

*Картотека по воспитанию культурно-  
гигиенических навыков в первой  
младшей группе.*



*Подготовила:  
Воспитатель: Заикина Мария Сергеевна*

*Екатеринбург 2020*

## **Карточка № 1**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Учить детей держать ложку в правой руке.

Методические приемы. Игровая ситуация: *«Как мама учила мишку правильно кушать».*

**2. Режимный момент:** Одевание - раздевание.

Содержание **навыков:** Учить доставать уличную обувь. Приучать словесно, выразить просьбу о помощи, учить спокойно вести себя в раздевальной комнате.

Методические приемы.

Дидактическое упражнение: *«Тюфельки поссорились-подружились».*

**3. Режимный момент:** Умывание.

Содержание **навыков:** Учить брать мыло из мыльницы, с помощью взрослых намыливать руки.

Методические приемы. Дидактическое упражнение *«Как мы моем ладошки и отжимаем ручки».*

## **Карточка № 2**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Учить брать пищу губами.

Методические приемы. Чтение потешки: «*Ладушки, ладушки*».

**2. Режимный момент:** Одевание-Раздевание.

Содержание **навыков:** Побуждать надевать носки, кофту или свитер, куртку, шапку.

Методические приемы. Дидактическая игра «*Оденем куклу на прогулку*». Продолжать приучать словесно, выражать просьбу о помощи, учить спокойно вести себя в раздевальной комнате.

**3. Режимный момент:** Умывание.

Содержание **навыков:** Учить детей, тереть ладони друг о друга, класть мыло на место.

Методические приемы.

Рассматривание **картинок:** «*Дети моют руки*».

Беседа по ним.

### **Карточка №3**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Продолжать учить держать ложку в правой руке.

Методические приемы. Чтение потешки: «*Ладушки, ладушки*»

**2. Режимный момент:** «*Одевание-Раздевание*».

Содержание **навыков:** Учить детей снимать колготки с верхней части туловища. Продолжать приучать словесно, выражать просьбу о помощи, учить спокойно вести себя в раздевальной комнате.

Методические приемы. Чтение потешки: «*Наша Маша маленька*».

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Учить детей смывать мыло, знать местонахождение своего полотенца.

Методические приемы.

Рассматривание **картинок:** «*Мама моет дочку*».

Беседа по ним. Чтение потешки: «*Гуси лебеди летели*».

## **Карточка №4**

**1. Режимный момент:** Питание.

**Содержание навыков:** Продолжать учить детей брать пищу губами, есть с помощью взрослых.

**Методические приемы. Игровая ситуация:** *«Как мама учила мишку правильно кушать».*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание».*

**Содержание навыков:** Приучать словесно, выражать просьбу о помощи, учить спокойно вести себя в раздевальной комнате. Продолжать приучать словесно, выражать просьбу о помощи, учить спокойно вести себя в раздевальной комнате.

**Методические приемы. Дидактическое упражнение** *«Разденем куклу после прогулки».* Чтение потешки З. Александрова *«Катя в яслях».*

**3. Режимный момент:** Умывание

**Содержание навыков:** Учить детей с помощью взрослого вытирать руки.

**Методические приемы. Рассматривание картинок:** *«Дети моют руки».* Чтение **потешки:** *«Водичка-водичка...».*

## **Карточка №5**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков**: «Закреплять умение держать ложку в правой руке.

Методические приемы. Чтение потешки: *«Пошел котик на торжок»*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание»*.

Содержание **навыков**: Побуждать детей перед сном снимать платье или рубашку, затем обувь.

Продолжать приучать словесно, выражать просьбу о помощи, учить спокойно вести себя в раздевальной комнате.

Методические приемы. Чтение З. Александрова *«Мой Мишка»*, Н. Павлова *«Чьи баашмачки»*

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков**: Продолжать учить намыливать руки и мыть их прямыми движениями.

Методические приемы. Рассматривание иллюстрации *«Дети моют руки»* и беседа по ней.

