрослых, как в дошкольном учреждении, так и дома.

Методика проведения режимных процессов предполагает использование обязательных приемов:

- Создание у детей предварительной установки на данный процесс.
- Осуществление того или иного режимного процесса должно протекать без суеты, не причиняя малышам неприятных ощущений.
- При проведении любого режимного процесса у ребенка следует формировать уверенность в том, что все получится, он сумеет выполнить действие до конца, если будет стараться.
- Взрослый обязательно должен радоваться успеху малышей и чаще хвалить их за любые новые достижения, пусть даже самые маленькие.

В целях планомерного воздействия на всестороннее развитие детей в данном возрасте проводятся специальные занятия, на которых малышей приучают слушать, следить за тем, что делает и что показывает взрослый, побуждают подражать его словам и действиям, выполняя задание воспитателя. Детский сад представляет немало возможностей для формирования навыков. Причем большое значение уделяется взаимодействию воспитателей и родителей. Согласованность действий в этом вопросе приобретает едва ли не первостепенное значение.