

Режим роботи групи продовженого дня

Група продовженого дня є однією із форм виховання дітей і допомагає організувати найсприятливіші умови для їхнього відпочинку, навчання і виховання, поєднання навчально-виховної роботи на уроках і в позаурочний час. Вона забезпечує, враховуючи вікові особливості, їхній розумовий, моральний, естетичний, фізичний, духовний розвиток, створює умови для організації продуктивної праці, відкриває можливості всебічного виявлення і розвитку індивідуальних, здібностей, запитів та інтересів дітей.

Успішна робота продовженого дня залежить не тільки від того, наскільки цілеспрямовано спланована робота, але й наскільки правильно організований у ній режим. Від раціонального, з точки зору педагогічної і гігієнічної побудови, режиму залежить підвищення успішності, збереження достатньої працездатності і попередження втомлюваності учнів. Дотримання упродовж тривалого часу правильного режиму сприяє зміцненню здоров'я, створює життєрадісний настрій і підвищує працездатність школярів. Неухильне дотримання режиму виховує в учнів такі цінні якості як дисциплінованість, акуратність, організованість.

Правильне чергування в режимі дня праці і відпочинку в свою чергу сприяє збереженню в дітей найвищої працездатності.

Режим дня в групі повинен відповідати психолого-педагогічним, гігієнічним і віковим особливостям учнів і сприяти перетворенню в єдиний гармонійний процес навчально-виховну роботу, відпочинок і трудову діяльність школярів.

При плануванні режиму роботи групи продовженого дня необхідно врахувати такі вимоги:

- відповідність режиму віковим особливостям школярів;
- педагогічне забезпечення чергування режимних моментів;
- раціональний розподіл часу на навчання, харчування, відпочинок, позакласні і позашкільні заходи, в тому числі максимальне перебування дітей на свіжому повітрі;
- чітку організацію роботи дитячого колективу, єдність вимог до дітей і контроль за їх діяльністю.

Орієнтуючись на рекомендовані режими і беручи до уваги місцеві умови (черговість проведення годин дозвілля і прогулянок на території школи, час роботи загальношкільних гуртків і секцій), вихователь розробляє режим

конкретної групи продовженого дня, враховуючи пропозиції вчителів, побажання батьків.

Після уроків учням пропонується перебувати на свіжому повітрі 30-60 хв.

Обід - 30 хв.

Прогулянки, ігри, суспільне корисна праця - 1,5-2 год.

Полуденок - 10 хв.

Самопідготовка -1-1,5 год.

Робота в гуртках, заняття за інтересами - 1-1,5 год.

Режим дня є законом життя і діяльності всього педагогічного та учнівського колективів школи. Психолого-педагогічне значення режиму полягає в тому, що він забезпечує чітку організацію життя і діяльності педагогів і учнів, виробляє в них (відповідний стереотип, сприяє піднесенню якості всієї навчально-виховної роботи.

Дбаючи про виконання режиму, слід пам'ятати, що зайва регламентація діяльності вихованців стримує їх ініціативу й самодіяльність. Діти повинні мати час побути на самоті або в невеликому колі друзів.

Режим дня учнів не може бути постійним, він динамічний, і як динамічне саме життя школи. Періодично, залежно від змін місцевих умов, удосконалення навчально-виховного процесу, педагоги переглядають раніше вироблений режим.

Правила внутрішнього розпорядку складають на основі загально-педагогічних вимов до організації і проведення навчально-виховної роботи, місцевих умов і можливостей.

Організація навчально-виховного процесу

Педагогічний досвід роботи переконує, що всі елементи щоденного плану можна сконцентрувати по таких етапах, які можна щоденно конкретизувати різними видами діяльності.

Організація групи продовженого дня

1. Прийом учнів у групу.

Обмін інформацією з класоводом про навчальні завдання для учнів.

Відзначення відсутніх учнів у журналі і вияснення причин відсутності.

Звільнення від перебування на групі хворих учнів згідно розпорядження медичної сестри та письмового (усного) прохання батьків.

Оголошення учням основних заходів протягом дня.

Організація підготовки учнів до години дозвілля, «спортивної години» (переодягання у спортивну форму, підбір інвентаря) чи до обіду (при 5-ти уроках).

Повторення правил поведінки учнів у коридорах, дворі, на сходах, вулиці.

