

## **Окружающий мир**

- Различает овощи, фрукты и ягоды.
- Знает насекомых.
- Называет домашних животных.
- Угадывает времена года по картинкам, знает их приметы.

## **Повседневные навыки**

- Застёгивает пуговики и молнии, сам развязывает шнурки, управляется с ложкой и вилкой.
- Нанизывает бусины и крупные пуговицы на нитку.
- Точно проводит линии, при этом не отрывая от бумаги карандаш, благодаря развитию сенсорных особенностей.
- Заштриховывает фигуры прямыми, ровными линиями, при этом не выходя за её контуры.
- Обводит и раскрашивает картинки, не выезжая за края.
- Различает правую и левую руку.

- С ребёнком можно заниматься дома самостоятельно, а можно нанять специалиста или записать в детский развивающий центр. Учитывая его возрастные особенности, нужно постараться обеспечить максимальное развитие его интеллектуальных способностей. Так он будет готов к школе на все 100%, будет успешен и избежит стресса. Параллельно не забывайте заботиться о его полноценном физическом развитии.

- *Полезный совет.* На данном этапе очень важно, учитывая возрастные особенности ребёнка, воспитывать в нём доброту, вежливость, ответственность, отзывчивость, любовь к труду.

# Физическое развитие

Большое значение имеют возрастные особенности детей 4-5 лет в играх и упражнениях. Взрослым должны ориентироваться на показатели нормы, чтобы вовремя заметить отклонения и принять меры. Это возможно.

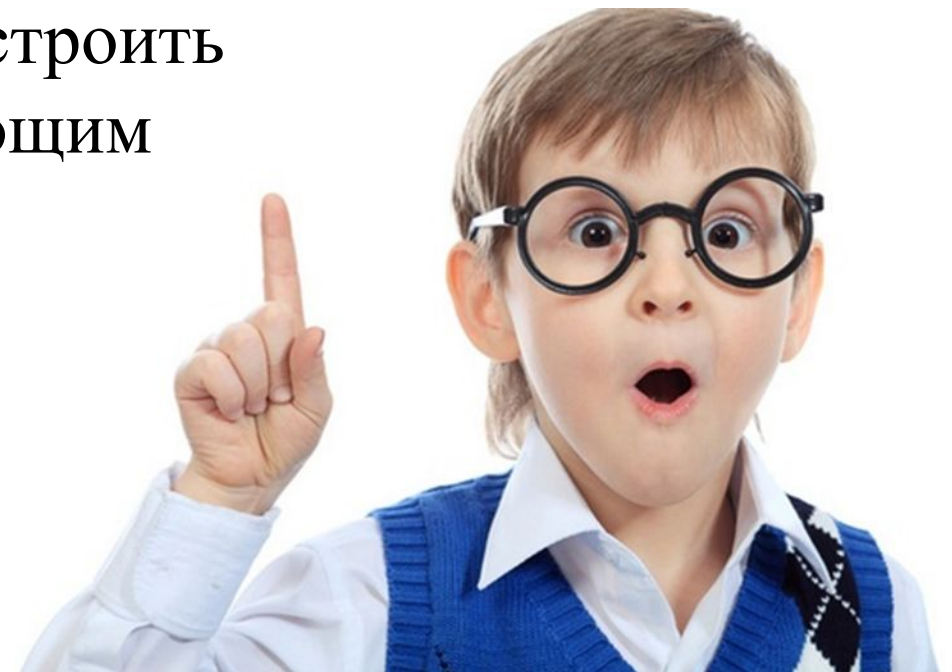
- Общие физические возможности детей в 4-5 лет существенно во многом отличаются от возможностей детей младшего возраста. Большинство движений выглядят со стороны уверенными и легкими, но на самом деле они требуют больших усилий.
- Движение им по-прежнему необходимо.
- [Моторика активно развивается.](#)
- Ребёнок становится ловким и быстрым.
- Мышцы растут быстро, но неравномерно. Из-за этого ребёнок 4-5 лет мгновенно устаёт. Эту особенность необходимо учитывать взрослым, чтобы дозировать физические нагрузки, во время занятий нужны паузы для отдыха.
- Средняя прибавка роста за год должна составлять 5-7 см, массы тела — до 2 кг.
- Скелет отличается гибкостью, потому что процесс окостенения не закончен. Так что силовые упражнения противопоказаны, а вот за осанкой и позами родителям и воспитателям нужно постоянно следить.



