**Перспективный план по формированию культурно-гигиенических навыков**

**младший дошкольный возраст по программе «Детство»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сентябрь** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | «Строение человека».  Цель: Закрепление знаний частей тела: голова, руки, ноги, туловище, шея, ориентировка на себе. | Лицо: глаза, ресницы, брови, нос, рот, уши.  Цель: Закрепление знаний о частях тела, об их значении. | Кожа: ногти, волосы.  Цель: воспитывать понимание того, что окружающие люди одобряют действия, связанные с соблюдениями правил гигиены, закреплять знания об уходе за кожей, волосами, ногтями. | Нос, уши.  Цель: закреплять знания о бережном отношении к своему здоровью: правильное дыхание через нос, уход за ушами, нельзя засовывать предметы в нос и уши. |
| **Умывание** | «Да здравствует мыло душистое»  Цель: Закреплять последовательность мытья рук(знакомство с алгоритмом умывания) | «Три золотых правила мытья рук»:  а) перед едой  б) после туалета  в) после прогулки  Цель: Разучить «Три золотых правила», расширять и активизировать словарь: мыло, мыльная пена, намылили, смыли, мыльница, вода –чистая, теплая, холодная. | Д/И «Умоем куклу Катю»  Цель: Закреплять знания о правильном мытье рук, лица, дать понятие о том, что у полотенец есть разное назначение: для рук, ног, тела. | Рассматривание иллюстрации «Мама купает малыша».  Цель: Закреплять знания о предметах личной гигиены: мыло, полотенце, теплая вода. |
| **Питание** | «Полезные и вредные продукты»  Цель: Дать знания о полезных и вредных продуктах, что можно есть много, а что ограниченно. | «Правила поведения за столом»  Цель: Закреплять правила поведения за столом: есть аккуратно, пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой, нельзя использовать столовые приборы родителей, друзей. | «Правила поведения за столом».  Цель: Закреплять знания о том, что за столом сидят с прямой спиной, ножки стоят рядом со стульчиком, на столе лежат только кисти рук, локти свисают. | «Сервировка стола».  Цель: Учить накрывать на стол, дать понять детям, что необходимо помогать младшему воспитателю, познакомить со значением слова «дежурный». |
| **Одевание** | «Для чего нужна одежда?»  Цель: Обогащать знания детей об одежде, познакомить с алгоритмом одевания закреплять последовательность одевания. | Д/И «Оденем куклу Катю на прогулку».  Цель: Закреплять последовательность одевания, расширять представления детей о необходимости тепло одеваться. | «Порядок в кабинках».  Цель: Знакомить с понятием «вещи стопочкой», дать представление о том, что в личных кабинках тоже должен быть порядок. | Драматизация стихотворения «Митя и рубашка».  Э. Мошковской  Цель: познакомить детей с новым стихотворением, обратить внимание на внешний вид рубашки, дать понять, что одежда должна быть чистой и опрятной. |
| **Октябрь** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | Д/И «Кукла Катя простудилась».  Цель: Закреплять знания детей о бережном отношении к своему здоровью: теплая шапочка, шарфик и т.п. | Д/И «Чем похожи, чем отличаются?»  Цель: Сравнить части тела человека и животного (дышат, видят, слышат, 4 лапы, хвост, шерсть и т.п.) | «Зубы»  Цель: Обогащать знания детей о назначении зубов у человека и животных, что полезно, что вредно для зубов. | «Кожа».  Цель: Познакомить с правилами ухода и защиты кожи, закрепить знания о назначении кожи у человека и животного |
| **Умывание** | Д/И «Какая вода».  Цель: Дать представления о свойствах воды, расширять словарный запас: теплая, холодная, чистая, грязная, мыльная, прозрачная. | Д/И «Как мы купали Хрюшу».  Цель: Дать представление о том, что быть грязным плохо, для купания нужно использовать теплую воду, мыло, мочалку, полотенце. | «Тетушка Зубная щетка».  Цель: Познакомить детей с зубной щеткой, для чего она нужна? | «Мыльные перчатки».  Цель: Продолжать закреплять умение правильно намыливать ручки (до «мыльных барашков»), хорошо смывать, насухо вытирать ручки. |
