**Муниципальное бюджетное дошкольное**

 **образовательное учреждение «Сасовский детский сад № 3».**

**(МБДОУ Сасовский ДС № 3)**

****

**Родительское собрание на тему:**

**«РЕЖИМ ДНЯ И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ».**

**Задачи:**

 Дать понятие режима дня, раскрыть его структуру.

 Познакомить с основными требованиями к режиму дня; с процессом организации режимных моментов в детском саду.

 Способствовать тому, чтобы родители были заинтересованы в соблюдении режима дня дома, придерживаясь тех же требований что и в детском саду.

**Форма проведения:**деловая игра.

**Предварительная работа:**

  Индивидуальные беседы о режиме дня в семье.

**Ход:**

**1слайд**

   Уважаемые родители! Мы рады видеть вас на нашем родительском собрании, которое будет проходить в форме деловой игры, участниками которой будете вы, родители. Мы разделили Вас на две команды. Тема деловой игры: «Режим дня и его значение».

   Режим является важнейшим условием успешного физического воспитания и здорового образа жизни. Под режимом понимается научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение во времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха.

***\* ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ (Посовещавшись, каждая команда записывает на доске компоненты режима дня).***

 В структуру режима дня входят следующие компоненты:

 бытовые процессы (одевание, раздевание, сон, еда, умывание);

 занятия с детьми;

 прогулка;

 игры.

   **1слайд**

В результате ритмического повторения всех составляющих компонентов режима у детей образуются прочные динамические стереотипы жизнедеятельности, облегчающие переход от одного ее вида к другому. Так, в привычные часы приема пищи ребенок испытывает чувство голода, у него появляется аппетит, благодаря чему пища лучше переваривается и быстрее усваивается; ко времени сна у детей легко образуется нервное торможение, и они быстро засыпают. Выполнение режима благотворно влияет на нервную систему ребенка, обеспечивает нормальное функционирование всех его органов и оказывает большое значение для развития умственных способностей детей.

**3 слайд**

Дети, живущие по строгому режиму любознательны, активны на занятиях и в повседневной жизни. Они растут организованными, дисциплинированными, послушными и самостоятельными. Точное выполнение режима дня способствует формированию культурно - гигиенических навыков, воспитывает у детей чувство времени, они начинают его ценить.

   **4 слайд**

Требования к режиму дня определяются особенностями возраста, задачами воспитания, окружающими условиями.

   Основное требование к режиму – **учет возрастных особенностей детей.**

   В процессе выполнения режима необходимо учитывать состояние здоровья детей, уровень их психического развития. Детям, ослабленным или перенёсшим заболевание, увеличивается время на сон, пребывание на воздухе, вносятся необходимые изменения и в содержание воспитательно-образовательной работы.

   Следующее требование – **постоянство режима:**вовремя есть, заниматься, играть, спать. Оно способствует выработке у детей устойчивого динамического стереотипа, приучает к порядку, дисциплинированности.

   Дети дошкольного возраста могут выполнять необходимый для их правильного развития режим дня только под руководством взрослых. Если дети не приучены к порядку и строгому режиму, то они растут раздражительными, капризными, с очень неуравновешенной нервной системой. Своими бесконечными капризами они взвинчивают себя и выводят из равновесия вас, родители. Некоторые родители обращаются к врачу, считая, что их ребёнок нуждается в лечении и успокоительных лекарствах. И не понимают, что лучшим лекарством для их ребенка будет постоянное соблюдение режима дня, без которого он не может правильно развиваться. Ребёнок должен в определённое время вставать и ложиться спать, завтракать, обедать и ужинать. В режиме дня надо предусмотреть время для прогулок и игр. Шумные подвижные игры должны сменяться более спокойными.

   **5 слайд**

При составлении режима дня учитывается время года. Так, в летний период увеличивается время для пребывания детей на свежем воздухе, уменьшается количество занятий, а значит, увеличивается время для игр и сна.

**Таким образом,** режим дня играет огромное значение для всестороннего развития детей дошкольного возраста и подготовки их к обучению в школе. Постоянство режимных процессов, их последовательность и постепенность, а также единство требований к детям со стороны д/сада и семьи поможет вам вырастить ваших детей здоровыми, бодрыми, деятельными и дисциплинированными.

   Правильно составленный режим дня имеет большое гигиеническое и педагогическое значение. Информация о режиме дня ваших детей в д/саду располагается в уголке для родителей. Мы рекомендуем вам ознакомиться с режимом дня в д/саду и придерживаться такового же режима дома.

    **6 слайд**

Режим дня д/сада предусматривает различные виды детской деятельности: бытовую, игровую, учебною и трудовую... Вся воспитательно-образовательная работа в д/саду строится на основе «Федеральной образовательной программы». Место, занимаемое той или иной деятельностью, и время, отведённое для неё в режиме, определяется возрастом детей.

