

Перечень культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста

Возрастная группа	Навыки		
	личной гигиены	самообслуживания	культуры еды
первая младшая группа	При напоминании с помощью взрослых моет руки перед едой и после загрязнения, вытирает их насухо. Моет лицо, пользуется индивидуальным полотенцем, носовым платком. Вытирает ноги у входа.	Снимает и надевает одежду в определённом порядке, расстёгивает и застёгивает пуговицы спереди, расшнуровывает ботинки, складывает одежду. Замечает неопрятность в одежде, с помощью взрослых приводит себя в порядок.	Ест самостоятельно и опрятно, держит ложку в правой руке, тщательно пережёвывает пищу, пользуется салфеткой при напоминании взрослых, благодарит после еды.
вторая младшая группа	При мытье рук и умывании засучивает рукава, не разбрызгивает воду, не мочит одежду, пользуется мылом. Умеет сухо вытереться полотенцем, вешает его на определённое место. Чистит зубы, своевременно пользуется носовым платком.	Самостоятельно одевается и раздевается в определённой последовательности с небольшой помощью, аккуратно складывает и вешает одежду, выворачивает на лицевую сторону. Старается сам исправить неполадки в одежде, в случае необходимости обращается к взрослым.	Хорошо пережёвывает пищу с закрытым ртом, пользуется вилкой, без напоминания вытирает губы, пальцы салфеткой. Выходя из-за стола, благодарит, тихо задвигает стул.
средняя группа	Тщательно умывается, правильно моет руки перед едой по мере загрязнения, после туалета, умеет пользоваться расчёской, носовым платком, чистит зубы на ночь, при кашле и чихании	Самостоятельность в самообслуживании (раздевание, одевание, застёгивание пуговиц, зашнуровывание ботинок). Бережёт одежду, обувь. Замечая неполадки в одежде, самостоятельно устраняет их, с	Увеличивается самостоятельность, умеет правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, пищу берёт понемногу, ест бесшумно, после еды полощет рот водой.

	закрывает рот платком, отворачивается.	помощью взрослого приводит одежду в порядок (чистит, просушивает).	
старшая группа	Следит за чистотой тела, умеет мыть ноги, тщательно чистит зубы, без напоминания полощет рот после еды. Просит своевременно сменить носовой платок, приводит в порядок волосы.	Совершенствует навыки, полученные ранее, чистит пальто, учится стирать носки, платок. Быстро одевается и раздевается, правильно и аккуратно складывает в шкаф одежду, ставит обувь, ухаживает за обувью (моет, чистит), за спортивным инвентарём. Тактично говорит товарищу о неполадках в его костюме, обуви, помогает их устранить.	За стол садится в опрятном виде с чистыми руками, причёсанным. Ест аккуратно, умело пользуясь столовыми приборами. Сохраняет правильную позу за столом, не мешает товарищам, при необходимости оказывает помощь.
подготовительная к школе группа	Выработана привычка самостоятельного, быстрого и тщательного выполнения навыков, полученных ранее.	Быстро одевается, раздевается, следит за чистотой одежды, обуви, пришивает пуговицу, стирает носки, фартук, платок. Должен быть всегда опрятным, аккуратным, иметь привлекательный внешний вид.	Закрепление и совершенствование навыков, полученных ранее. Сидит прямо за столом, не кладёт локти на стол, хлеб берёт с общего блюда руками и ест, отламывая кусочки.