



**Из детства — в отрочество**



# Детство

*Детство* — это уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье и осуществляется *развитие личности*. Из детства ребенок выносит то, что сохраняется потом на всю **жизнь**.





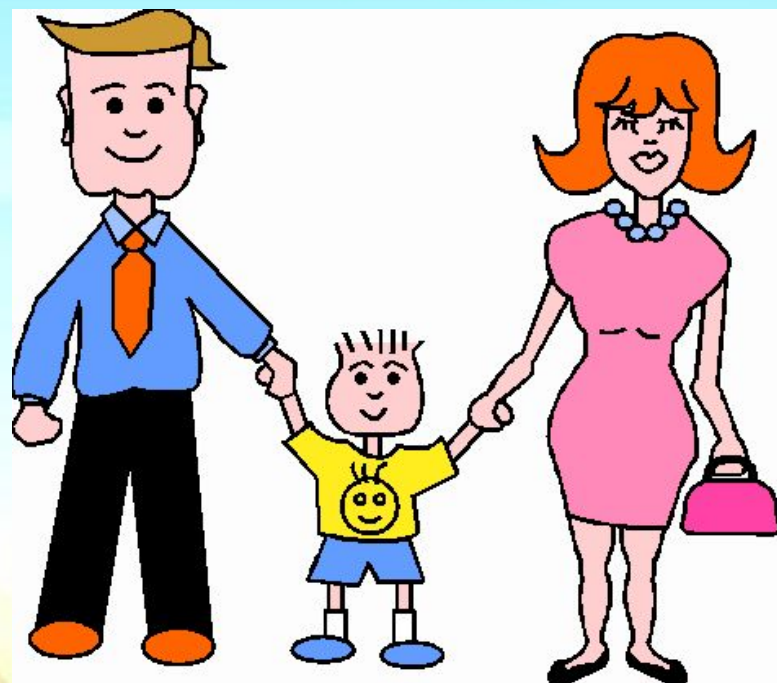
# Отрочество

Период **отрочества** закрепляет достижения детства и использует их. При этом педагоги и психологи справедливо настаивают на том, что от взрослых, воспитывающих ребенка и в детстве, и в отрочестве, в первую очередь зависит, как будет протекать его развитие в самом трудном, подростковом возрасте. Правильно построить взаимоотношения с подростком трудно, а зачастую и невозможно, если они не сложились гораздо раньше — в детстве.

Путь из детства в отрочество ребенок проходит  
*с родителями, воспитателями и учителями*  
начальной школы.



В начале пути рядом с беззащитным и доверчивым малышом находятся самые главные люди в его жизни — *родители*. Благодаря их любви, заботе, эмоциональной близости ребенок растет и развивается, у него возникает чувство доверия к миру и окружающим его людям.





На определенном отрезке дороги раннего и дошкольного детства ребенок *поступает в детский сад*.

Это событие влечет за собой значительные изменения в его жизни. Теперь его окружают новые люди, взрослые и дети, которых он раньше не знал и которые составляют иную общность, чем его семья. Но малышу не страшно, потому что рядом с ним его родители. Крепко держа маму за руку, он доверчиво протягивает свою маленькую, теплую ладошку *воспитателю*.





**ДЕТСКИЙ САД**





**С этого момента идти ребенку по дороге своего детства становится и легче, и труднее.**

**Легче**, если родители и воспитатели объединят свои усилия и обеспечат малышу двойную защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь и в детском саду, и дома. А детский сад, в свою очередь, будет способствовать развитию его основных способностей, умению общаться со сверстниками и обеспечит подготовку к школе.



**Труднее** идти по дороге дошкольного детства станет потому, что именно в детском саду при решении воспитательно-образовательных задач возникают первые сложности, связанные с развитием ребенка, его поведением.




И если воспитатели обратят на это внимание, а родители отмахнутся от них и не примут участия в их разрешении, то в школе их ждут самые печальные последствия. Специалисты по дефектологии считают, что одной из причин устойчивой неуспеваемости детей в школе является отсутствие своевременной помощи ребенку в период дошкольного детства со стороны семьи и детского сада, невнимание к его здоровью и физическому развитию с самого раннего возраста.

Благодаря взаимодействию с воспитателями и участием в жизни детского сада родители приобрели опыт педагогического сотрудничества как со своим ребенком, так и с педагогической общественностью в целом. Как следствие, в дальнейшем будет полностью исключено традиционное положение дел, когда родителям отводится роль восхищенного зрителя, комментатора или болельщика, с тревогой ожидающего очередного результата.



## **Участие родителей в жизни своих детей не только дома, но и в детском саду поможет им:**


- преодолеть собственный авторитаризм и увидеть мир с позиции ребенка;
- относиться к своему ребенку как к равному себе и понимать, что недопустимо сравнивать его с другими детьми. Главное — не норматив, а личностные достижения каждого. Если ребенок что-то сделал лучше, чем вчера, и это осознается им, то можно радоваться его личностному росту, развитию;
- знать его сильные и слабые стороны и учитывать их. А это значит, что при поступлении в школу в самосознании ребенка не произойдет драматической смены самооценки (в детском саду был умным, а в школе — неумеха);

- 
- проявлять искреннюю заинтересованность в его действиях и быть готовым к эмоциональной поддержке;
  - понимать, что путем одностороннего воздействия ничего нельзя сделать, а можно лишь подавить или запугать ребенка. Если мы хотим добиться желаемого результата, необходимо, чтобы он сам захотел принять участие в работе. А для этого у взрослого с ребенком должны быть хорошие, доверительные отношения и искреннее желание участвовать в его делах, радостях и горестях.

# Здоровье

В первые годы жизни важно обеспечить физическое, умственное, нравственное и эстетическое развитие детей. Но содержание, приемы и методы реализации этих задач **иные**, чем **в** работе с детьми дошкольного возраста. Они определяются возрастными особенностями детей.





Преддошкольный период — с 1 года до 3 лет — отличается от грудного возраста тем, что энергия роста (по сравнению с первым годом) заметно замедляется. Быстро созревают центральная и периферическая нервные системы, расширяются условно-рефлекторные связи, происходит становление второй сигнальной системы. Этот период крайне важен для дальнейшего развития человека: системы условно-рефлекторных связей, выработанные в первые 3—5 лет, закрепляются особенно прочно и сохраняют свое значение в течение всей последующей жизни.



# **КРИТЕРИИ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА**

**I критерий здоровья — наличие или отсутствие отклонений в раннем онтогенезе (анамнез).**

**II критерий здоровья — физическое развитие (здесь и далее — ФР) и степень его гармоничности.**

**III критерий здоровья — нервно-психическое развитие ребенка.**

**IV критерий здоровья — это степень резистентности (инфекционной устойчивости) организма по кратности острой заболеваемости.**

**VI критерий — наличие или отсутствие хронических заболеваний — обычно определяет врач.**

```
graph TD; A[Здоровье] --- B[Режим]; A --- C[Питание]; A --- D[Сон];
```

**Здоровье**

**Режим**

**Питание**

**Сон**

# Режим

**Возрастные режимы детей раннего и дошкольного возраста**  
(изменение продолжительности сна, бодрствования и числа кормлений в течение суток у детей от 1 месяца до 6 лет)

№ режим а	Возраст	Кормления		Бодрствование (максимальная длительность), ч	Кол-во период ов	Сон		Количество часов сна в сутки
		Кол-во	Интервал , ч			Длительность каждого периода, ч	дневной	
1	1—3 мес.	7	3	1—1,5	4	2—1,5	10—11	18,5—17,5
2	3—5—6 мес.	6	3,5	1—1,5—2	4	2—1,5	10—11	17,5—16,5
3	5—6—9 мес.	5	4	2—2,5	3	2—1,5	10—11	16,5—15,5
4	9 мес. — 1 год	4—5	3,5—4,5	2,5—3,5	2	2,5 + 2—1,5	10—11	15,5—14,5
5	1 год — 1 год 6 мес.	4	3,5—4,5	3,5—4	2	2,5 + 1,5—1	10—11	14,5—13,5
6	1 год 6 мес. — 2 года	4	3,5—4,5	5—5,5	1	3	10—11	14—13
7	2—3 года	4	3,5—4,5	5,5—6,5	1	2,5—2	10—11	13—12
8	4—5 лет	4	3,5—4,5	6,5—7	1	2—1,5—1	10—11	11,5—12,5
9	5—6 лет	4	3,5—4,5	7—7,5	1	1	10—11	11

