

Календарь развития ребенка:

3 года



Дорогие родители, поздравляем вас с третьим днем рождения и началом нового этапа в жизни вашего чада и вас!

Итак, вам три годика - вы стали взрослыми.

Взрослыми по сравнению с годиком и двумя, естественно.

За прошедший год вы изрядно подросли, стали ловкими, сильными, очень активными и жизнерадостными. Научились испытывать эмоции, которые доселе были вам неизвестны, и выражать их. Освоили речь, в конце концов. Маленький человечек превратился в человечка побольше.

Физиология трехлетнего ребенка

«3 года» не зря называют первой ступенькой взросления. Ребенок все больше начинает походить на взрослого - и внешне и психологически. Не забывайте про регулярные медосмотры: с этого момента их можно проходить раз в год, но не реже. По сравнению с более младшим возрастом, особых изменений в рационе и режиме дня нет (если только вы не запишете малыша в садик). В его третий день рождения можно позволить себе маленькую слабость - познакомить дитя со сладким. Кусочек торта или конфетка, как правило, приходятся очень даже по вкусу, поэтому ваша задача теперь будет контролировать количество съедаемого сладкого. Немного, конечно, можно. Ведь это так вкусно! Но только не перед едой (иначе малыш будет есть меньше и, соответственно, получать меньше необходимых для роста и развития микроэлементов) и в умеренных количествах - чтобы не испортить зубки и не спровоцировать появление сахарного диабета в будущем. В остальном все по-прежнему. Продолжительный ночной сон, один дневной сон, четырехразовое питание.

Психология ребенка трех лет жизни

Три года - время, когда многие родители отдают детишек в садик. У работающих мам выбора нет: отпуск по уходу за ребенком заканчивается и чадо нужно куда-то пристроить. Если рядом нет бабушек и дедушек и нет возможности нанять няню, иного варианта, кроме сада, нет. Неработающие мамы иногда элементарно устают и готовы отвести малыша на какое-то время в садик, чтобы хоть немного заняться собой.

Помните, что все очень индивидуально и хорошо в меру. Если ваш ребенок уже целый год ходит на развивающие занятия, привык к коллективу и не боится новых людей, скорее всего, ему и в саду будет неплохо. Новые лица, новые впечатления, игры - все это будет в радость. Но если вы все время воспитывали дитя самостоятельно, если вы видите, что ваш ребенок очень привязан к дому и к вам, не торопитесь с садиком. Психологический стресс, который малыш испытывает при первом расставании с мамой, настолько сильный, что может повлечь за собой очень большие проблемы в будущем, особенно в отношениях со сверстниками.

Если вы непременно решили записать ребенка в сад, хотя бы некоторое время ходите вместе с ним в группы раннего развития - ради того, чтобы расставание с вами не было таким резким. Есть дети, которые категорически отказываются ходить в сад. Если каждое утро начинается с истерики, лучше пересмотреть свои взгляды в отношении этого заведения. Может быть, подыскать няню. Или просто поменять садик: ребенку могут не нравиться конкретные вещи в этом конкретном саду, но толково рассказать вам о них он пока еще не может.

Навыки и умения в три года

В три года малыш готов к освоению более серьезных и требующих хорошей координации движений навыков. Он уже может постепенно учиться:

- Кататься на велосипеде (пока еще трехколесном, но через год уже можно будет попробовать посадить его на двухколесный транспорт);
- Делать первые шаги на лыжах (навык отталкивания обычно дается детям относительно легко);
- Плавать (пока еще с поддержкой взрослого, так как ребенок может испугаться воды, что на долгое время отобьет у него желание купаться);
- Стоять на коньках и потихонечку кататься за ручку;
- Играть в футбол или другие игры с мячом: малыш уже достаточно вырос, чтобы освоить все необходимые движения - бросать и ловить мяч, бить по нему ногой.

Что касается умственного развития, в три года можно начинать учить буквы и читать первые книжки (именно читать, а не только слушать). Ребенок уже знает многие буквы и можно постепенно складывать их в слоги, а слоги - в слова. Некоторые буквы он наоборот, выучит, выделяя их из знакомых слов. Можно познакомить ребенка с цифрами и с геометрическими фигурами: сейчас память работает продуктивнее, чем когда-либо в жизни, и все усваивается очень быстро.

Советы родителям трехлетки

Конечно, за прошедшие три года вы порядком подустали. Ваша жизнь кардинально изменилась с появлением малыша. Целых три года колоссальной ответственности, бессонных ночей, детских болезней и так далее - несмотря на радость от того, что ваше чадо растет и развивается, хочется отдохнуть. Садик кажется хорошим выходом. И малыш при деле, и мама вздохнет. Но прежде чем отдавать ребенка в сад, подумайте: далеко не все дети настолько коммуникабельны, что готовы целый день, или даже полдня, проводить в компании фактически чужих им людей и все время общаться со сверстниками.

