

# Картотека «Формирование культурно-гигиенических навыков»

## Карточка №1

*«Я сам».*

Цель: закреплять умение есть аккуратно, брать пищу только ложкой, совершенствовать **навыки культуры еды**; приучать детей правильно держать ложку, есть и пить пищу не проливая, тщательно прожёвывать.

Приучать вежливо, выражать просьбу о помощи; закреплять умение самостоятельно снимать обувь и одежду и складывать в шкаф.

## Карточка №2

*«Чистый нос».*

Цель: побуждать детей следить за своим внешним видом, своевременно пользоваться носовым платком, воспитывать опрятность, самостоятельность.

## Карточка №3

*«Мыло душистое».*

Цель: побуждать самостоятельно брать мыло из мыльницы, тереть ладонки, смывать мыло, знать местонахождения своего полотенца.

## Карточка №4

*«Сухие рукава».*

Цель: **формировать** умение аккуратно мыть руки, закатывать рукава, не проливать воду на пол, насухо вытирать их личным полотенцем; **формировать** умение мыть руки перед едой, хорошо намыливать руки и тщательно смывать грязь.

## Карточка №5

*«Любим умываться».*

Цель: **формировать у детей культурно - гигиенические навыки**, способствовать правильному использованию индивидуального полотенца, закреплять умение вешать его на место.

## Карточка №6

*«Поведение за столом».*

Цель: **формировать у детей культурно-гигиенические навыки самообслуживания**, приучать правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.

## Карточка №7

*«Одевание–раздевание».*

Цель: закрепить умения расстёгивать и застёгивать застёжки на липучках, упражнять в использовании других видов застёжек, продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке, обращаться с просьбой о помощи, употребляя вежливые слова.

## Карточка №8

*«Мы правильно моем ручки».*

**Цель:** **формировать у детей базовые культурно-гигиенические навыки**, приучать правильно мыть руки, тщательно вытирать каждый пальчик, вешать полотенце на своё место.

#### **Карточка №9**

*«Водичка, водичка».*

**Цель:** развивать умение брать мыло из мыльницы, намыливать руки до белой пены, хорошо смывать грязь; воспитывать самостоятельность, умение правильно и тщательно мыть руки.

#### **Карточка №10**

*«Мы едим».*

**Цель:** воспитывать умение самостоятельно и опрятно есть, спокойно сидеть за столом, соблюдая правильную позу, приучать держать ложку в правой руке.

#### **Карточка №11**

*«Моем с мылом ладушки».*

**Цель:** помочь детям запомнить последовательность правильного умывания: взять мыло, намочить, намылить руки, размылить до белой пены, смыть грязь и мыло, умыться.

#### **Карточка №12**

*«Где моё полотенце?».*

**Цель:** побуждать детей самостоятельно находить своё полотенце, тщательно вытирать лицо и руки, вешать на место; развивать ориентировку в пространстве, внимательность.

#### **Карточка №13**

*«Башмачки по местам».*

**Цель:** **формировать у детей навыки самообслуживания**, приучать аккуратно, ставить обувь возле кровати, самостоятельно обуваться после сна.

#### **Карточка №14**

*«Чистые ручки».*

**Цель:** закреплять умение мыть руки правильно и аккуратно: тщательно намыливать, хорошо смывать мыло; вытирать полотенцем насухо; укреплять здоровье детей, приучать правильно мыть руки, рассказать, почему важно тщательно мыть руки после прогулки, туалета, перед едой.

#### **Карточка №15**

*«Учусь всё делать сам!».*

**Цель:** продолжать побуждать детей самостоятельно одеваться, обуваться, быть доброжелательными друг к другу, развивать коммуникабельность.

#### **Карточка №16**

*«Аккуратная причёска».*

**Цель:** приучать детей пользоваться индивидуальной расчёской, контролировать свой внешний вид с помощью зеркала.

#### **Карточка №17**

*«Штанишки надевайте, ножки обувайтесь!»*

Цель: побуждать детей самостоятельно одеваться, обуваться, быть доброжелательными друг к другу, развивать коммуникабельность.

#### **Карточка №18**

*«Стульчик на место».*

Цель: приучать детей правильно брать стул и аккуратно ставить его на место; развивать ориентировку в пространстве, координацию движений.

#### **Карточка №19**

*«Моем, моем ладушки».*

Цель: приучать детей, перед тем как мыть руки, засучивать рукава, мыть лицо, не разбрызгивая воду.

#### **Карточка №20**

*«Башмачки».*

Цель: приучать самостоятельно расстёгивать и застёгивать застёжки на липучках, упражнять в использовании других видов застёжек.

#### **Карточка №21**

*«Я уже большой!».*

Цель: закреплять умение правильно сидеть за столом, есть аккуратно, брать пищу только ложкой, пользоваться салфеткой; совершенствовать **навыки культуры еды**.

#### **Карточка №22**

*«Чистюли!».*

Цель: приучать детей следить за своим внешним видом, аккуратно играть с песком, не брать его руками, своевременно приводить себя в порядок, воспитывать опрятность, самостоятельность.

#### **Карточка №23**

*«Где мой стульчик?».*

Цель: приучать детей находить свой стул, правильно его брать и аккуратно ставить возле стола, знакомить детей с правилами безопасного поведения в группе.

#### **Карточка №24**

*«Вещи по местам».*

Цель: **формировать** у детей умение доставать одежду из шкафчика и убирать её на место после раздевания, аккуратно всё складывать; приучать детей словесно выражать просьбу о помощи, воспитывать умение спокойно вести себя в раздевальной комнате.

#### **Карточка №25**

*«Вот какие мы!».*

Цель: приучать детей правильно вести себя за столом, есть аккуратно, не мешать другим детям, не выходить из-за стола без разрешения взрослых.

#### **Карточка №26**

*«Я умею!»*

Цель: закреплять умение держать правильно ложку в правой руке, есть аккуратно, не крошить хлеб на стол, не макать хлебом в суп.

### **Карточка №27**

*«Мы большие».*

Цель: приучать детей самостоятельно надевать шорты, обуваться, различать правый и левый башмак; воспитывать **навыки самообслуживания**.

### **Карточка №28**

*«Умываться!»*

Цель: во время умывания побуждать детей к правильной последовательности: засучить рукава, намочить руки, взять мыло, намылить ладшки, смыть мыло водой, стряхнуть ладшки.

### **Карточка №29**

*«Мы за столом!».*

Цель: упражнять детей в умении правильно держать ложку, есть аккуратно, не крошить хлеб на стол; воспитывать **культуру поведения за столом**.

### **Карточка №30**

*«Полотенце пушистое!»*

Цель: закреплять умение мыть руки аккуратно, не брызгать на пол и одежду и вытираться полотенцем насухо.

### **Карточка №31**

*«Мы не чумазы».*

Цель: закреплять умение хорошо намыливать руки мылом, тщательно тереть ладшки и смывать грязь, знать местонахождение своего полотенца.

### **Карточка №32**

*«Я учусь одеваться и раздеваться сам!»*

Цель: приучать детей самостоятельно убирать одежду в шкаф и доставать из шкафчика, аккуратно всё складывать; словесно выразить просьбу о помощи; спокойно вести себя в раздевальной комнате.