# Питание

Для обеспечения правильного питания необходимы три условия:

1) наличие в пище всех необходимых ингредиентов (белки, жиры, углеводы, микроэлементы, витамины);

2) здоровый пищеварительный тракт, а также наличие в нем всех ферментов для правильной переработки этих пищевых веществ;

3) рациональный режим питания: это современная технология приготовления пищи (традиционная кухня детского сада вполне соответствует физиологическим особенностям ребенка) и рациональное распределение пищи по калорийности в течение дня.





# Сон

От 1 года до 1,5 лет ребенок должен спать два раза в день. Обычно первый дневной сон бывает после завтрака и небольшой прогулки, второй — или после обеда, или перед полдником, если после обеда малыш активно бодрствует. Продолжительность дневного сна у разных детей может быть неодинакова, но в среднем составляет 3 часа в день. Ночной сон длится 10—11 часов.

Иногда ослабленные, недоношенные дети, находящиеся в адаптации к детскому саду (яслям), сохраняют себе второй сон дольше 1,5 лет. Предоставьте им такую возможность. Они сами перейдут на один сон, когда созреют. Переход на один сон — процесс крайне индивидуальный.

Ранний переход (до 1,5 лет) на один сон нежелателен, так как дети утомляются от длительного бодрствования, перевозбуждаются и не могут уснуть.

Если при переводе на один сон ребенок не справляется с новым режимом, нужно временно перевести его на прежний режим.

