



**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**.









# О т р о ч е с т в о

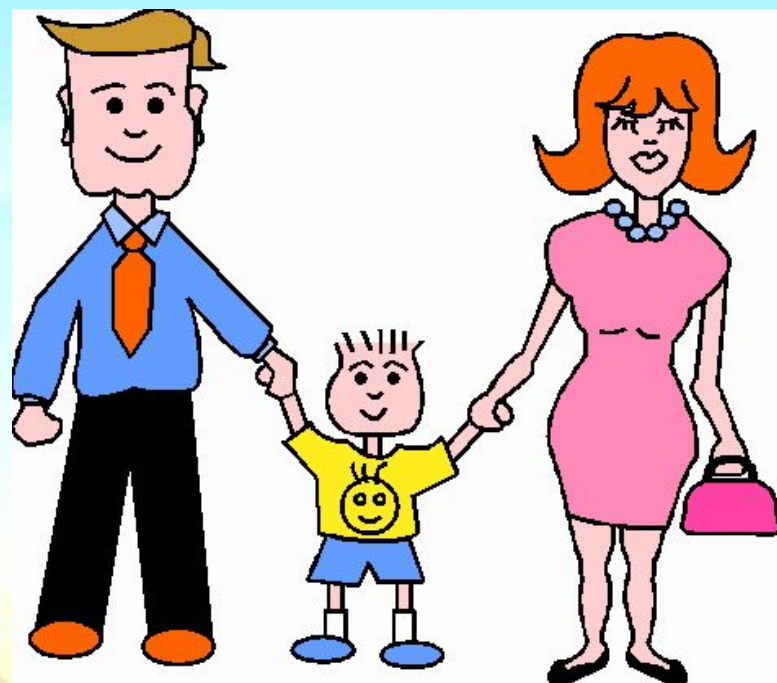
Период **отрочества** закрепляет достижения детства и использует их. При этом педагоги и психологи справедливо настаивают на том, что от взрослых, воспитывающих ребенка и в детстве, и в отрочестве, в первую очередь зависит, как будет протекать его развитие в самом трудном, подростковом возрасте. Правильно 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.



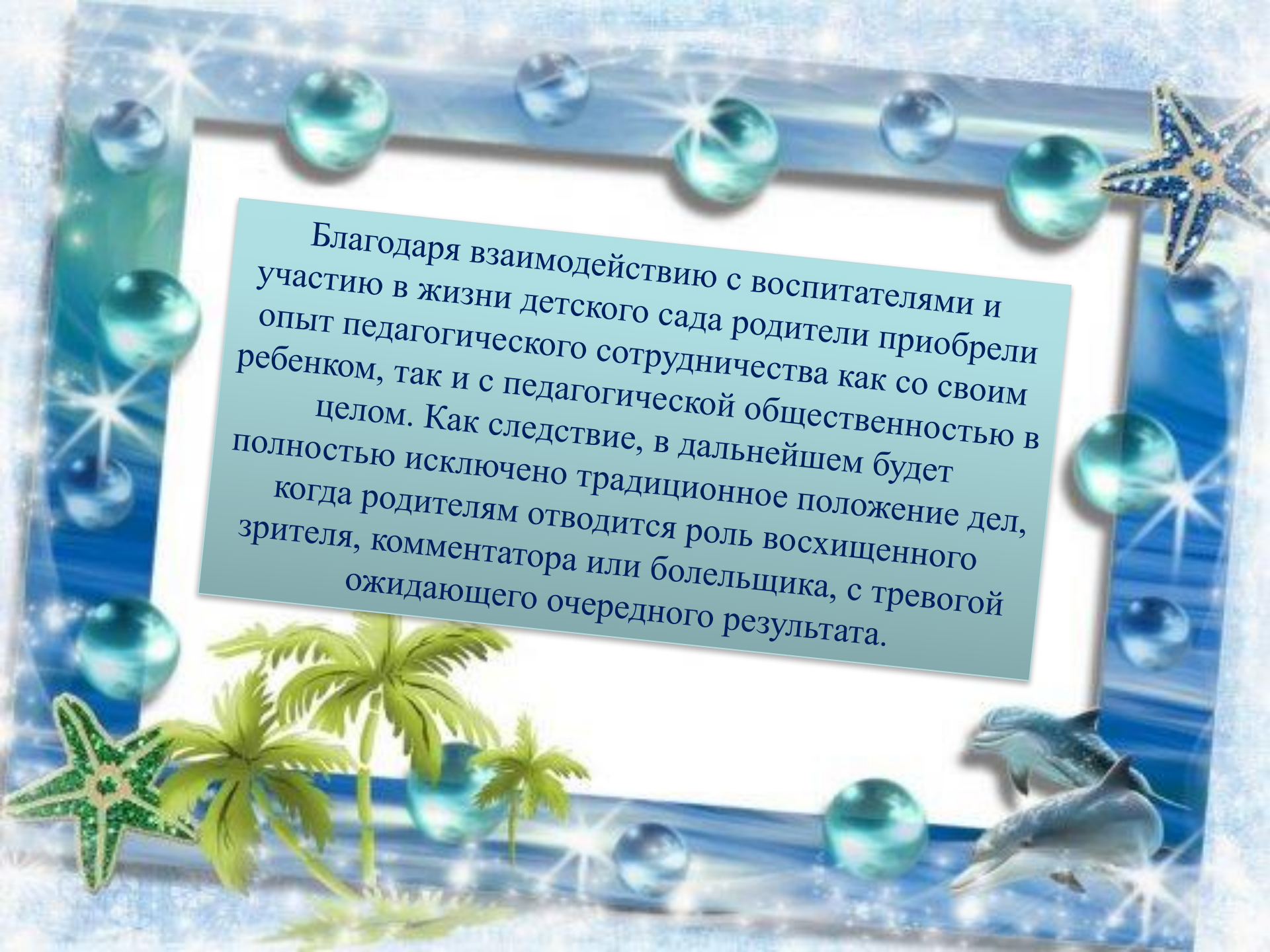
**Труднее** идти по дороге дошкольного детства станет потому, что именно в детском саду при решении воспитательно-образовательных задач возникают первые сложности, связанные с развитием ребенка, его поведением.