| **Питание** | Потешка «Глубоко-не мелко».  Глубоко-не мелко корабли в тарелках. Луку головка, красная морковка, петрушка, картошка и крупки немножко. Вот кораблик плывет, попадает прямо в рот.  Цель: Познакомить детей с новой потешкой, закреплять умение держать и пользоваться ложкой правильно. | «Будем кашу варить, будем Ваню кормить».  Цель: Продолжать закреплять умение правильно держать ложку в правой руке, кушать аккуратно, бесшумно. | Д/И «Кормление кукол Кати и Вовы».  Цель: Развивать устойчивое внимание, умение манипулировать столовыми приборами: ложкой. | Д/И «Вилки-ложки».  Цель: Закреплять умение детей пользоваться ложкой, познакомить с вилкой, ее назначением, сравнить отличия использования ложки и вилки. |
| **Одевание** | Загадки про одежду.  Цель: Закреплять названия одежды, ее частей (ворот, рукав, карман и т.п.) | Д/И «Кукла Катя показывает свой наряд».  Цель: Закреплять знания об одежде, формировать навыки одевания. | Д/И «Оденем куклу на прогулку».  Цель: Знакомить с названиями и видами обуви: тапки, теплые сапоги, валенки, резиновые сапоги и т.д., закреплять алгоритм одевания, | Ситуация «Кукла Катя упала и замарала платье».  Цель: Уметь находить решение проблемы, воспитывать умение сочувствовать человеку, попавшему в сложную ситуацию. |
| **Ноябрь** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | «Волосы» Загадка про расческу.  *Целых 25 зубков,  Для кудрей и хохолков. И под каждым, под зубком –  Лягут волосы рядком.*  Цель: Закреплять знания для чего нужна расческа, какие расчески бывают, можно пользоваться только своей расческой. | «Зубы»  Цель: Дать представление о том, что после каждого приема пищи необходимо полоскать рот. | «Рот – орган речи».  Цель: Дать представление, что рот необходим не только для принятия пищи, но и как орган речи, познакомить с функциями языка и горла. | «К нам пришел доктор Айболит».  Цель: Познакомить с правилами поведения во время болезни, закреплять знания об охране своего организма от травм и простуд. |
| **Умывание** | Чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр».  Цель: Воспитывать желание самостоятельно следить за чистотой своего тела, правильно совершать процессы умывания. | Д/И «Полотенце пушистое».  Цель: Воспитывать умение правильно пользоваться полотенцем, руки вытирать насухо, снимать полотенце с крючка. | Д/И «Чистоплотные дети».  Цель: Воспитывать желание быть чистоплотными и аккуратными, активизировать речь, внимание, умение называть как можно больше предметов гигиены. | Потешка «Водичка, водичка».  *Водичка, водичка,  Умой мое личико -  Чтоб глазки блестели,  Чтоб щечки горели,  Чтоб смеялся роток,  Чтоб кусался зубок*  Цель: Познакомить детей с потешкой, активизировать речь, воспитывать поведение в туалетной комнате(нельзя толкаться, брызгаться, намыливать глаза). |
| **Питание** | Поручения дежурным.  Цель: Продолжать знакомить с дежурством – мыть руки перед дежурством, надевать фартук, ставить салфетницу, хлебницу, раскладывать ложки справа от тарелки и т.д. | «Волшебное слово – «спасибо».  *Один мой знакомый поесть обожает, но после «спасибо» сказать забывает. Зачем вам, друзья на него походить? И мамам и бабушкам и поварам, и тем, кто принес угощение вам, волшебное слово «спасибо» скажите свою благодарность за труд покажите.*  Цель: Формировать культуру поведения за столом по средствам художественного слова. | Художественное-слово – напоминание перед принятием пищи.  *Молчим мы во время еды не напрасно, жевать и беседовать очень опасно: никто вашу речь все равно не поймет, а вдруг «не в то горло» еда попадет? Один мой знакомый болтал, веселился, неловко вздохнул и куском подавился.*  Цель: Формировать культуру поведения за столом по средствам художественного слова. | Д/И «Красивые салфетки для трех поросят».  Цель: Продолжать воспитывать умение пользоваться салфетками. |
| **Одевание** | «Мы проснулись, потянулись»  Цель: Закреплять умение одеваться после сна в правильном порядке, развивать навыки самообслуживания, правильно надевать носочки, с помощью воспитателя выворачивать одежду, помогать другу. | Д/И «Мальчик Дима и девочка Нина идут гулять».  Цель: Обогащать знания о предметах одежды, различать одежду для мальчиков и девочек. | Д/И «Постираем кукле платье».  Цель: Дать представление о способах ухода за одеждой, воспитывать опрятность, аккуратность. | Стихотворение Е. Благиной  «Как у нашей Ирки».  *Как у нашей Ирки, на чулках по дырке! Почему, почему, на чулках по дырке? Потому что неохота штопать нашей Ирке.*  *Как у нашей Натки штопка на пятке! Почему, почему, штопка на пятке? Потому что неохота быть неряхой Натке.*  Цель: Уметь определять характер человека по внешнему виду, воспитывать желание быть опрятным, аккуратным. |
| **Декабрь** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | «Я за столиком сижу, спинку ровненько держу».  Цель: Учить детей за столом сидеть ровно, спинку держать прямо, ножки около стульчика. | «Что такое закаливание?»  Цель: Познакомить детей с понятием «закаливание», для чего оно нужно, уточнить, любят ли дети закаливающие процедуры, почему? | Д/И «Кукла Катя кашляет и чихает».  Цель: Учить детей по время кашля и чихания отворачиваться, закрывать рот платком (рукой). | Д/И «Собери куклу».  Цель: Повторить названия частей тела, определить правильное расположение частей тела, где какая должна находиться (голова, руки, ноги, туловище, шея и т.д.) |
| **Умывание** | Д/И «Чем я моюсь».  Цель: Уточнять представления детей о предметах для умывания: мочалка, зубная паста, мыло и т.д., уметь ориентироваться какое средство (предмет) нужен в разное время. | Д/И «Как Хрюша пошел умываться».  Цель: Закрепить навыки умывания, умение закатывать рукава, правильно намыливать руки, вытирать насухо. | Разучивание потешки.  *Из колодца принесла курочка водицы и ребята всей гурьбой, побежали мыться.*  Цель: Познакомить детей с новой потешкой, вызвать желание мыть руки. | Д/И «Какое полотенце».  Цель: Дать представление о том, что полотенце бывает разное: махровое, вафельное,  личное, ножное, банное, кухонное, расширять словарный запас. |
| **Питание** | Потешка «Кашка из гречки».  *Кашка из гречки, где варилась?- В печке сварилась, упрела, чтобы деточки ели, кашу хвалили, на всех разделили. Досталось по ложке гусям на дорожке, цыплятам в лукошке, синицам в окошке. Хватило по ложке собаке и кошке, и детки поели последние крошки!*  Цель: Побудить детей съесть всю кашу, познакомить с новой потешкой. | Д/И «Чашки - ложки».  Цель: Закрепить навыки сервировки стола, названия посуды и столовых приборов (ложка, вилка, нож). | Д/И «Хрюша за столом»  Цель: Закреплять умение детей есть вторые блюда вилкой, отделяя небольшие кусочки от блюда, пережевывать пищу закрытым ртом. | Чтение сказки К. Чуковского «Муха Цокотуха»  Цель: Закрепить навыки поведения за столом, обратить внимание на поведение героев сказки. |
| **Одевание** | Беседа «Моя одежда».  Цель: Продолжать закреплять умение в правильной последовательности раздеваться перед сном, аккуратно развешивать вещи на стульчик. | «Дружные сандали».  Цель: Продолжать закреплять умение правильно надевать обувь: правый сандаль на правую ножку, левый сандаль на левую ножку. | Д/И «Кукла Маша проснулась».  Цель: Закреплять названия одежды, развивать умение действовать с предметами, одеваться в правильном порядке. | Д/И «Маша - неряша».  Цель: Учить замечать непорядок в одежде, следить за своим внешним видом. |
