

## Развитие ребенка в 4 года

Четырехлетние дети уже вроде бы взрослые, но еще очень маленькие. В этом возрасте продолжает становление личности и характера ребенка, которое силами родителей должно мягко корректироваться. Какими умениями уже овладел ребенок к 4-летию и какие занятия подойдут для развития малышей 4-5 лет?



### Особенности возраста

- Кроха по-прежнему подвижен и энергичен, но уже стал более усидчивым и способен заниматься каким-то одним делом около 20 минут. Мелкая моторика постоянно совершенствуется. Большинству четырехлеток особенно нравится рисование.
- После 4 с половиной лет ребенок изменяется внешне, так как у него начинается активное развитие мышечной и костной ткани.
- Для ребенка старше 4 лет очень важна социальная составляющая развития. Малыш заводит друзей среди других деток, стараясь найти с ними «общий язык». Ребенок хорошо замечает чувства других людей, умеет сопереживать. Малыш научился формулировать собственные мысли в словах. У многих детей 4-летнего возраста имеются воображаемые друзья.
- Ребенок 4 лет продолжает овладевать родной речью. Для многих деток данного возраста характерна незначительная шепелявость. Словарный запас четырехлетки разрастается очень стремительно (до 2500-3000 слов к 5-летнему возрасту). Речь карапуза обогащается выражением и интонацией. Кроха озвучивает собственные действия и все, что видит, а также постоянно задает большое количество вопросов.

### **Большинство детей в 4-4,5 года умеют:**

- Бегать, сохраняя равновесие при изменении направления или темпа движения.
- Стоять на 1 ноге несколько секунд, а также несколько раз быстро подпрыгивать из этого положения.
- Прыгать вперед на обеих ногах.
- Спрыгивать с небольшой высоты (до 20 см).
- Ходить по скамейке, удерживая равновесие.
- Играть с мячом – бросать и ловить, попадать в предметы с расстояния.
- Кататься на велосипеде.
- Разговаривать понятно и разборчиво, составляя фразы из 6-8 слов. Поддерживать беседу.
- Играть с другими детками в группе или в паре.
- Правильно называть множественное число существительных.
- Верно употреблять предлоги.
- Не реагировать истерикой на разочарование или обиду.
- Заботиться о животном.
- