

**Что должен уметь и что
можно доверить ребенку в
каждом возрасте**



**Отделение медицинской профилактики
ГАУЗ СО ДГБ №8**

3 года

- 0 Собирать игрушки.
- 0 Складывать книги и журналы на полки.
- 0 Чистить зубы, умываться и причесываться.
- 0 Отнести салфетки, тарелки и приборы на стол.
- 0 Самому раздеваться, с небольшой помощью одеваться



4 года

- 0 Помогать расстилать и убирать постелью
- 0 Протирать пыль.
- 0 Расставлять тарелки.
- 0 Помогать мыть посуду.
- 0 Под присмотром кормить домашних животных.
- 0 Украшать блюда, десерты



5лет

- 0 Намазывать хлеб маслом.
- 0 Убирать за питомцем.
- 0 Завязывать шнурки.
- 0 Прибирать свою постель.
- 0 Складывать и убирать одежду



6 лет

- 0** Пылесосить ковер.
- 0** Поливать цветы и растения.
- 0** Чистить овощи.
- 0** Собирать рюкзак в школу.
- 0** Помогать развешивать белье
- 0** Ухаживать за домашними животными.
- 0** Накрывать на стол.
- 0** Мыть посуду.



7 лет

- 0 Быть вежливым и учтивым с другими людьми.
- 0 Содержать комнату в порядке.
- 0 Ходить за мелкими покупками.
- 0 Помогать готовить.
- 0 Чистить овощи.



8-9 лет

- 0 Мыть пол.
- 0 Самостоятельно наполнять себе ванну.
- 0 Наводить порядок в своих шкафах и ящиках
- 0 Складывать одеяла.
- 0 Пришивать пуговицы.
- 0 Убирать в квартире.
- 0 Ухаживать за младшими братьями или сестрами.



9-10 лет

- 0 Менять постельное белье и грязное белье складывать в корзину.
- 0 Уметь обращаться со стиральной машиной и сушилкой.
- 0 Покупать продукты по списку.
- 0 Самостоятельно переходить улицу.
- 0 Готовить простые блюда.
- 0 Готовить чай, какао или сок, разливать по чашкам.
- 0 Ходить в гости.



11-12 лет

- 0 Помогать родителям в важных делах.
- 0 Не бояться одному оставаться дома.
- 0 Ответственно распоряжаться карманными деньгами.
- 0 Ответственно относиться к личному хобби.
- 0 Самостоятельно выполнять свои дела.
- 0 Чистить плиту и духовку.



13-17 лет

- 0 В будние дни ложиться спать в определенное время.**
- 0 Готовить для всей семьи.**
- 0 Вести здоровый образ жизни.**
- 0 Регулярно проходить медицинский осмотр.**
- 0 Помогать близким в трудной ситуации.**
- 0 Последовательно выполнять принятые решения.**

