

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ

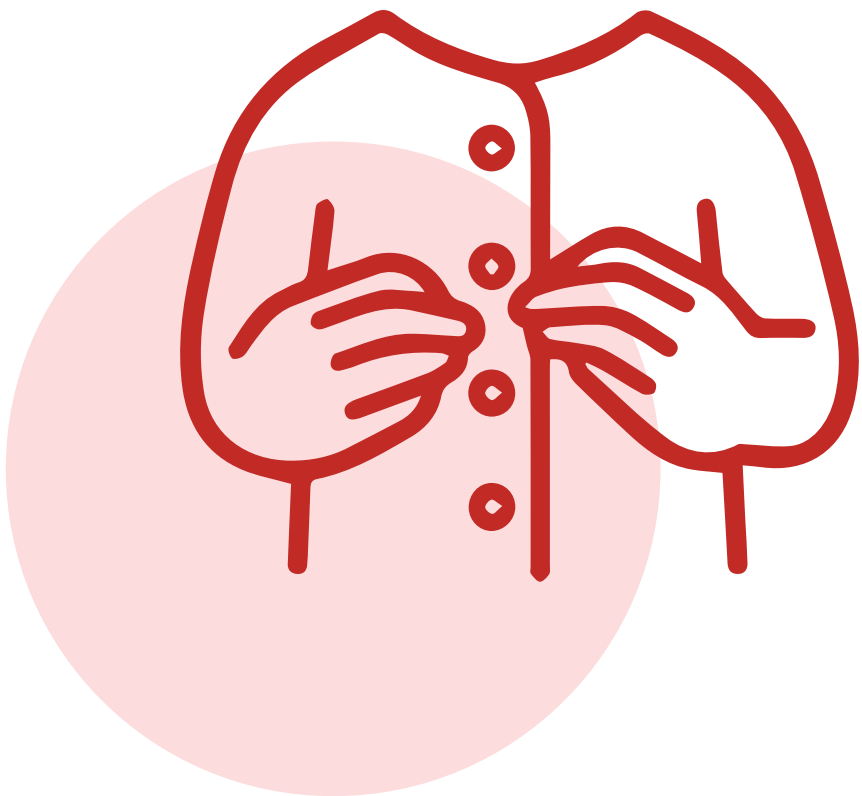
РОДИТЕЛЯМ



РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ 1-3 ЛЕТ



Материалы созданы при помощи «Энциклопедии для родителей» от Союза педиатров России, опубликованной под редакцией российского ученого-медика Л.С. Намазовой-Барановой.



Самостоятельно ест (руками), откусывает печенье

1 год

С помощью взрослого подносит ложку ко рту

1 год 2 месяца

Пьёт из чашки, не проливая

1 год 3 месяца

Снимает простые предметы одежды
(варежки, шапку)

1 год 3 месяца

Моеет руки с небольшой помощью

1 год 4 месяца

Зачерпывает пищу ложкой

1 год 6 месяцев

Полностью прожёвывает пищу

1 год 6 месяцев

Снимает расстёгнутое пальто, куртку

1 год 9 месяцев

Ест и пьёт самостоятельно

1 год 10 месяцев

Ест твёрдую пищу самостоятельно
(хлеб, печенье)

2 года

Просится на горшок в дневное время

2 года

Самостоятельно моет и вытирает руки

2 года

Застёгивает и расстёгивает молнию
(кроме замка)

2 года

Ест ложкой, вилкой самостоятельно (аккуратно)

2 года 6 месяцев

Надевает простые предметы одежды
(варежки, шапку)

2 года 6 месяцев

Наливает в чашку воду (неаккуратно)

3 года

Расстёгивает пуговицы

3 года

План развивающих занятий с детьми в возрасте 1–3 лет – тренировать следующие способности:

1–2 года

самостоятельно держать чашку, из которой пьёт;
жевать твёрдую пищу;
зачерпывать пищу ложкой из тарелки;
есть и пить самостоятельно, используя чашку и ложку;
самостоятельно снимать или надевать шапку, стягивать носки, ботинки, снимать расстёгнутое пальто, куртку, штанишки, просовывать руки в рукава, а ноги в штанишки;
с помощью взрослого мыть и вытирать руки с мылом;
чистить зубы.

2–3 года

переливать жидкости из одной ёмкости в другую;
помогать накрывать и убирать со стола;
есть вилкой;
застёгивать и расстёгивать молнию;
расстёгивать большие пуговицы;
надевать рубашку, брюки, платье;
самостоятельно мыть руки с мылом, чистить зубы.