| **Январь** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | Д/И «Как у Кати заболели зубы».  Цель: Дать представление о том, что нужно следить за своими зубами и вовремя посещать зубного врача. | Беседа «Зачем человеку витамины».  Цель: Познакомить с понятием «витамины», для чего они нужны человеку, где их взять? | Д/И «Мальчики и девочки».  Цель: Обогащать представления детей о себе и своих сверстниках, учить различать людей по полу и возрасту. | Д/И «Какие бывают прически?»  Цель: Познакомить детей с понятием «прическа», обратить внимание с какими прическами ходят дети. |
| **Умывание** | Художественное слово.  *Взглянуть в микроскоп ты на руки попробуй, увидишь там полчища вредных микробов. Они возбудители вредных болезней, их стряхивать с рук все равно бесполезно. От этих микробов есть средство простое: они погибают от мыла с водою. Запомни, пожалуйста, перед едой ты руки старательно с мылом помой.*  Цель: Закреплять навыки мытья рук по средствам художественного слова. | Д/И «Умоем куклу».  Цель: Закреплять умение правильно мыть руки и лицо: намыливать, смывать, отжимать воду, насухо вытирать полотенцем. Лицо с мылом мыть только при необходимости. | Разучивание потешки: «Чистая водичка».  *Чистая водичка*  *Моет Вове личико,*  *Танечке – ладошки,*  *Пальчики – Антошке.*  Цель: Создание у детей потребности и привычки к гигиеническим процедурам. | Стихотворение – шутка  В. Орлов  «Чистюли»  *Маленькие мушки И большие мушки Умывают лапками И глаза, и ушки.*  *Чистые, умытые, Утром, на заре Завтракают весело В мусорном ведре.*  Цель: Познакомить детей с новым стихотворением, воспитывать желание соблюдать гигиену тела, доставить радость. |
| **Питание** | Поручения дежурным по столовой.  Цель: Продолжать знакомить детей с посудой, ее расположением на столе. | Д/И «Подарок для Мишки – новая чашка».  Цель: Обогащать знания детей о назначении чашки, ее частей (дно, стенки, ручка). | «Наша посуда»  Цель: Помочь детям в освоении понятия «посуда», упражнять в умении классифицировать предметы по одному (двум) признакам (цвету, форме, назначению). | Наблюдение «Няня моет посуду».  Цель: Способствовать формированию у детей представления о трудовом процессе, вызвать добрые чувства к человеку, проявляющему заботу о детях. |
| **Одевание** | «Волшебный шнурок»  Цель: Учить вдевать и выдергивать шнурок в отверстия по сюжетной картинке, развивать мелкую моторику рук. | Рассматривание иллюстраций «Шапки».  Цель: Уточнить название предметов одежды (шапки), из каких частей она может состоять, какие шапочки бывают (зимние, демисезонные, панамки и т.д.) | Рассматривание иллюстраций «Зимняя одежда».  Цель: Уточнить названия предметов одежды (шубы, куртки, пальто и т.д.), из каких частей верхняя одежда состоит. | Д/И «Кукла Катя идет в гости».  Цель: Создание у детей потребности быть опрятными, воспитывать желание одеваться со вкусом. |
| **Февраль** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | «Носики - курносики».  Цель: Закреплять умение пользоваться индивидуальным носовым платком, уточнить, в каких случаях это необходимо. | Д/И «Определи, здоров или болен».  Цель: Обогащать знания детей о возможном состоянии человека – здоров, болен, плохо себя чувствует и т.п. | «Будь осторожен».  Цель: Закреплять правила здоровьесберегающего поведения в обществе (не толкаться, не драться, в туалетной комнате не брызгаться и т.д.) | «Наши зубки».  Ситуативная игра «Фонтанчики».  Цель: Продолжать учить детей правильно полоскать рот после еды, создавать условия для поддержания элементарных гигиенических процедур. |