## **Карточка №6**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Закреплять умение детей брать пищу губами.

Методические приемы. Чтение потешки: *«Идет коза рогатая».*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание».*

Содержание **навыков:** Учить детей правильно снимать колготки, вешать одежду на стул.

Продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке.

Методические приемы. Чтение Н. Павлова *«Чьи Башмачки»*

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Учить отжимать руки после мытья.

Методические приемы. Дидактическое упражнение *«Как мы моем ладошки и отжимаем ручки»*

## **Карточка №7**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Учить детей откусывать пищу небольшими кусочками.

Методические приемы. Чтение потешек: *«Пошел котик на торжок...»*, *«Кисонька - мурысонька»*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание»*.

Содержание **навыков:** Учить застегивать липучки, упражнять в использовании других видов застежек. Продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке.

Методические приемы. Игровая ситуация: *«Как петушок разбудил утром детей»*.

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Закреплять умение намыливать руки и мыть их прямыми движениями.

Методические приемы. Чтение потешки: *«Водичка, водичка...»*



## **Карточка №8**

1. Режимный момент: Питание.

Содержание **навыков:** Закреплять умение детей жевать коренными, а не передними зубами»

Методические приемы. Чтение потешки З.

Александрова), «*Вкусная каша*».

2. Режимный момент: «*Одевание-Раздевание*».

Содержание **навыков:** Учить надевать обувь, с помощью взрослого застегивать пальто, вешать в шкаф одежду. Продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке.

Методические приемы.

Дидактическое упражнение: «*Уложим куклу спать*»

3. Режимный момент: Умывание

Содержание **навыков:** Закреплять умение вытирать руки своим полотенцем и вешать его на место

Методические приемы.

Дидактическое упражнение: «*Покажем мишке, как вытирать руки и лицо полотенцем*».

## **Карточка №9**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Совершенствовать умение есть самостоятельно, доедая все до конца.

Формировать **навыки аккуратности.**

Методические приемы. Дидактическое упражнение:

«Расскажем Винни-Пуху, как правильно вести себя за столом.

**2. Режимный момент:** «Одевание-Раздевание».

Содержание **навыков:** Продолжать учить детей застегивать пуговицы. Учить, вежливо выражать просьбу о помощи.

Методические приемы. Игровая ситуация «Как мы помогли кукле собраться в гости к мишке.

Дидактическое упражнение «*Поучим зверюшек застегивать пуговицы*»

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Учить детей засучивать рукава перед умыванием. Закреплять умение пользоваться носовым платком.

Методические приемы. Дидактическое упражнение:

«Научим мишку (*зайку, куклу*) правильно умываться»

## **Карточка №10**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Совершенствовать умение проглатывать пищу, не оставляя ее за щекой.

Методические приемы. Чтение потешки: «*Уж я Танюшке пирог испеку...*»

**2. Режимный момент:** «*Одевание-Раздевание*».

Содержание **навыков:** Учить детей надевать носки, гольфы, начиная с носка. Продолжать учить, вежливо выражать просьбу о помощи.

Методические приемы.

Дидактическое упражнение: «*Сделаем из носочка гармошку*».

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Учить детей мыть лицо, не разбрызгивая воду. Закреплять умение пользоваться носовым платком.

Методические приемы. Чтение К.

Чуковского «*Мойдодыр*», Е. Благинына «*Аленушка*».

## **Карточка №11**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Продолжать умение самостоятельно доедать все до конца. Учить пользоваться салфеткой

Методические приемы. Дидактическое упражнение *«Поможем зверюшкам накрыть стол к обеду»*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание».*

Содержание **навыков:** При раздевании перед сном побуждать вешать платье или рубашку на спинку стула. Продолжать учить, вежливо выражать просьбу о помощи.

Методические приемы.

Дидактическое упражнение: *«Покажем мишке, как нужно складывать одежду перед сном»*

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Продолжать учить детей засучивать рукава перед умыванием. Учить детей расчесывать короткие волосы.

Методические приемы. Рассматривание иллюстрации *«Дети моют руки»* и беседа по ней. Чтение потешек.