Організаційний вихід учнів з класу.

2. Година здоров'я

Мета: Сприяти активному відпочинку дітей після розумової діяльності, розвивати м'язеву систему, покращити роботу серцево-судинної та дихальної системи, удосконалювати навички стрибання, метання в ціль і на дальність. Виховувати кмітливість, спритність, чесність, дружбу, дисциплінованість.

Інвентар: М'ячі (великі і малі), обручі, скакалки, кеглі, естафетні палички, прапорці, мішечки з піском.

- Підготовча частина.

Шикування. Ознайомлення зі змістом години здоров'я. Ходьба, різновиди ходьби. Повільний біг з переходом у ходьбу.

Рухові вправи на розвиток м'язів рук і ніг.

- Основна частина

Естафет, рухливі ігри.

- Заключна частина.

Шикування. Ігри низької рухливості. Дихальні вправи. Приведення організму в спокійний стан. Підведення підсумків. Організоване повернення в клас.

Година дозвілля

«Спортивна година»

Згідно з орієнтовним режимом дня, «спортивну годину» доцільно проводити після закінчення уроків. Вона проводиться з метою відпочинку дітей після розумової діяльності, загартування і зміцнення організму, фізичного їх розвитку, закріплення навичок поведінки у колективі.

Особливістю цих занять є те, що вони проводяться у невимушеній обстановці, здебільшого у формі гри. Тривалість цих занять залежить від багатьох обставин: втоми, попереднього виду діяльності, активності учнів, погодних умов. При ознаках перевтоми необхідно перейти до легких вправ чи ігор або припинити їх виконання на деякий час. Оскільки перебування дітей на свіжому повітрі - важливий фактор загартування, зміцнення здоров'я, підвищення працездатності дітей, тому незалежно від пори року ці заняття слід проводити на свіжому повітрі. Лише в разі негоди (дощ, сильний мороз, завірюха) їх переносять у спортивний зал, актовий зал, коридори. При проведенні години дозвілля на відкритому повітрі широко використовуються м'ячі, скакалки, обручі, санчата, лижі, ключки.

«Спортивну годину» доцільно проводити після закінчення уроків (для учнів, які навчаються в 1-у зміну). Час фізкультурних занять визначається режимом групи продовженого дня з урахуванням конкретних умов школи. У план кожного заняття, як правило, включають від 3 до 5 основних видів фізичних вправ з ходьби, бігу, стрибків, метання, лазіння, а також рухливі ігри чи естафети.

Вправи мають бути нетривалими і чергуватися з короткочасним відпочинком. Інтенсивні фізичні вправи і рухливі ігри слід чергувати із спокійними. «Спортивна година» не дублює урок фізкультури, але має певну структуру. Заняття починається з організації групи і пояснення його змісту. Після шиккування в шеренгу, колону чи коло й усвідомлення завдань заняття діти роблять невеличкий пробіг у повільному темпі (можна чергувати з ходьбою), виконують загально-розвиваючі вправи і переходять до основних вправлянь - бігу, стрибків, метань, рухових ігор тощо.

У режимі групи продовженого дня бажано організовувати змагання, фізкультурні свята, спортивні вечори.

«Спортивна година» може бути дуже різноманітною, але обов'язково доступною віковим особливостям і можливостям школярів. До доступних можна віднести наступні види рухів:

- ходьба звичайна і з різними рухами рук, ніг і тулуба, звичайна і швидка ходьба по периметру площадки і зі змінами напрямку руху, ходьба на носочках і п'ятках;

- біг повільний і швидкий, з виконанням завдань по сигналу, біг у чергуванні з ходьбою, біг з подоланням нескладних перешкод (перестрибування «канави», перебігання по гімнастичній лавочці та інші);

стрибки на двох ногах і на одній, на місці і з переміщенням вперед, стрибки через скакалку, обруч і т.д.;

- кидання і ловлення м'ячів великих і малих, перекидання м'ячів у парах;

- метання м'ячів на дальність, у різні цілі;

- лазіння, перелазіння через обручі, драбини та інші конструкції на ігровому майданчику;

- вис, упори на дитячих перекладинах;

- вправи в рівновазі: ходьба по вузькій лінії, лавочці, без предметів і з предметами, з подоланням перешкод; переступання: м'яча, натягнутого шнура;

- вправи з предметами: з м'ячами, з обручами (стрибки через обручі), з кеглями (гра за правилами), зі скакалкою (різноманітні стрибки на місці і в русі по одному, по два і т.д.);

- вправи для рук, ніг, тулуба, голови, які виконують на місці під час ходьби, в окремих іграх;

- рухливі ігри з шиккуванням і перешиковуванням, із загально-розвивальними вправами, з бігом, стрибками, метанням подоланням перешкод;

- естафети з ходьбою, бігом, стрибками, метанням, рухом на санках, лижах і т.д.;

- спортивні розваги типу катання на самокатах, велосипедах, роликів ковзанах, а взимку на санчатах, лижах, елементів гри в бадмінтон, розваги з волейбольними, баскетбольними м'ячами.

Зміст «спортивної години» узгоджується з навчальним матеріалом програми з фізичної культури.

У «спортивній годині» як одній із форм організації фізичного розвитку можна виділити три умовні частини.

Перша частина - «Підготовча» (10-15 хв.) - починається зразу після приходу дітей на ігровий майданчик, її зміст: шиккування, організаційні вказівки вихователя, ходьба, повільний біг 300-500 м по майданчику в колоні по одному; загальнорозвивальні вправи або під час ходьби, або в крузі, або в грі.

Ходьба і біг на початку «спортивної години» використовується як ефективний засіб, активізуючий і такий, що тренує діяльність серцево-

судинної і дихальної системи, сприяє більш швидкому насиченню крові киснем, знімає застійні явища за рахунок покращання крово- і лімфообігу. Крім цього ходьба, біг, загальнорозвивальні вправи є засобом підготовки організму до наступних рухових дій дітей.

Другу частину «спортивної години» (20-40 хв.) можна назвати основною для активного відпочинку дітей. Вона складається, в свою чергу, із загальних для всіх дітей ГПД рухливих ігор, естафет, спортивних розваг дітей.

Проведення зі всім класом рухливих ігор і естафет, які несуть у собі великий емоційний заряд, сприяє більш швидкому і повному переключенню дітей на другий вид діяльності, а, відповідно, і більш повному відпочинку.

Активні рухи цієї частини сприяють розвитку швидкості, спритності, сили і витривалості, швидкісно-силових якостей; збагачують руховий досвід дітей та знання про рухливі ігри.

Самостійні ігри дітей і спортивні розваги в парах, невеликих групах повніше задовольняють індивідуальні нахили дітей до різних рухових дій, сприяють подальшому їх відпочинку.

Третя частина - заключна (5-7 хв.) направлена на організаційний кінець активного відпочинку учнів. У неї входять загальне шиккування, спокійна ходьба по майданчику або декілька вправ на увагу з тим, щоб привести організм дітей у відносно спокійний стан, при якому можлива ефективна наступна навчальна діяльність (самопідготовка).

«Спортивна година» обов'язково передбачає організаційний прихід дітей на ігровий майданчик і вихід до школи.

3. Обід

Для вихователя обід - це важливий виховний захід. Педагог зобов'язаний закріпити в учнів навички самообслуговування, культури та гігієни поведінки в їдальні, бережливого ставлення до хліба і продуктів харчування, навчити шанувати працю поварів та обслуговуючого персоналу.

Цей захід складається з трьох етапів.

Підготовча частина

Миття рук милом, сушіння електрорушником.

Повторення правил поведінки в їдальні.

Накриття черговими учнями столів.

Основна частина

При вживанні першої страви навчити дітей правильно тримати ложку, руки на столі, виїдати перші страви з тарілки, складати тарілки та дотримувати чистоту за столом, користуватися серветкою.

При вживанні другої страви блюда навчити дітей правильно користуватися виделкою, ножем, очистити сардельку, складати тарілки та дотримуватися гігієнічної поведінки за столом.

При вживанні третьої страви навчити користуватися десертною ложечкою.

Заклучна частина

Подяка кухарям.

Прибирання черговими столів.

Участь у складанні меню для учнів обов'язково беруть медичні працівники школи, а за її якістю стежать санітарні служби.