| **Умывание** | Повторить потешку «Чистая водичка» (см. январь 3 неделя).  Цель: Создать у детей настрой на выполнение культурно-гигиенических процедур, развивать речь, память. | «Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки».  Цель: Развивать умение самостоятельно совершать процессы умывания, не мешать сверстникам. | Д/И «Помой руки своей дочке».  Цель: Закреплять алгоритм умывания, способствовать становлению все более устойчивого интереса к выполнению гигиенических процедур. | «Мое полотенце».  Цель: Продолжать закреплять у детей понимание того, что вытираться можно только своим, индивидуальным полотенцем, упражнять в правильном использовании полотенца (снимать с крючка, руки вытирать насухо, вешать обратно). |
| **Питание** | Дежурство по столовой.  Цель: Воспитывать у детей потребность мыть руки перед дежурством по столовой, надевать фартук, колпачок, чистыми руками сервировать стол. | Д/И «Катино угощение».  Цель: Расширять представления детей о полезных продуктах (фрукты, овощи, натуральные соки), рассмотреть модели или картинки с изображением фруктов. | Сказка «Три медведя».  Цель: Закреплять правила поведения за столом, уметь анализировать поведение главного героя (героини). | Беседа «Столовые приборы».  Цель: Напомнить детям правила пользования столовыми приборами, уточнить в каких случаях используется маленькая ложечка. |
| **Одевание** | Д/И «Топ, топ - сапожок».  Цель: Закреплять у детей умение различать и называть разную обувь, ее предназначение (сапоги, туфли, валенки, ботинки и т.д.) | Сюжетная игра «Погладим Кате платье».  Цель: Продолжать формировать у детей представление о необходимости ухаживать за одеждой, иметь опрятный внешний вид. | Рассматривание картины «Дети на прогулке».  Цель: Обратить внимание на особенности зимней одежды, какая она (теплая, зимняя, красивая), активизировать речь детей. | Д/И «Подбери куклам одежду».  Цель: Закреплять алгоритм одевания, названия предметов одежды, дифференцировать одежду для мальчиков и девочек. |
| **Март** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | Д/И «Собери картинку».  Цель: Вспомнить с детьми названия частей тела человека, упражнять в умении составлять целую картинку из разрезных, развивать логику, мышление. | Д/И «Наши лица».  Цель: Обогащать представления детей о том, что все люди разные, уметь сходство и различия в облике человека (глаза, губы, нос и т.д.) | «Ногти».  Цель: Напомнить детям о том, что ногти у человека растут всегда и их необходимо подстригать каждую неделю, содержать ногти в чистоте. | Встреча с «Тетушкой Зубной щеткой».  Цель: Закреплять знания детей о функциях зубной щетки, умение пользоваться ей, после использования тщательно промывать. |
| **Умывание** | Беседа «Берегите воду».  Цель: Дать представление детям о том, что воду необходимо экономить, после умывания хорошо закрывать кран. | «Рано утром, на рассвете умываются котята». Рассматривание иллюстраций к сказке К. Чуковского «Мойдодыр».  Цель: Обогащать знания детей о соблюдении гигиены, дать понять, что соблюдать культурно-гигиенические правила должны все. | Д/И «Вымой кукле руки».  Цель: Поддерживать у детей желание соблюдать «три золотых правила мытья рук» - после прогулки, после туалета и перед едой. | Чтение стихотворения «Мальчик Петя».  *Мальчик Петя поздно встал*  *Просыпаться тяжко*  *Умываться он не стал*  *Он ведь замарашка?*  Цель: Упражнять детей в умении анализировать поведение детей, можно ли так себя вести, почему? |
| **Питание** | Д/И «Готовим обед для кукол».  Цель: Упражнять в умении различать продукты (мясо, рыба, овощи, фрукты), закреплять навыки дифференциации по назначению столовой посуды. | Сюжетная игра «День рождения».  Цель: Закреплять навыки культурного поведения в гостях, за столом, активизировать речь, уметь поздравлять именинника, придумывать пожелания. | Поручения дежурным.  «Научи чебурашку накрывать на стол».  Цель: Закреплять навыки дежурства, упражнять в правильной сервировке стола, названии столовых предметов. | Рассматривание сюжетной картины «Дети обедают» и плаката «Не правильное поведение за столом».  Цель: Упражнять в умении анализировать поведение детей, на какой иллюстрации дети соблюдают правила поведения за столом, на какой нет, почему? |
| **Одевание** | Потешка  «Раз, два, три, четыре, пять».  *Раз, два, три, четыре, пять*  *Собираемся гулять Завязали Катеньке Шарфик полосатенький.*  *Ну, а Петеньке на ножки*  *Надеваем мы сапожки.*  *Чтобы детки поиграли*  *На участке погуляли.*  Цель: Создать эмоциональный настрой для одевания на прогулку, закреплять навыки самообслуживания. | Беседа «Что такое быть опрятным?»  Цель: Закреплять названия одежды, обуви, способах ухода за внешним видом, для чего это нужно? | «Моя кабинка».  Цель: Закреплять умение складывать свои вещи аккуратно, соблюдать порядок расположения одежды в кабинке: обувь внизу, верхняя одежда на крючке, колготки, кофты, шапочки на полочках. | «Снежки на улице лепили, рукавички замочили».  Цель: Закреплять умение и желание следить за своей одеждой, мокрые вещи размещать на просушку с помощью взрослого. |
| **Апрель** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | Потешка «Расти коса до пояса».  *Расти, коса, до пояса, Не вырони ни волоса. Расти, коса, не путайся, Маму, дочка, слушайся.*  Цель: Познакомить детей с новой потешкой, развивать память, расширять представления детей об особенностях человека (у всех людей разный цвет волос). | «Мои глазки».  Цель: Продолжать знакомить с особенностями строения человека, дать представления о том, что у всех людей разный цвет глаз, рассмотреть глаза друга. | Наблюдение «Взрослые и дети».  Цель: Уточнить знания детей об особенностях физического развития разных возрастов людей, чем схожи, чем отличаются, развивать интерес к изучению себя. | Беседа «Какой я был, каким я буду».  Цель: Воспитывать умение анализировать, рассуждать, мечтать, активизировать речь (был маленьким, слабым, стану большим, сильным и т.п.) |
| **Умывание** | Сюжетная игра «Доктор Чистюлькин».  Цель: Формировать особенное отношение к выполнению правил личной гигиены, активизировать словарь детей (мыло, зубная щетка, вода, полотенце). | «Умывание холодной водой».  Цель: Расширять представления детей о пользе умывания холодной водой, как о процессе закаливания, чем это полезно. | Д/И «Что нужно кукле для купания».  Цель: Закреплять знания детей о необходимых предметах для проведения водных гигиенических процедур. | Д/И «Покажем кукле Кате, как мы умеем умываться и вытираться».  Цель: Закреплять полученные культурно-гигиенические навыки, вызвать интерес к процессу умывания. |
| **Питание** | Сюжетная игра «Маленькие хозяюшки».  Цель: Закреплять названия продуктов, умение сервировать стол, воспитывать культуру поведения в игре. | «Что мы кушаем на обед».  Цель: Обратить внимание детей, что обед состоит из нескольких блюд, дать представление о понятии – меню. | Профессия «Повар».  Цель: Обогащать знания детей о профессиях, воспитывать уважение к труду взрослых. | Ситуация «Мы готовимся к обеду».  Цель: Закреплять умения подготовки к обеду(мытье, вытирание рук), правильное использование столовых предметов, бережное к ним отношение. |
| **Одевание** | Ситуативная игра «Хрюша попал в лужу».  Цель: Обратить внимание детей на культуру поведения на улице весной, воспитывать аккуратность. | Ситуация «Если я промочил одежду?»  Цель: Закреплять умения вежливого обращения за помощью, уметь определять необходимость просушки одежды, благодарить за помощь. | «Одежда весной»  Цель: Упражнять в умении анализировать, сравнивать зимнюю и весеннюю одежду, в чем сходство и различия. | «Постираем носовые платочки».  Цель: Закреплять представления о необходимости ухода за личными вещами, прививать трудолюбие, аккуратность. |
| **Май** | | | | |
|  | **1 неделя** | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Представление о человеке** | Сюжетная игра «Покажем кукле Кате, как мы делаем бодрящую гимнастику после сна»  Цель: Побудить детей к выполнению гимнастики после сна, проведению закаливающих процедур, воспитывать желание вести здоровый образ жизни. | Рассматривание иллюстрации «Строение человека».  Цель: Закреплять названия частей тела, вспомнить способы поддержания своего здоровья (кушать фрукты, овощи, держать спинку ровно, ходить прямо, делать зарядку). | «Микробы».  Цель: Закрепить знания детей, чем могут быть опасны микробы, как избежать их попадания в организм (мыть руки, фрукты, овощи). | Просмотр мультфильма «Доктор Айболит».  Цель: Закрепить желание детей сохранять (беречь) свое здоровье, доставить радость детям. |
| **Умывание** | Чтение стихотворения С. Михалкова «Письмо ко всем детям по одному очень важному делу».  Цель: Создать у детей настрой на выполнение гигиенических правил, познакомить детей с новым художественным произведением. | Просмотр мультфильма «Мойдодыр».  Цель: Закрепить желание детей соблюдать правила личной гигиены, поддержать любовь к водным процедурам, доставить радость. | Беседа «Чистота - та же красота»  Цель: Закреплять у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, развивать основы социального взаимодействия, воспитывать культуру дружеских отношений в детском коллективе. | Чтение стихотворения А. Барто «Девочка чумазая»  Цель: Вызвать эмоциональный отклик на поведение девочки, активизировать речь детей, выяснить в чем девочка была не права, и как нужно было себя вести. |
| **Питание** | Беседа «Твое любимое блюдо в детском саду».  Цель: Воспитывать умение выражать свои вкусовые предпочтения, активизировать речь, память. | Загадка «Мухомор».  *Точки белые на красном*  *Ядовитый гриб, опасный.*  *Ни к чему тут разговор*  *Не срывайте... (мухомор).*  Цель: Расширять представления детей об окружающем мире, дать понять, что нельзя ничего срывать на улице и есть. | Поручение дежурным.  Цель: Закреплять у детей желание помогать младшему воспитателю в сервировке и уборке стола. | «Вспомним, как надо правильно кушать».  Цель: Совершенствовать умение правильно держать столовые приборы, есть разные виды пищи, не меняя положения вилки в руке, а лишь слегка поворачивая кисть. Закреплять умение намазывать ножом масло на хлеб, отрезать кусочек мяса, сосиски. |
| **Одевание** | Игра-путешествие «Наша раздевалка».  Цель: Закрепить названия оборудования раздевалки, ее назначение, порядок расположения в ней вещей. | Чтение рассказа М. Зощенко «Глупая история»  Цель: Познакомить детей с новым литературным произведением, закреплять у детей желание быть аккуратными, опрятными, беречь свои вещи. | Д/И «Как я могу помочь другу».  Цель: Закреплять привычку следить за своим внешним видом, напоминать товарищам о неполадках в их внешнем виде, проявлять желание помочь им. | Беседа: «Моя любимая одежда».  Цель: Упражнять детей в умении рассказывать о себе, своих предпочтениях в одежде, вспомнить времена года, кто как был одет. |

Рекомендуемый список литературы для воспитания культурно-гигиенических навыков:

М. Вишневецкая «Милая тетушка манная каша»

И. Бурсов «Галоши»

С. Михалков «Я сам»

И. Ищук «Мои ладошки»

С. Махоткин «Завтрак»

Д. Крупская «Чистота»

Д. Грачев «Обед»

Е. Винокуров «Купание детей»

А. Жигулин «Потеряла в траве заколку»

О. Григорьев «Варенье»

Я. Аким «Неумейка»

С. Михалков «Все сам»

Т. Кожомбердиев «Все равно»