

Культурно – гигиенические навыки в первой младшей группе. Первый квартал.

Режимные процессы	Содержание навыков	Методические приёмы
Первый квартал		
Питание	Учить держать ложку в правой руке, брать пищу губами, есть с помощью взрослых.	Игровые ситуации: «Как мама учила мишку правильно кушать» Чтение потешки: «Ладушки, ладушки», «Умница, Катенька», «Гойда, гойда»
Одевание - раздевание	Учить доставать из шкафа уличную обувь, рейтузы. Побуждать надевать носки, рейтузы, кофту или свитер, куртку, шапку. Учить снимать колготки с верхней части туловища. Приучать словесно, выражать просьбу о помощи, учить спокойно вести себя в раздевальной комнате.	Дидактические игры: «Оденем куклу на прогулку», «Разденем куклу после прогулки». Дидактические упражнения: «Тюфелки поссорились – подружились», «Сделаем из носочка гармошку», «Покажем кукле (мишке, зайчику), где лежат наши вещи». Чтение: потешка «Наша Маша маленькая», З. Александрова «Катя в яслях».
Умывание	Учить брать мыло из мыльницы, с помощью взрослых намыливать руки, класть мыло на место, тереть ладони друг о друга, смывать мыло зная местонахождение своего полотенца, с помощью взрослого вытирать руки. Приучать пользоваться носовым платком.	Дидактическое упражнение «Как мы моем ладошки и отжимаем ручки». Рассматривание картинок: «Дети моют руки», «Мама моет дочку». Беседа по ним. Чтение: потешки: «Водичка – водичка...», «Гуси – лебеди летели...»

Культурно – гигиенические навыки. Второй квартал.

Режимные процессы	Содержание навыков	Методические приёмы
Второй квартал		
Питание	Закреплять умение держать ложку в правой руке, брать пищу губами, откусывать её небольшими кусочками, жевать коренными, а не передними зубами.	Чтение потешки: «Идёт коза рогатая...», «Пошёл котик на торжок...», «Кисонька – мурысонька», З. Александрова «Вкусная каша»
Одевание – раздевание	Учить расстёгивать застёжки липучек, упражнять в использовании других видов застёжек. Учить надевать обувь, рейтузы, с помощью взрослого застёгивать пальто, вешать в шкаф одежду. При раздевании перед сном побуждать снимать платье или рубашку. Затем обувь, учить правильно, снимать колготки, вешать одежду на стул. Продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке.	Игровая ситуация «Как петушок разбудил утром детей». Дидактическое упражнение «Уложим куклу спать». Чтение: З. Александрова «Мой мишка», Н. Павлова «Чьи башмачки».
Умывание	Продолжать учить намыливать руки и мыть их прямыми движениями, учить отжимать руки после мытья. Закреплять умение вытирать руки своим полотенцем и вешать его на место.	Рассматривание иллюстраций «Дети моют руки» и беседа по ней. Дидактическое упражнение «Как мы моем ладошки и отжимаем ручки», Чтение: потешка «Водичка, водичка...»

Культурно – гигиенические навыки.

Третий квартал.

Режимные процессы	Содержание навыков	Методические приёмы
Третий квартал		
Питание	Совершенствовать умение есть самостоятельно, доедать всё до конца, проглатывать пищу, не оставляя её за щекой. Формировать навыки аккуратности. Учить пользоваться салфеткой.	Игровая ситуация «Как мишка учился кушать вилкой». Дидактическое упражнение «Поможем зверюшкам накрыть стол к обеду». Чтение: потешка «Уж я Танюшечка пирог испеку...», Е. Благинина «Алёнушка»
Одевание – раздевание	Продолжать учить застёгивать пуговицы. Учить надевать носки, гольфы, начиная с носка. При раздевании перед сном побуждать вешать платье или рубашку на спинку стула, шорты, колготки класть на сиденье. Учить вежливо, выразить просьбу о помощи.	Игровая ситуация «Как мы помогли кукле собраться в гости к мишке». Дидактическое упражнение «Почтим зверюшек застёгивать пуговицы».
Умывание	Учить засучивать рукава перед умыванием, закреплять умение мыть руки. Учить мыть лицо, не разбрызгивать воду. Закреплять умение пользоваться носовым платком.	Дидактические упражнения: «Научим мишку (зайку, куклу) правильно умываться», «Покажем Винни-Пуху, как вытирать руки и лицо полотенцем». Чтение: К. Чуковский «Мойдодыр», Е. Благинина «Алёнушка».

Культурно – гигиенические навыки. Четвёртый квартал.

Режимные процессы	Содержание навыков	Методические приёмы
Четвёртый квартал		
Питание	Учить держать ложку тремя пальцами, съедая бульон первого вместе с заправкой, основное блюдо и гарнир. Закреплять умение есть аккуратно, совершенствовать навыки культуры еды.	Игровая ситуация «Мишка пригласил в гости зайку и ёжика». Дидактическое упражнение «Расскажем Хрюше, как надо правильно кушать». Чтение: С. Капутикян «Кто скорее допьёт», «Маша обедает».
Одевание – раздевание	Закреплять умение правильно одеваться и раздеваться с небольшой помощью взрослых, размещать свои вещи в шкафу, складывать и развешивать одежду на стуле перед сном. Продолжать учить пользоваться разными видами застёжек.	Дидактические упражнения: «Покажем, как нужно складывать одежду перед сном», «Научим мишку складывать вещи в раздевальном шкафчике». Чтение: И. Муравейка «Я сама», Н. Павлова «Чьи башмачки»
Умывание	Закреплять навыки мытья рук и умывания. Учить во время умывания не мочить одежду. Побуждать расчёсывать короткие волосы.	Рассматривание картинок: «Девочка чумазая», «Девочка аккуратная». Чтение: С. Капутикян «Хлюп – хлюп», Г. Лагздынь «Лапки».

Источник.

Голицына Н.С. «Перспективное планирование в детском саду. 1-я младшая группа. Реализация ФГТ в ДОУ. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010. – 32с.