**7 слайд**

Утренний приём детей осуществляется с 7.00 до 8.15. Мы рекомендуем приводить детей в д/сад до 8.00 т.к. в этот промежуток времени дети получают возможность спокойно, самостоятельно или с небольшой помощью взрослого раздеваться и с хорошим настроением зайти в группу.

   В утреннее время в д/саду осуществляются следующие режимные процессы: разнообразные игры детей, беседы с детьми на различные темы, **8 слайд** утренняя гимнастика подготовка к занятиям, фо рмирование культурно-гигиенических навыков, завтрак.

  **9 слайд** Правильно организованный процесс питания способствует хорошему усвоению пищи и имеет большое воспитательное значение. Режим в д/саду строится с таким расчётом, чтобы шумные игры заканчивались примерно за 15-20 минут до еды. Во время приёма пищи мы учим детей съедать положенную им порцию; есть культурно, не торопясь слегка наклоняясь над тарелкой; хорошо пережёвывать пищу с закрытым ртом; правильно пользоваться столовыми приборами. Брать второе блюдо и компот с правой стороны.

***\*    Практическое задание для родителей.***

***Эстафета «Сервируем стол к обеду для ребенка в детском саду».***

 **10 слайд**

   Неотъемлемой частью режима дня в д/саду являются занятия. Занятия считаются не только ведущей формой обучения, но и средством всестороннего развития детей, они способствуют формированию у ребёнка разнообразных навыков и умений, готовят его к школе. Занятия с детьми в детском саду проводятся с учётом возрастных, индивидуальных и психических особенностей детей. Какие занятия, их количество в неделю вы можете увидеть в уголке для родителей. Длительность занятий и нагрузка зависит от возраста детей. В средней группе – 15-20 минут, в старшей группе – 20-25 минут, в подготовительной – 25-30 минут. Занятия поводятся ежедневно, с перерывом между ними в 10 минут.

    **11 слайд** Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки, после занятий и вечерней – после ужина или кружков дополнительного образования. Пребывание на свежем воздухе укрепляет здоровье и закаливает организм, всесторонне развивает детей, активизирует их двигательную деятельность, познавательные возможности. Прогулка включает в себя наблюдения за изменениями природы, окружающей действительностью; подвижные игры, дидактические игры; трудовую деятельность детей; индивидуальную работу с детьми. Кроме того, на прогулке дети имеют огромную возможность самостоятельно поиграть, побегать, пообщаться друг с другом.

Формирование умения у детей правильно одеваться на улицу и раздеваться после неё очень важно. Поэтому мы предлагаем вам поиграть в игру

***\*   Практическое задание для родителей.***

***Игра «Построй правильно алгоритм одевания ребенка на прогулку».( раздать перемешанные карточки алгоритма одеван***

**12 слайд**  После прогулки в д/саду дети обедают и спят. Сон – важнейшая потребность организма человека, а для дошкольников он составляет основу крепкого здоровья и правильного развития. Дневной сон длится до 2-2,5 часов. Он обязателен, так как он восстанавливает нормальную деятельность организма, способствует хорошему росту, создаёт в дальнейшем весёлое настроение и укрепляет нервную систему ребёнка.

    Для бодрого и хорошего самочувствия детей немалое значение имеет и правильный их подъём. После дневного сна дети поднимаются постепенно. Если есть возможность, то тех детей, которые заснули чуть позже, мы поднимаем последними. После сна мы следим за тем, чтобы дети надевали одежду в определённой последовательности (при одевании – снизу вверх, при раздевании – сверху вниз), чтобы все дети были причёсаны.

   **13 слайд** Во второй половине дня основным видом деятельности являются игры. Дети в детском саду играют индивидуально, небольшим группами и все вместе. Также вечером мы с детьми рисуем, лепим, выполняем работы по аппликации и ручному труду, читаем книги и т. д. А когда ваши дети уходят домой, учите их обязательно прощаться с воспитателем и детьми.

     **14 слайд** Закончить нашу деловую игру хотелось бы высказываниями А.С.Макаренко о режиме дня.

***\*  Практическое задание для родителей.***

***Зачитать и прокомментировать каждой команде   высказывание   А.С. Макаренко.***

                                                    Высказывания.

1.        Выдающийся советский педагог А.С. Макаренко считал, что «режим – это средство воспитания; правильный режим должен отличаться определённостью, точностью и не допускать исключений».

2.         А.С. Макаренко советовал: «Если вы требуете, чтобы дети за обедом не читали книгу, - то и сами этого не должны делать. Настаивая, чтобы дети мыли руки перед обедом, не забывайте и от себя требовать тоже. Старайтесь сами убирать свою постель, это вовсе не трудная  и не позорная работа. Во всех этих пустяках гораздо больше значения, чем обыкновенно думают».

   Уважаемые родители! Для формирования у детей навыков в самообслуживании мы призываем вас к единству требований к детям со стороны д/сада и семьи. Это поможет вашим детям научиться быстро, правильно и самостоятельно обслуживать себя в детском саду и дома.

*Подготовила:*

*воспитатель Осина Наталья Вячеславовна*