**ПЛАН ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ.**

**Пояснительная записка.**

План основан на примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья дошкольников. Формирование социально адаптированной личности ребенка, воспитание понимания и принятия установленных правил поведения в обществе. Формирование на основе полученного навыка стойкой привычки.

Для того чтобы развивать культурно-гигиенические навыки в старшей группе, нужны определенные условия:

* Безукоризненное выполнение формируемых у детей правил и норм взрослыми. Дошкольнику свойственно подражание, поэтому, ежедневно наблюдая за действиями воспитателя и родителей, он последует их примеру. И если, например, в семье принято разговаривать за обеденным столом, то крохе будет достаточно сложно объяснить, почему ему этого делать не стоит. Важно не забывать, что сформированный навык достаточно сложно поддается корректировке.
* Необходимое удобное для детей оснащение. Например, водопроводный кран должен быть установлен на уровне роста малыша. Такие предметы, как мебель или сантехника, в садиках изначально рассчитаны для использования детьми. Но вот о том, например, чтобы за обеденным столом были салфетки, позаботиться нужно воспитателю. А чтобы формирование навыков закреплялось и в домашних условиях, организовать доступ ребенка к оборудованию следует родителям.
* Необходимое для воспитания КГН оснащение должно не только правильно располагаться, но и быть привлекательным для малыша. Именно поэтому в детских садиках все такое яркое, с рисунками и декорациями. Кроме того, что такие украшения несут эстетическую функцию, они способствуют развитию интереса к формируемым навыкам, а также способствуют стойкому их усвоению и запоминанию. Именно с целью закрепления знаний на шкафчики и кроватки малышей прикрепляют занимательные детские наклейки. Кроме того, педагогами при проведении ежедневной работы по формированию правил поведения применяется картотека культурно-гигиенических навыков. В старшей группе благодаря целенаправленным играм малыши легко и непринужденно освоят необходимые умения и закрепят их на практике.
* Повторять усваиваемые умения следует регулярно, несмотря на изменения в обстановке. Например, ребенок неукоснительно должен мыть руки после прогулки и перед едой в садике, дома, в гостях и т. д.
* Воспитателю в процессе работы над формированием КГН в старшей группе следует применять индивидуальный подход.
* Четкое соблюдение режима дня.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **недели** | **Содержание навыков** | **Формы, методы работы** | **Литература** |
| **Личная гигиена** | | | |
| **1-2** | Совершенствовать навыки умывания: намыливать руки до образования пены, тщательно смывать, насухо вытирать полотенцем. | Чтение: И. Ищук «Мои ладошки» | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **9-10** | Совершенствовать навыки умывания, мыть лицо, насухо вытираться индивидуальным полотенцем. | Дидактическое упражнение «Расскажем малышам, как надо умываться». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **17-18** | Продолжать учить правильно умываться, своевременно пользоваться носовым платком. | Чтение К.Чуковского «Мойдодыр» (отрывки). | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **25-26** | Совершенствовать навыки правильного умывания, пользования индивидуальным полотенцем. | Чтение А.Барто, П. Барто «Девочка чумазая». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **33** | Совершенствовать умение насухо вытираться только своим полотенцем, взяв его из шкафчика и развернув на ладошках. | Чтение отрывка из сказки К. И. Чуковского «Мойдодыр» «Да здравствует мыло душистое….» | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **Культура питания** | | | |
| **3-4** | Совершенствовать умение держать вилку большим и средними пальцами, придерживая сверху указательным пальцем. | Беседа «Вспомним, как надо правильно кушать». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **11-12** | Приучать есть разные виды пищи, не меняя положения вилки в руке, а лишь слегка поворачивая кисть. | Чтение Н.Литвинова «Королевство столовых приборов». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **19-20** | Закреплять умение есть второе блюдо.  Совершенствовать умение пользоваться салфеткой по необходимости | **Беседа «Культура поведения во время еды».** | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **27-28** | Закреплять умение пользоваться за обедом вилкой, салфеткой по мере необходимости. | Игра–соревнование «Чей стол самый аккуратный» | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **34** | Продолжать учить детей есть с закрытым ртом, пережёвывать пищу бесшумно. | Дидактическое упражнение «За столом едим культурно» | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **Уход за собой** | | | |
| **5-6** | Продолжать учить заправлять кровать: расправлять одеяло, предварительно поправив простыню. | Чтение С. Михалков «Я сам». Дидактическое упражнение «Кто правильно и быстро заправит постель». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **13-14** | Продолжать учить просушивать и чистить свою одежду, протирать обувь | Беседа «Как заботиться о своей одежде». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **21-22** | Продолжать учить мыть, протирать, чистить свою обувь.  Учить пришивать оторвавшиеся пуговицы. Принимать участие в смене постельного белья. | Чтение Д.Крупской «Чистота» | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **29-30** | Совершенствовать умение просушивать и чистить свою одежду, мыть, протирать, чистить обувь. Продолжать учить одевать на подушку чистую наволочку, расстилать простыню. | Дидактическое упражнение «Поможем младшему воспитателю сменить постельное бельё». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **35** | Формировать привычку следить за своим внешним видом.  Продолжать учить принимать участие в смене постельного белья. | Беседа «Чистота – залог здоровья» | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **Культура одежды, обуви** | | | |
| **7-8** | Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться в определённой последовательности, аккуратно складывать и развешивать одежду на стуле перед сном. | Дидактическое упражнение «Кто правильно и быстро положит одежду». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **15-16** | Совершенствовать навыки правильно размещать свои вещи в шкафу, закреплять умение завязывать шнурки на ботинках, застёгивать сандалии. | Беседа «Каждой вещи своё место». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **23-24** | Закреплять умение аккуратно складывать и развешивать одежду на стуле, одеваться в определённой последовательности. | Упражнение «Как мы умеем наводить порядок». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **31-32** | Учить детей самостоятельно поддерживать чистоту и порядок в своём шкафу для одежды. | Беседа «Как мы наводим порядок в своём шкафу для одежды» | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |
| **36** | Самостоятельно поддерживать чистоту и порядок в своём шкафу | Игра – соревнование «Наведём порядок в шкафчиках». | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой |