

Особенности организации режимных моментов в группе компенсирующей направленности для детей с ЗПР (средняя группа)

Режимные моменты в детском саду — это не просто бытовые процессы, а мощный каркас для развития ребенка. Для воспитанников средней группы с задержкой психического развития (ЗПР) привычные действия (прием пищи, одевание на прогулку, подготовка ко сну) становятся серьезным испытанием. Правильно организованный режим помогает скорректировать ментальные и поведенческие нарушения.

1. Проблема.

У детей 4–5 лет с ЗПР резко снижено произвольное внимание, они быстро утомляются и эмоционально истощаются. Процессы торможения и возбуждения в центральной нервной системе разбалансированы. Это приводит к двум крайностям во время смены деятельности: гиперактивность и хаос: при переходе от занятий к игре или умыванию дети начинают бегать, кричать и игнорировать словесные инструкции воспитателя. Выраженная заторможенность: ребенок «зависает» на одном действии (например, сидит с одним носком в руках по 20 минут), не может включиться в новый процесс из-за слабой переключаемости внимания. Усугубляет ситуацию несформированность навыков самообслуживания и пространственной ориентации. Дети путают последовательность надевания одежды, теряют свои вещи и легко впадают в состояние фрустрации, которое перерастает в капризы, плач или агрессию. Словесные указания («Идем мыть руки», «Собираем игрушки») для них часто остаются пустым звуком, так как кратковременная слуховая память у таких малышей ограничена.

2. Решение .

Для преодоления этих трудностей в средней группе компенсирующей направленности можно разработать систему визуальных, игровых и тактильных приемов. Они минимизируют стресс при смене деятельности.

Прием 1.

Визуальное расписание «Что сначала, что потом». Словесная инструкция для ребенка с ЗПР не всегда понятна, поэтому мы полностью визуализировали режимные процессы. Как это работает: в приемной, умывальной комнате и зоне спальни размещаются пошаговые карточки-схемы (алгоритмы). Перед прогулкой дети подходят к стенду «Одеваемся сами», где в картинках показан четкий порядок: колготки, штаны, кофта, обувь, куртка, шапка.

Индивидуальный маркер: для детей с тяжелой переключаемостью используется персональный планшет-дорожка с липучками. Выполнив действие (например, надев штаны), ребенок сам снимает картинку и кладет ее в кармашек «Сделано». Это превращает рутину в понятный чек-лист.

Прием 2.

Ритуал-сигнал «Звуковой таймер» резкая смена деятельности — главный триггер для детских капризов. Внедрить систему мягкого предупреждения за 5 минут до окончания текущего процесса. Как это работает: вместо громкого командного голоса воспитателя используются музыкальные инструменты с мягким звучанием (колокольчик, музыкальный треугольник или деревянные ложки). Каждый звук закреплен за своим действием. Звон колокольчика означает: «У нас есть 5 минут, чтобы доиграть и начать собирать игрушки». Звук деревянных ложек зовет всех в круг перед обедом. Дети ориентируются на приятный слуховой маркер, что исключает испуг и протест.

Прием 3.

Игровые упражнения-переходы «Паровозик» и «Молчанка» Чтобы организованно пройти от ковра до умывальника или спальни, можно использовать моторно-речевые игры, которые собирают рассеянное внимание. Как это работает: упражнение «Тихие ножки»: Воспитатель предлагает превратиться в мышек, которые крадутся мимо спящего кота. Дети концентрируются на координации движений, стараются идти на носочках, удерживая равновесие, и автоматически затихают. Упражнение «Паровозик с грузом»: Дети встают друг за другом, держась за плечи. «Поезд» едет мыть руки, но везет «хрупкий груз» (воображаемое стекло). Если кто-то отцепится или закричит — груз разобьется. Эта игровая задача стимулирует удерживать дистанцию и соблюдать правила.

Прием 4.

Психогимнастика и тактильные пятиминутки перед сном. Сон у детей с ЗПР часто поверхностный и тревожный из-за перевозбуждения в первой половине дня. Как это работает: в спальне, когда дети уже легли в кровати, проводится минутное упражнение на расслабление «Снежная кукла». Дети сильно напрягают руки и ноги (превращаются в ледяных кукол), а затем по команде «Солнышко пригрело» полностью расслабляют мышцы, «тают». Процесс засыпания сопровождается тихим аудиощум (звуки дождя, леса) или монотонное чтение короткой терапевтической сказки **воспитателем**.

Результат.

Систематическое применение данных приемов в течение учебного года даст выраженную положительную динамику:

- Повысится эмоциональная стабильность: количество капризов, вспышек агрессии и отказов от выполнения требований во время режимных моментов снизится.

- Смена деятельности больше не будет вызывать у детей паники или протеста.
 - Появится самостоятельность и координация.
 - Улучшится мелкая моторика.
 - Сформируются навыки саморегуляции.
 - Улучшится сон и аппетит: за счет снижения уровня предрожимной тревожности .
-
-