- Возрастает потребность организма в кислороде. Особенность дыхательной системы заключается в том, что брюшной тип заменяется грудным. Увеличивается ёмкость лёгких.
- Особенность сердечной деятельности заключается в том, что ритм сердечных сокращений легко нарушается, так что при значительных физических нагрузках сердечная мышца утомляется. Это можно увидеть по покраснению или побледнению лица, учащённому дыханию, одышке, некоординированным движениям. Поэтому так важно вовремя переключаться на иной характер деятельности.
- Этот возраст называется «золотой порой» развития сенсорных способностей.
- Ещё одна физическая особенность этого возраста: хрусталик глаза отличается плоской формой — поэтому отмечается развитие дальнозоркости.
- Барабанная перепонка в этом возрасте нежна и легкоранима. Отсюда — особая чувствительность к шуму.

- Нервные процессы далеки от совершенства. Процесс возбуждения преобладает, так что в моменты обиды не избежать бурных эмоциональных реакций и демонстративного несоблюдения правил поведения.
- Усиливается эффективность воспитательных мер, направленных на нервные процессы.
- Быстрое образование условно-рефлекторных связей.
- Условное торможение формируется с трудом. Поэтому, что-то один раз запретив ребёнку, не нужно ждать, что это отпечатается в его памяти навсегда. Чтобы он усвоил до конца тот или иной запрет, необходимо его постоянно закреплять с ним.
- Таковы особенности развития детей 4-5 лет в плане физиологии. Они помогают родителям понять многие процессы, происходящие в маленьком организме. Нужно знать, что принесёт пользу малышу, а какие занятия и воспитательные меры окажутся не только пустыми, но даже вредными.
- ***Имейте в виду!** Именно начиная с этого возраста, ребёнку нужно объяснить, что такое здоровый образ жизни и приучать его к его особенностям. Лёгкая гимнастика, режим дня, постоянные прогулки, правильное питание помогут маленькому человечку соответствовать физическому развитию своих сверстников.*

- Учитывая все выше перечисленные особенности развития ребёнка 4-5 лет, родители смогут извлечь из них максимальную пользу, чтобы воспитать полноценную личность и качественно подготовить малыша к школе. Психологи и педагоги советуют в этом возрасте построить отношения со своим малышом следующим образом.



# Советы родителям

- Запретов, правил и законов не должно быть очень много: в силу своих психических возрастных особенностей ребёнок не сможет выполнять их все. Напротив, если их будет запредельное количество, приготовьтесь к войне: малыш устроит протест.
- Сдержанно реагируйте на справедливую обиду и гнев ребёнка.
- Рассказывайте ему о своих чувствах, переживаниях. Так он будет лучше понимать вас и окружающих людей.
- Разбирайте с ним особенности и детали любых сложных этических ситуаций, в которые он попадает во дворе и в детском саду.
- Не перегружайте его совесть. Не нужно постоянно говорить ему об его ошибках: появится уничтожающее чувство вины, страх, мстительность, пассивность.
- Ребёнку 4-5 лет не нужно рассказывать страшные истории, показывать ужастики, рассуждать о смерти и болезнях.
- Интересуйтесь творческими особенностями и успехами своего малыша. Но не критикуйте.
- Разрешайте ему как можно больше играть со своими сверстниками.
- Отвечайте на любые вопросы, интересуйтесь его мнением. Подскажите способы самостоятельного поиска информации.
- Играйте с ним дома.
- Читайте книги.
- Закрепляйте любые полученные знания.



- Те родители, которые заботятся о становлении полноценной личности ребёнка, должны иметь в виду все выше перечисленные возрастные особенности развития детей 4-5 лет: они являются ориентиром. Зная о них, гораздо легче направить малыша в нужное русло, разобраться в его внутреннем мире, помочь справиться с теми трудностями, которыми чреват данный период. Такая политика позволит качественно подготовить дошкольника к предстоящей учёбе в школе и облегчить социальную адаптацию.