## **Карточка №12**

### **1. Режимный момент: Питание.**

Содержание **навыков**: Продолжать умение детей проглатывать пищу, не оставляя ее за щекой.

Продолжать учить пользоваться салфеткой.

Методические приемы. Игровая ситуация *«Как зайка учился кушать»* Чтение потешки Е.

Благининой *«Аленушка»*.

### **2. Режимный момент: «Одевание-Раздевание».**

Содержание **навыков**: При раздевании побуждать детей класть колготки, шорты на сидение.

Продолжать учить, вежливо выражать просьбу о помощи.

Методические приемы.

Дидактическое упражнение: *«Покажем мишке, как нужно складывать одежду перед сном»*

### **3. Режимный момент: Умывание**

Содержание **навыков**: Учить детей во время умывания не мочить одежду. Закреплять умение пользоваться носовым платком.

Методические приемы. Рассматривание иллюстрации *«Дети моют руки»* и беседа по ней.

Чтение Потешек.

### **Карточка №13**

**1. Режимный момент:** Питание.

**Содержание навыков:** Учить детей правильно держать ложку тремя пальцами.

Методические приемы.

**Дидактическое упражнение:** *«Расскажем Хрюше, как надо правильно кушать»*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание»*.

**Содержание навыков:** Закреплять умение правильно одеваться и раздеваться с небольшой помощью взрослых.

Методические приемы. Дидактическое **упражнение:** *«Покажем мишке, как, нужно складывать одежду перед сном.*

**3. Режимный момент:** Умывание

**Содержание навыков:** Закреплять умение детей отжимать руки после мытья.

Методические приемы. Дидактическое упражнение *«Как мы моем ладошки и отжимаем ручки»*

## **Карточка №14**

### 1. Режимный момент: Питание.

Содержание **навыков**: Учить детей съедать бульон **первого** блюда вместе с заправкой, основное блюдо и гарнир. Продолжать формировать **навыки аккуратности**.

Методические приемы. Чтение С. Капутикян «Кто скорее допьет, *«Маша обедает»*».

### 2. Режимный момент: «Одевание-Раздевание».

Содержание **навыков**: Закреплять умение детей размещать свои вещи в шкафу, складывать и развешивать одежду на стуле перед сном.

Методические приемы.

Дидактическое упражнение: «*Научим мишку складывать вещи в раздевальном шкафчике*»

### 3. Режимный момент: Умывание

Содержание **навыков**: Закреплять детей во время умывания не мочить одежду.

Методические приемы.

Рассматривание **картинок**: «*Девочка чумазая*», «*Девочка аккуратная*».

## **Карточка №15**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** Учить детей правильно держать ложку тремя пальцами. Продолжать учить пользоваться салфеткой.

Методические приемы. Игровая ситуация *«Мишка пригласил в гости зайку и ежика»*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание».*

Содержание **навыков:** Продолжать учить детей пользоваться разными видами застежек.

Методические приемы. Чтение: И Муравейка *«Я сама».*

Дидактическое упражнение: *«Поучим зверюшек застегивать пуговицы»*

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Закреплять **навыки** мытья рук и умывания.

Методические приемы.

Рассматривание **картинок:** *«Мама моет дочку»*



## **Карточка №16**

**1. Режимный момент:** Питание.

Содержание **навыков:** закреплять умение есть аккуратно, совершенствовать **навыки культуры еды.**

Методические приемы. Чтение: С Капутикян *«Кто скорее допьет»*, *«Маша обедает»*

**2. Режимный момент:** *«Одевание-Раздевание».*

Содержание **навыков:** Продолжать закреплять умение правильно одеваться и раздеваться.

Методические приемы. Чтение И. Муравейка *«Я сама»*, Н. Павлова *«Чьи башмачки»*

**3. Режимный момент:** Умывание

Содержание **навыков:** Продолжать закреплять **навыки** мытья рук и умывания.

Продолжать расчесывать короткие волосы.

Методические приемы. Чтение знакомых потешек (*«Водичка-водичка...»* и т. д.)