4. Прогулянка

Прогулянки дозволяють вихователю груп продовженого дня вирішувати цілий комплекс оздоровчо-гігієнічних і пізнавальних завдань. Під час прогулянок широко використовуються різноманітні ігри на місцевості та інші види фізичних вправ. Плануючи прогулянку, вихователь заздалегідь повідомляє про це учнів, пропонує їм, що одягнути, як підготуватися.

Прогулянки є тематичними і цілеспрямованими. У проведенні всіх заходів під час прогулянки, походу необхідно давати школярам більше самостійності і творчої ініціативи, не нав'язувати учням те, що їм не подобається. Всі фізичні вправи треба проводити в ігровій формі.

Під час прогулянок діти займаються орієнтуванням на місцевості, вчать визначати сторони світу за різними ознаками (за деревами, пеньками, сонцем тощо), можна розучувати різні; пісні.

Швидкість руху під час прогулянки, екскурсії повинна бути невеликою, щоб найслабшому учневі було неважко.

Готовність учнів до прогулянки вихователь попередньо перевіряє. У жаркі дні обов'язкові головні убори. У зимовий період можна організувати погоди на лижах.

Після проведення прогулянки вихователь повинен поцікавитися, що найбільше сподобалося учням, куди б вони хотіли іти наступного разу. Ці побажання необхідно враховувати при плануванні роботи групи. Це піднімає їх інтерес, робить прогулянки, екскурсії цікавими.

Прогулянка в ліс - це спільний відпочинок, взаємне збагачення знаннями про природу, адже ліс - скарбниця народних лікувальних засобів, ягід, грибів, а також . наукових ідей та відкриттів.

Увійшовши в ліс, поясніть дітям причину того, чому кожне дерево різниться конфігурацією: одне струнке, інше - викривлене, одне з зеленою шапкою і голим стовбуром, інше - пишне від основи до верхівки. Не пройдіть повз старий пеньок, суху покручену гілляку, вивернуте дерево. Придивіться до них. Чи не нагадує вам їх вигляд якусь тварину, птаха?

Зверніть увагу дітей на красу лісу, мальовничість лісової просіки, узлісся з пахучою високою травою і густим чагарником, на низько опущене гілля дерев або берег річки з лісовими хащами. Саме тут зароджується любов до природи, до рідного краю.

На пам'ять про прогулянку можна замалювати й сфотографувати лісовий пейзаж, а свої враження занотувати.

Дітям корисно буде дізнатися про тваринний і рослинний світ лісу, зелену аптеку.

Придивіться, які птахи живуть у лісі. Прислухайтеся до їх голосів. Спів пташок можна записати на магнітофон.

У лісі виробляється вміння спілкуватися з природою і жити в природному середовищі.

Під час прогулянки вам зустрінеться мурашник. Придивіться до цих трудяг. У них висока організація праці, немає лінивих і дармоїдів, кожна мурашка має свою справу. Ці маленькі санітари знищують личинок, дрібних комашок, які шкодять лісу. Отже, від них багато в чому залежить здоров'я і краса лісу. Тому мурашники не можна руйнувати. Можна відеокамерою зняти сюжет про життя мурашника, а потім простежити за роботою його окремих особин.

Зверніть увагу на зв'язок рослинного світу з тваринним, ґрунтом, географічним положенням і кліматичним поясом.

3. Самопідготовка

Мета: Поглиблювати вміння і навички учнів самостійно виконувати домашні завдання, сприяти кращому засвоєнню навчального матеріалу; раціонально використовувати свій час; вчити дітей самостійно працювати з підручником, довідковою літературою; виховувати охайність, старанність, взаємодопомогу, товаришування та дисциплінованість.

- Підготовча частина:

Приготування зошитів, підручників, необхідного приладдя. Уточнення домашніх завдань. Дозування часу по предметах. Проведення вправ, дидактичних ігор для збудження інтересу до тем.

- Основна частина:

Повторення матеріалу, вивченого на уроці. Самостійне виконання домашніх завдань. Індивідуальна робота. Фізкультхвилинки.

- Заключна частина:

Відзначення найстаранніших учнів під час самопідготовки. Підсумок. Вставка зошитів.

Заняття за інтересами

Настільні ігри;

Виготовлення аплікації;

Читання художньої літератури з бібліотеки;

Сюжетно-рольові ігри.

Завершення роботи в ГПД

1. Повторення правил дорожнього руху.
2. Прибирання робочих місць.
3. Збір дітей додому.