

ИЗМЕНЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В ВОЗРАСТЕ 3-4 ЛЕТ

У детей 3-4 лет происходит активное развитие психики и личности. Они осознают себя все более взрослыми и самостоятельными. *Родителям нужно поддерживать их*



в желании учиться. Ребенок взрослеет — это время изменений. Приготовьтесь отвечать на его вопросы обо всем на свете.

Развитие его тела не останавливается, а наоборот: теперь рост будет увеличиваться в среднем до 5 сантиметров в год. Для ребенка это интересная пора, когда он весь в движении, постоянно занят подвижными играми. А играть лучше всего с друзьями. Так он строит свои первые социальные связи: учится дружить, завязывать знакомство. *Обязательно прививайте ребенку критическое отношение к внешнему виду, научите его правилам личной гигиены.* Эти простые понятия закладываются как раз в возрасте 3-4 лет.

ПСИХИКА И ЛИЧНОСТЬ

Сейчас начинается активное психическое развитие. Ребенок с каждым днем узнает что-то новое об окружающем мире. Он научился задавать вопросы, и теперь родителям предстоит услышать множество «почему?» от своего малыша. Это позитивный момент, ведь в возрасте 3-4 лет развивается познавательный интерес



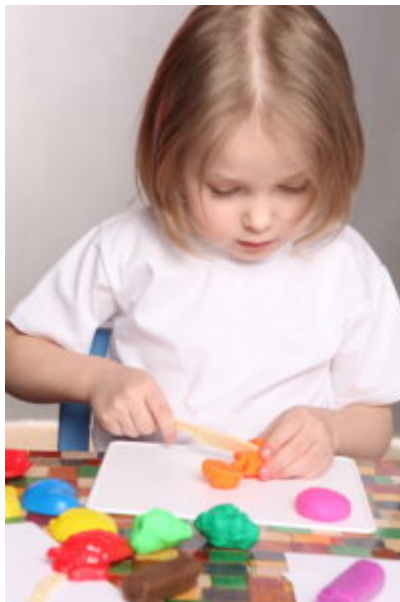
— все хочется понять, рассмотреть, узнать. *Поощряйте любознательность детей, помогайте им разобраться со всем, что их интересует.*

А еще сейчас очень активно развивается личность ребенка. Он все больше осознает себя самостоятельным. Поэтому вам нужно научить его заботиться о себе (проводить личную гигиену, самостоятельно одеваться). Малыш учится выражать свои эмоции, и

в этом тоже может понадобиться помощь родителей. Ребенок не всегда способен побороть агрессию, которая часто проявляется в 2,5-3 года.

Личностное развитие

Развитие личности — один из самых важных психических процессов. Это осознание себя отдельным человеком. *Еще совсем недавно малыш ощущал себя тесно связанным с мамой, ничего не мог без нее.* Теперь все изменится:

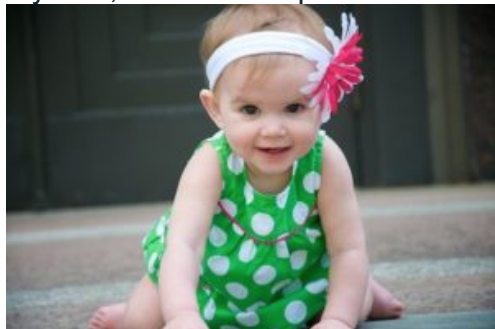


- малыш показывает, кто ему нравится, а кто нет, может очень активно проявлять симпатию;
- обладает эмпатией: извиняется, сопереживает, старается помочь маме;
- *обращается по имени к знакомым, знает, с кем можно на «ты», а с кем только на «вы»;*
- хочет дружить с другими ребятами, выделяет лучших друзей;
- знает, когда нужно говорить «спасибо», «пожалуйста», «привет», «пока»;
- ребенка интересуют традиции, праздники, он знает, как себя вести в таких ситуациях (загадывает желание на Новый год, помогает красить яйца на Пасху и т.д.);
- *может дать оценку своим действиям;*
- хочет быть самостоятельным, все чаще говорит «я сам»;
- у него появляется потребность учиться, выделяются интересующие его области.

Познавательный интерес

В мире очень много нового, непознанного. Развитие психики невозможно без познавательного интереса. Совершенно нормальное явление, когда ребенок всем

интересуется, обо всем спрашивает. К своему возрасту малыш уже



точно знает и умеет следующее:

- может сравнивать предметы по цветам и размерам;
- устанавливает простые связи между событиями (пришло лето — стало жарко, распустились цветы);
- может выделить общий признак у разных предметов (все белые, все игрушки);
- *оценивает результаты своего труда, может быть недоволен (лепит из пластилина, а потом сминает его, если фигурка не понравилась);*
- с удовольствием рисует;
- узнает животных, растения, овощи и фрукты.

Развитие речи

В 3-4 года развитие речи уже достигает высокого уровня. Ребенок еще не умеет



использовать такие сложные части речи, как причастные или деепричастные обороты. Со всем остальным справляется на отлично:

- пользуется почти всеми частями речи;
- *знает названия большинства предметов домашнего обихода;*
- знает разные значения одних слов (ручка, ножка);
- подбирает правильные прилагательные к существительным;
- *практически все звуки произносит верно, хотя могут быть проблемы с [р];*
- для ребенка не составляет труда выучить и рассказывать короткий стишок, спеть песенку.

Физические параметры

С 3 лет начинается активный рост костей – малыш прибавляет по 4-5 сантиметра в год. Это значит, что питание правильное и кальция достаточно. В этом возрасте врачи часто прописывают витамины с кальцием и фосфором, чтобы помочь организму ребенка. Он уже очень активный, любит *подвижные игры*, может целый час носиться

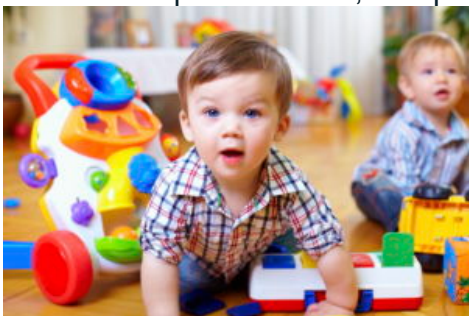


по детской площадке с друзьями. Это хорошо, ведь двигательная активность укрепляет мышцы и налаживает обмен веществ.

Родителям бывает нелегко уложить малыша поспать днем, но делать это нужно обязательно. С 4 лет режим сна такой: 10 часов ночью, 1-2 часа днем. Спать днем можно всего один раз. Лучше всего планировать отдых на время с 13 до 15 часов. Если этого не делать, то к вечеру кроха будет перевозбужден и не сможет заснуть. Это приводит к всем известным последствиям: капризы, злость, слезы, а утром – тяжелый подъем.

Изменение роста и веса

Все дети развиваются по индивидуальному плану, но существуют средние показатели роста и веса, которые приведены ниже. У каждого ребенка эти



показатели зависят от конституции родителей, питания, получения витаминов. Иногда малыш может быть миниатюрным для своего возраста, а через 1-2 года полностью нагнать норму.

- Рост ребенка 3 лет: 93-95 см.
- Рост ребенка 4 лет: 98-100 см.
- Вес в 3 года: 10-11 кг.
- Вес в 4 года: 11-12,5 кг.

Обязательно следите за режимом питания. Нельзя перекармливать кроху. Если давать ему много жирной пищи и вредных продуктов, то его физическое развитие пострадает, могут начаться серьезные эндокринные проблемы. Лучше держать вес в пределах нормы.

Что уже умеет малыш



В 4 года ребенок ощущает естественную потребность в движении, поэтому любит подвижные игры. В этом возрасте малыш обычно умеет следующее:

- ходит по бревну, встает на носочки, меняет направление движения;
- хорошо бегает, может пробежать 250 метров;
- прыгает на одной и двух ногах, перепрыгивает через мячик;
- бросает и ловит мяч, при этом использует обе руки;
- выполняет танцевальные движения;
- выполняет команды учителя физкультуры.

Личная гигиена

Важно, чтобы малыша научили быть самостоятельным в плане гигиены. Самые простые действия он должен уметь совершать сам. Ребенок в 4 года:

- знает, когда и как пользоваться туалетом, умывальником, зубной щеткой;
- моет руки с мылом, знает, когда нужно мыть руки (после прогулки, перед едой);
- чистит зубы, умывает лицо сам, делает это без напоминания перед сном.

Обязательно обращайте внимание малыша на состояние одежды. Например, если колготки грязные после прогулки, нужно отнести их в корзину для стирки или сказать об этом маме. Так он научится не носить грязную, рваную вещь, у него появится *критическое отношение* к своему внешнему виду.