**Перспективный план**

**по воспитанию**

**культурно-гигиенических**

**навыков**

**во второй младшей группе**

**Воспитатель:**

**Бакулина В.Е**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Содержание навыков | Методические приёмы |
| **Сентябрь** |
| Питание | Формировать у детей **культурно – гигиенические навыки**, учить держать ложку тремя пальцами, подносить ко рту боковой частью, брать пищу губами, не всасывая в себя. | Упражнение *«Как зайка правильно учился держать ложку»* |
| Одевание –раздевание | Учить детей, по мере одевания, доставать из шкафа уличную обувь, джинсы, с помощью взрослого надевать носки, джинсы и кофту. | Упражнение *«Покажем зайке, где лежат наши вещи»* |
| Умывание | Формировать у детей базовые **культурно – гигиенические навыки**, учить правильно мыть руки (брать мыло из мыльницы, намыливать руки, класть мыло на место, тереть ладошки друг о друга, смывать мыло, отжимать воду с рук). | Упражнение *«Мы моем правильно руки»*Чтение потешки *«Водичка – водичка»* |
| Содержание одежды в порядке | Учить снимать колготки сначала с верхней части туловища, затем с ног, правильно надевать обувь. | Чтение С. Михалков «Я сам». |
| **Октябрь** |
| Питание | Учить детей держать ложку тремя пальцами, подносить ко рту боковой частью, брать пищу губами, жевать пищу коренными зубами, пользоваться салфеткой после еды. | Беседа «Вспомни, как надо правильно кушать» |
| Умывание | Формировать **культурно – гигиенические навыки**, учить детей самостоятельно и аккуратно мыть руки, насухо вытирать их полотенцем, сняв его с крючка, положив на ладошки, вешать полотенце на место. | Упражнение *«Мойдодыр»*Чтение: Я. Аким *«Неумейка»* |
| Одевание – раздевание | Учить постепенно, по мере одевания, доставать из шкафа уличную обувь, словесно выражать просьбу о помощи. Приучать соблюдать элементарные правила поведения в раздевалке: не бегать, не стучать дверцами шкафчика. | Дидактическое упражнение «Кто правильно и быстро положит одежду» |
| Содержание одежды в порядке | Учить детей видеть непорядок в одежде, просить взрослого помочь устранить его. | Беседа «Как заботиться о своей одежде» |
| **Ноябрь** |
| Питание | Формировать **культурно – гигиенические навыки**, учить детей есть самостоятельно, правильно держать ложку, наклоняться над тарелкой, правильно вести себя за столом, пользоваться салфеткой после еды. | Беседа «Как правильно есть второе блюдо» |
| Одевание – раздевание | Формировать у детей умение снимать колготки сначала с верхней части туловища, затем с ног, находить перед одежды, правильно надевать обувь, платье, шорты, куртку, шапку, с помощью взрослого убирать вещи в шкаф. | Упражнение «Как мы умеем наводить порядок» |
| Умывание | Продолжать учить детей намыливать руки до образование пены, мыть их круговыми движениями, тщательно смывать мыло, отжимать воду | Чтение А.Барто «Девочка чумазая» |
| Содержание одежды и обуви в порядке | Продолжать учить детей замечать непорядок в одежде и устранять его с помощью взрослых или других детей. **Воспитывать опрятность**, бережное отношение к вещам. | Чтение Д.Крупской «Чистота» |
| **Декабрь** |
| Питание | Закреплять умение держать ложку тремя пальцами, не отводя локоть в сторону, есть жидкость первого блюда вместе с заправкой, откусывать пищу небольшими кусочками, жевать коренными зубами, брать из общей тарелки хлеб, булочки. |  |
| Одевание- раздевание | Закреплять умение надевать обувь, рейтузы, с помощью взрослого застегивать куртку, вешать в шкаф одежду. Просьбу о помощи выражать только словесно. |  |
| Умывание | Продолжать учить детей намыливать руки до образование пены, мыть их круговыми движениями, тщательно смывать мыло, отжимать воду. Учить мыть лицо обеими руками прямыми и круговыми движениями, проявлять аккуратность: не мочить одежду, не разбрызгивать воду. |  |
| Содержание одежды и обуви в порядке | **Воспитывать опрятность**, формировать осознанное отношение к внешнему виду. |  |
| **Январь** |
| Питание | Формировать у детей **культурно – гигиенические навыки и навыки самообслуживания**. Учить есть аккуратно, правильно держать ложку, пользоваться салфеткой. | Беседа « Культура поведения во время еды» |
| Одевание – раздевание | акрепить умение одеваться в определенной последовательности с небольшой помощью **воспитателя**, пользоваться всеми видами застежек. | Беседа «Как мы наводим порядок в своём шкафу» |
| Умывание | Продолжать учить детей правильно мыть руки, тщательно ополаскивать мыло с рук. Пользоваться индивидуальным полотенцем, снимать его из шкафчика и поочередно вытирать руки. | Чтение К.Чуковского «Мойдодыр» (отрывок) |
| Содержание одежды и обуви в порядке | Закрепить умение одеваться в определенной последовательности с небольшой помощью **воспитателя**, пользоваться всеми видами застежек. | Сушка варежек |
| **Февраль** |
| Питание | Формировать **культурно- гигиенические навыки**. Учить пользоваться вилкой. Обращать внимание на необходимость соблюдение знакомых детям правил поведения за столом. | *«Учимся правильно пользоваться вилкой»* |
| Одевание – раздевание | Учить детей складывать одежду в шкафчики в определенной последовательности. **Воспитывать аккуратность**, самостоятельность. | Упражнение *«Покажем зайке, как мы умеем складывать одежду в шкафчик»* |
| Умывание | Закреплять умение пользоваться своим полотенцем, развернув его, вытирая сначала лицо, затем руки. Вешать на место. Учить проявлять аккуратность: не мочить одежду, не разбрызгивать воду. | Чтение отрывка «Да здравствует мыло душистое….» |
| Содержание одежды и обуви в порядке | Формировать у детей **навыки самообслуживания**, учить оказывать помощь **воспитателю** в организации сушки варежек и штанов. | Сушка одежды после прогулки |
| **Март** |
| Питание. | **культурно – гигиенические навыки**, учить правильно пользоваться вилкой *(обращать внимание на правильное положение рук)* брать небольшие кусочки пищи и аккуратно доносить их до рта! | Упражнение *«Послушная вилка»* |
| Одевание – раздевание | Совершенствовать умение быстро одеваться и раздеваться в определенной последовательности, правильно размещать свои вещи в шкафу; аккуратно складывать и развешивать одежду на стуле перед сном, узнавать свои вещи, не путать с одеждой других детей. Закреплять умение правильно надевать обувь. | Игра-соревнование «Чей стул самый аккуратный» |
| Умывание | Формировать у детей **культурно – гигиенические навыки**, учить правильно и тщательно вытирать рукава, не мочить при умывании одежду, не разбрызгивать воду в умывальной комнате. | Упражнение *«Мягкое полотенце»*, *«Надо, надо умываться»* |
| Содержание одежды и обуви в порядке | Продолжать формировать **навыки самообслуживания**. Учить самостоятельно сушить *(класть на тепловые радиаторы)* варежки и помогать **воспитателю сушить штаны**. | Сушка одежды после прогулки |
| **Апрель** |
| Питание | Совершенствовать умение правильно держать ложку, есть второе блюдо, чередуя *(котлеты и т. д.)* гарниром, доедать пищу до конца, не оставляя её за щекой. | Беседа «Культура еды- серьёзное дело» |
| Одевание – раздевание | Формировать у детей **навыки самообслуживания**, умение одеваться и раздеваться в определенной последовательности, при необходимости обратиться за помощью к **воспитателю**. Продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке: не сорить, помогать товарищам, не мешать другим. | Чтение С. Михалков «Всё сам» |
| Умывание | Формировать у детей **культурно – гигиенические навыки**, акцентировать внимание детей на том, как нужно правильно намыливать руки, смывать мыло, вытирать руки. С опорой на рисунки обсудить, когда необходимо мыть руки. Учить ополаскивать мыло после его использования. | Упражнение *«Красивая расческа»* |
| Содержание одежды и обуви в порядке. | Продолжать учить замечать непорядок в одежде и устранять его с помощью взрослых или других детей. **Воспитывать** бережное отношение к вещам, опрятность | Упражнение *«Послушные ножки»* |
| **Май** |
| Питание | Формировать у детей **культурно – гигиенические навыки**, учить выполнять правила поведения за столом. Обогащать словесный запас детей словами и выражениями, связанными с общением за столом. | Чтение О,Григорьев «Варенье» |
| Одевание – раздевание | Упражнять в использовании разных видов застежек *(пуговицы, молнии, липучки)*. Учить выворачивать вещи на лицо. Просьбу о помощи выражать только словесно. Продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке: не сорить, помогать товарищам, не мешать другим, вытирать ноги при входе в помещение. | Чтение Я. Аким «Неумейка» |
| Умывание | Совершенствовать у детей **культурно – гигиенические навыки**, осознанное отношение к соблюдению правил личной гигиены. Формировать привычку мыть руки после посещения туалета, перед едой, а также по мере загрязнения. | Упражнение *«Детское земляничное мыло»* |
| Содержание одежды и обуви в порядке | Продолжать учить замечать непорядок в одежде и устранять его с помощью взрослых или других детей. **Воспитывать** бережное отношение к вещам, опрятность. | Беседа «Чистота-залог успеха» |