



Памятка для родителей «Развитие навыков самообслуживания малыша от года до 3-х лет»

Появление навыков самообслуживания после года — закономерный процесс развития ребёнка, являющийся также показателем уровня психо-речевого, интеллектуального развития малыша. В памятке указаны примерные сроки их появления;

Формирование навыков самообслуживания включает в себя освоения 4 блоков:

- раздевания/одевания,
- прием пищи,
- гигиена,
- опрятность;

элементарные навыки самообслуживания могут появиться и до года. Мама и другие значимые для ребенка взрослые могут способствовать более раннему их появлению.

А у ваших малышей как с этими сроками?

Какие действия должен уметь выполнять ребёнок, овладев навыками самообслуживания?

Разберём подробнее, какие навыки самообслуживания появляются у детей после года.

Гигиенические навыки и самообслуживание:

18 месяцев — участвует в мытьё и вытирании рук;

24 месяцев — позволяет, чтобы ему чистили зубы, моет сам лицо и руки;

30 месяцев — сам вытирает руки и лицо;

36 месяцев — с помощью взрослого чистит зубы, сам моет руки с мылом, пользуется носовым платком.

Опрятность:

14 месяцев — реагирует на мокрые штанишки;

18 месяцев — если хочет в туалет, то показывает это поведением и голосом;

22 месяца — даёт понять взрослому, что хочет в туалет любым способом;

24 месяца — остаётся сухим в течение дня, снимает штанишки перед тем, как сесть на горшок;

27 месяцев — просится в туалет словами;

36 месяцев — под присмотром взрослого ходит в туалет (снимает штанишки, садится на горшок, надевает штаны) и использует туалетную бумагу.

Раздевание или одевание:

12 месяцев — по просьбе мамы при одевании поднимает ногу или руку и т.п;

14 месяцев — стягивает носки;

18 месяцев — снимает ботинки, просовывает/вытаскивает руки в рукава, ноги в штанины;

20 месяцев — снимает/надевает шапку;

22 месяца — снимает расстегнутую верхнюю одежду;

24 месяца — снимает расстегнутые штаны;

30 месяцев — снимает платье/футболку, надевает носки, штаны, ботинки;

36 месяцев — расстёгивает/застёгивает большие пуговицы, молнию (но не вставляет молнию);

от 36 месяцев — надевает платье, брюки, свитер.

Приём пищи:

- **13 месяцев** — берет пальцами и ест сам;
- **14 месяцев** — откусывает кусочек мягкого хлеба и жуёт;
- **15 месяцев** — с помощью взрослого несет ложку в рот, пьёт из чашки, которую держит руками;
- **17 месяцев** — несёт ложку в рот сам, захватывает с неё пищу, но часто проливает;
- **18 месяцев** — хорошо жуёт твёрдую пищу;
- **19 месяцев** — держит чашку одной рукой и пьёт;
- **20 месяцев** — зачерпывает пищу ложкой из тарелки.
- **24 месяца** — ест и пьёт сам аккуратно с ложкой и чашкой
- **30 месяцев** — пьёт через трубочку, переливает жидкость из стакана в стакан, ложкой переносит что-то из одной банки в другую;
- **36 месяцев** — помогает накрыть/убрать со стола, ест вилкой.

Конечно, это ориентиры примерные, скорость развития у каждого ребенка своя, но, в среднем, показатели расходятся не на много.

Памятку подготовила:

Учитель-логопед С.Ю. Кудряшова