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

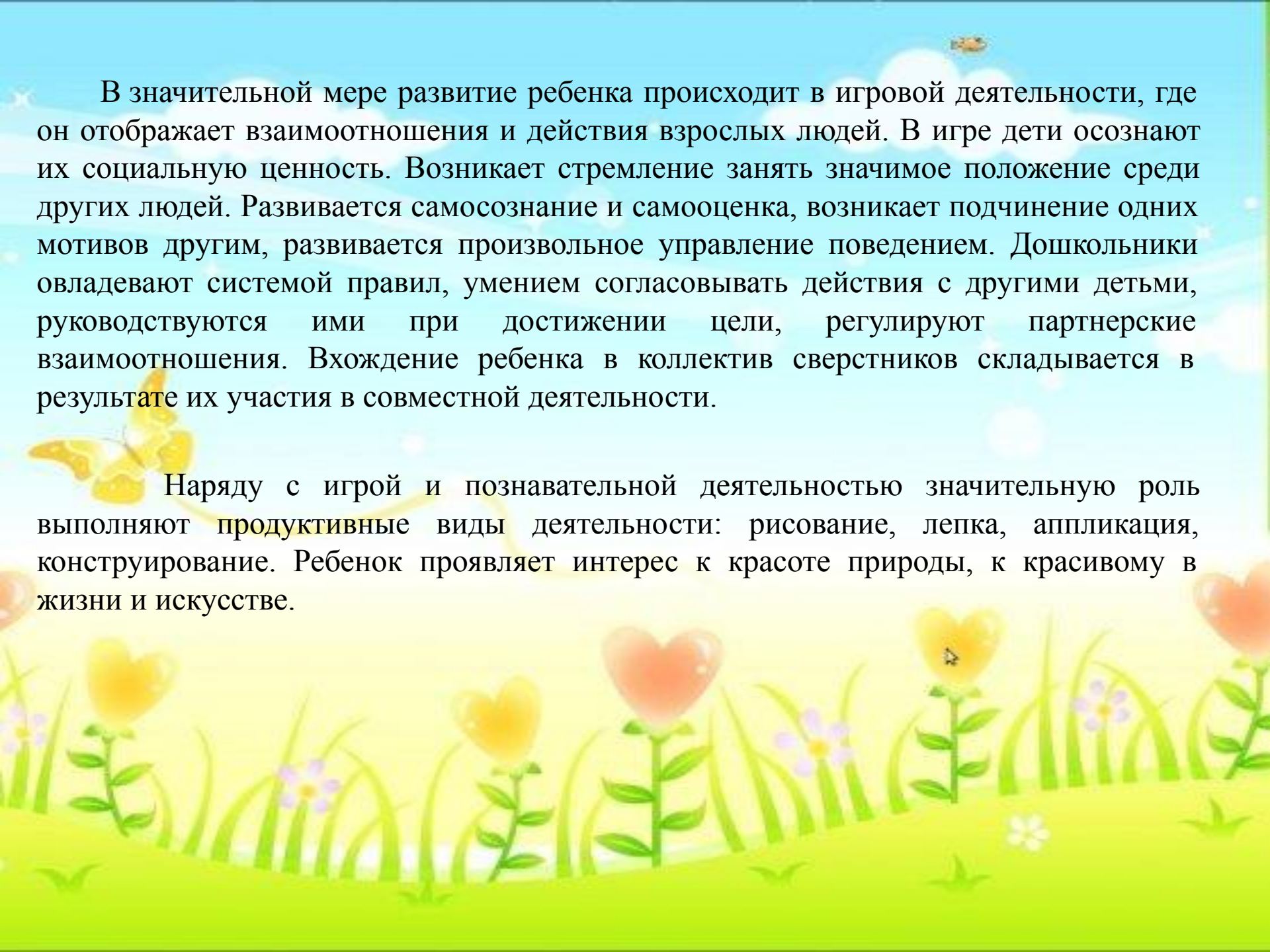
Развитие детей в театрализованной деятельности



# 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»