# Развитие

## Игра

Познавательное развитие

Речевое развитие

Математическое образование

Художественная литература

Развитие эстетического восприятия детей и продуктивные виды деятельности

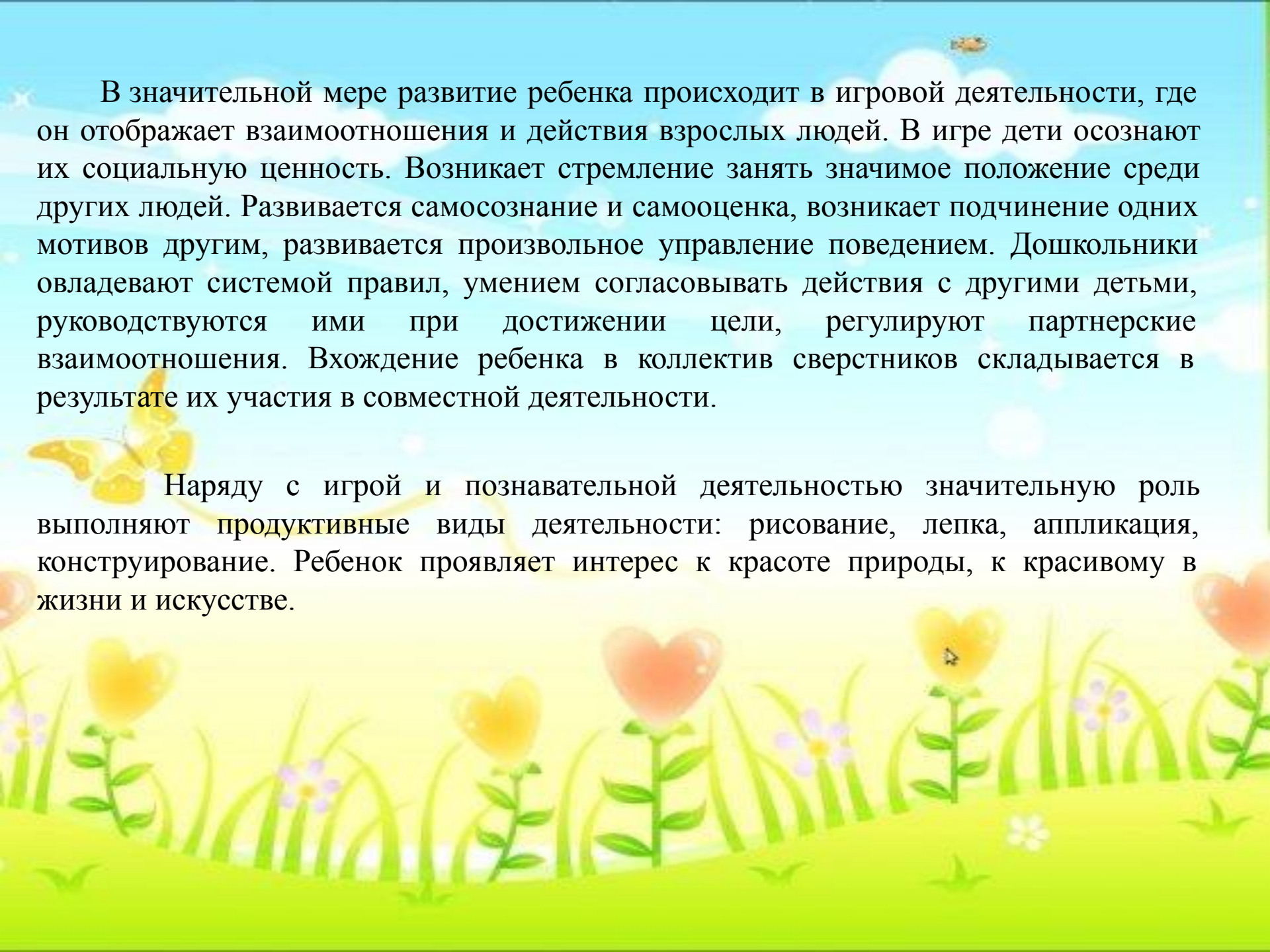
Музыкальное развитие детей

Развитие детей в театрализованной деятельности

# Игра

**Игра — универсальный способ жизнедеятельности ребенка.**





В значительной мере развитие ребенка происходит в игровой деятельности, где он отображает взаимоотношения и действия взрослых людей. В игре дети осознают их социальную ценность. Возникает стремление занять значимое положение среди других людей. Развивается самосознание и самооценка, возникает подчинение одних мотивов другим, развивается произвольное управление поведением. Дошкольники овладевают системой правил, умением согласовывать действия с другими детьми, руководствуются ими при достижении цели, регулируют партнерские взаимоотношения. Вхождение ребенка в коллектив сверстников складывается в результате их участия в совместной деятельности.

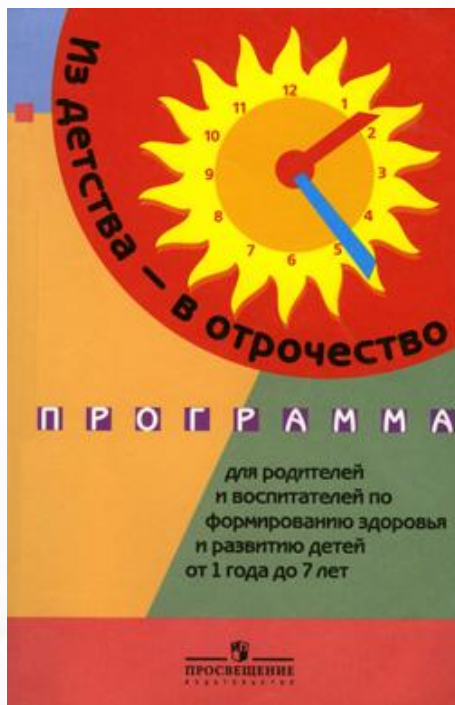
Наряду с игрой и познавательной деятельностью значительную роль выполняют продуктивные виды деятельности: рисование, лепка, аппликация, конструирование. Ребенок проявляет интерес к красоте природы, к красивому в жизни и искусстве.



**В процессе развития предпосылок учебной деятельности у ребенка происходит осознанное отделение практической задачи («что делать») от задачи учебной («как делать»), переориентировка с конечного результата на способы его получения. Ребенок овладевает способами действий, развиваются ориентировочные, поисковые, контрольные и оценочные операции.**



# Спасибо за внимание



Презентация составлена на основе Программы для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей от 1 года до 7 лет «Из детства - в отрочество»

