**Режим дня** – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течении суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным и психофизическим особенностям детей.

**Утренний прием.**

**Цель:** создать бодрое эмоциональное состояние на весь день, обеспечить спокойное расставание детей с родителями.

**Проведение:**

За 10-15 минут прихожу в группу, проветриваю помещение, готовлю игрушки.

Доброжелательно встречаю каждого ребенка, с улыбкой здороваюсь с ним и родителями. Спрашиваю родителей: «Как спал ребенок? «Как его самочувствие?», «С каким настроением шел в садик?», или задаю вопрос самому ребенку: «Ну как дела?», будешь сегодня с нами играть?». Затем завожу ребенка в группу и предлагаю ему занятие (куклы, машинки, кубики, мозаику). Во время приема, если ребенок не хочет расставаться с родителями, использую музыкальные и заводные игрушки («Смотри, куда пошла наша игрушка, а пошли за ней»)

**Умывание.**

**Цель:** учить детей плавно подставлять руки под струю воды, растирать руки, пользоваться мылом, находить свое полотенце, самостоятельно вытирать руки, приучать не бояться воды.

**Проведение:**

В то время, когда младший воспитатель расставляет завтрак на столы, воспитатель подзывает к себе детей, и говорит: «Ребята, хотите, чтобы ваши руки были чистыми? Давайте их помоем».

- Воспитатель ведет детей В умывальную комнату и говорит: «Закатываем рукава, чтобы не намочить их, а теперь открываем кран с водичкой. Воспитатель следит (если надо помогает), чтобы дети открыли кран. Когда во всех кранах потекла вода, использует художественное слово:

Льется чистая водица

Мы умеем с вами мыться

- Ставим под воду руки лодочкой (показывает детям). А теперь возьмите мыло и намыливайте руки круговыми движениями.

Мыли мылом ушки,

Мыл мылом ручки,

Вот такие ладушки

Ладушки – ладошки.

- Снова подставляем руки под воду и хорошо смываем мыло. Стряхиваем оставшуюся водичку в раковину и закрываем кран. Теперь каждый подходит к полотенцу и насухо вытирает руки со всех сторон, полотенце вешаем на свое места. Вот и стали чистыми наши руки!

**Кормление.**

**Цель:** обеспечить рациональное питание всех детей, учить правильно есть, воспитывать культурно- гигиенические навыки еды самостоятельно и аккуратно кушать, пользоваться салфеткой, не крошить хлеб, задвигать стул, благодарить после еды, полоскать рот), воспитывать благоприятное отношение к приему пищи.

**Проведение:**

- «Дети, все, кто помыл руки, садитесь за столы. Сядьте ровно, ножки поставьте прямо, локти на стол не кладем».

Все ровненько сидят,

Ножки вместе стоят,

Глазки в тарелку глядят,

Локти убраны со стола,

Тихо кушает детвора.

Дети! Пришел сегодня в гости

Не доктор Айболит

Пришел в гости –

Хороший Аппетит!

Всем приятного аппетита!»

Во время еды воспитатель следит, чтобы дети правильно держали ложку, ровно сидели, кушали молча.

Воспитатель рассказывает, как полезно, когда дети кушают: они быстро растут, никогда не белеют.

Детей, которые не едят, воспитатель пытается убедить в том, что нужно хотя бы немного покушать (если у них нет причин не есть).

Тех ребят, которые едят медленно или не умеют, есть, воспитатель докармливает отдельной ложкой.

Ребенку, который поел, воспитатель говорит: «Даша, возьми салфетку и вытри ротик, не забудь сказать «спасибо» и задвинуть стульчик.

**Подготовка к прогулке (одевание)**

**Цель:** обеспечить своевременный сбор на прогулку всех детей; сформировать правильную последовательность при одевании, развивать речь детей (закреплять название предметов одежды, действий).

**Проведение:**

Перед выходом на прогулку воспитатель напоминает детям посетить туалет. Затем берет подгруппу детей, и вместе выходит в раздевалку.

Начинает одевать детей на прогулку, соблюдая принцип постепенности: носки, штаны, ботинки, кофту, шапку, куртку, варежки, шарфик. Во время этого использует художественное слово:

Одеваемся по порядку,

Привыкаем к порядку,

Спрашивает детей:

- Никита, а какого цвета у тебя штаны?

-Ваня, что мы одеваем на голову?

Если дети не могут ответить, помогает им.

Побуждает детей одеваться самим:

«Семен, покажи, как ты умеешь одевать штаны»

- Дети, чтобы одежда была чистой, нам нужно аккуратно гулять, не бегать по лужам.

**Возвращение с прогулки (раздевание)**

**Цель:** обеспечить своевременный приход с прогулки, формировать культурно – гигиенические навыки раздевания (аккуратно складывать вещи и класть их в шкаф, не толкаться возле шкафчиков), развивать речь (Закрепить названия предметов одежды, действий).

**Проведение:**

Всех детей при входе в садик воспитатель просит вытирать ноги (показывает, как это нужно делать).

- Какие вы все веселые пришли с прогулки! Хотите пойти в группу поиграть? Давайте аккуратно разденемся.

Снимает со всех шарфы и развязывает шапки, дальше предлагает им раздеваться самим.

- Сначала снимаем куртку, затем шапку, кофту, штаны, ботинки, наконец, носки.

Следит за опрятностью детей после прогулки: «Даша, посмотри, какие у тебя грязные штанишки! А какие ты надевала штанишки? (чистые).

Обращается и к другим детям: «Ксюша, а что ты сейчас снимаешь? Настя, а куда ты повесишь свою курточку?»

**Подготовка ко сну**

**Цель:** создать спокойную атмосферу в комнате, закрепить культурно – гигиенические навыки (аккуратно сложить одежду: вешать ее на стул, не толкаться возле стульев, обеспечить спокойный сон).

**Проведение:**

Воспитатель ведет детей по очереди в туалет, затем в спальню.

- Ребята, сегодня мы так хорошо поиграли и наши ручки, глазки и ножки устали и хотят отдохнуть. Возьмите свои стульчики, и будем раздеваться. Дети, а все помнят, как нужно складывать свою одежду на стульчик?

Помогает детям раздеваться. Первых в кроватку кладет детей, которые дольше засыпают.

Положим под спинку мягкую перинку.

Сверху на перинку чистую простынку

Положим под ушки белые подушки.

И накроем одеялом,

Чтобы дети крепко спали.

- Ребята, кто разделся, ложитесь в кроватки и укрывайтесь одеялом.

Когда все дети лежат в кроватках, спокойным, тихим голосом говорит:

Вот и люди спят,

Вот и звери спят.

Птицы спят на веточках,

Лисы спят на горочках,

Зайцы спят на травушке, утки –На муравушке,

Детки все по люлечкам

Спят- поспят, всему миру спать велят.

Теперь ложимся на бочек и закрываем глазки.

Приятных снов!

Во время сна детей воспитатель следит за ними (чтобы не раскрывались, чтобы не упали).