Желая воспитать в малыше привычку находиться среди людей и взаимодействовать с ними, вы можете легко добиться эффекта прямо противоположного - он станет замкнутым и даже агрессивным. Зачастую оказывается, что садик не лучшим образом влияет на психическое развитие ребенка. Поэтому подумайте несколько раз, прежде чем записать туда дитя. И не требуйте от ребенка слишком многого. Он хоть и повзрослел, но, все-таки, еще очень маленький.

Воспитание ребенка в три года



Кризис трех лет в это время может только начаться или еще продолжаться, а у ребенка уже новая задача: контакт с обществом. Именно в этом возрасте малыша могут отдать в детский сад, к которому надо подготовиться – и ребенку, и родителям.

Как организовать жизнь ребенка трех лет

В это время ребенок растет, меняются пропорции его тела, он становится стройным и ловким, и желание двигаться и играть возрастает: все больше вещей, которые раньше малышу не удавались, теперь получаются, поэтому возможностей побегать и поиграть у ребенка должно быть еще больше. Режим ребенка остается таким же, как и раньше – следите за тем, чтобы днем он спал или отдыхал не меньше полутора часов, а ночной сон длился 10 часов.

Как развивать мелкую и крупную моторику ребенка трех лет

Ребенок в этом возрасте любит бегать и прыгать, играть в разные игры с мячом, спрыгивает с нижней ступеньки лестницы. Зимой малыш будет с удовольствием кататься на санках, а летом его уже можно учить ездить на трехколесном велосипеде. Мелкую моторику хорошо разовьет лепка из пластилина – предлагайте ребенку вылепить не только шарики и колбаски, но и, например, овощи. Еще попросите ребенка опускать пуговицы или крупные бусины в пластиковую бутылку с узким горлышком: пока ребенок кладет их в бутылку, вы можете сопровождать процесс счетом: «одна, две, три».

Как играет ребенок трех лет

Книжки с картинками очень притягивают детей этого возраста, ребенок будет охотно описывать то, что изображено на картинке. В играх появляется ролевой элемент – малыш может, например, играть с куклой или мишкой в «дочки-матери». В это же время ребенок уже понимает, что результат его игры зависит именно от него: поэтому родители, видя, что малыш построил башню из простых элементов, могут предлагать ему сделать более сложные конструкции, помогать при этом и хвалить за старания. Так начинает развиваться мотивация достижения.

Чему учится ребенок в три года

В это время дети уже одеваются и ухаживают за собой практически самостоятельно, взрослые учат их застегивать пуговицы и «молнии», пользоваться носовым платком и расческой. Малышу нравится быть аккуратным, поэтому всем этим вещам он учится охотно. Родители могут развивать вкус и обоняние ребенка, давая ему поочередно попробовать сладкий компот, неострый огуречный рассол и воду, подкисленную лимоном, и предлагая понюхать апельсиновую цедру, кофе и какой-нибудь цветок.

Как ведет себя ребенок в три года

В этом возрасте появляется планирование – ребенок может предупредить взрослого о том, что он собирается лепить, играть в машинку или рассматривать картинки. Если кризис трех лет продолжается (ближе к концу периода он обычно заканчивается), то ребенок сопротивляется предложениям взрослых, отчаянно ревнует к младшим братьям и сестрам, обзывается и деспотично требует, чтобы все было сделано так, как он хочет. Если родители препятствуют и высмеивают попытки проявления самостоятельности, то вместо автономии, очень важной для ребенка, формируются чувство стыда и вины за желание быть самостоятельным.

Как развивается речь ребенка в три года

Ребенок произносит фразы, состоящие из 5-6 слов. Очень интересуется тем, почему слова звучат именно так и откуда они взялись: «Почему кошка называется кошка?» Создает новые слова и рифмует их – может сочинять и петь длинные песни на несуществующем языке. Взрослый может помочь ребенку понять, что предмет, имеющий какое-то название, может состоять из других предметов, у которых тоже есть свои имена: например, у стола есть ножки, а у стула – спинка, у дерева есть ствол, ветки, корни и листья, а у собак – породы.

В чем основная задача воспитания ребенка трех лет

Большое событие - подготовка ребенка к детскому саду. Не говорите о том, что в детском саду ему придется трудно: «Вот дома ты кашу не ешь, а в садике-то заставят!» Ребенок должен быть готов к недолгой разлуке с вами – для начала можно отдавать детей в группы развития на несколько часов, проверяя, как ребенок себя чувствует, оставаясь без вас, и как вы чувствуете себя без него – некоторые родители начинают страдать и делают все для того, чтобы ребенок задержался дома. Готовность ребенка к саду проверяется так: он должен знать слова «можно», «нужно», «нельзя», «опасно», уметь одеваться и раздеваться, сам есть, проситься в туалет, мыть руки и просить помочь, если что-то не получается. Желательно заранее рассказать ему, учитывая возраст, чем отличаются тела мальчика и девочки.

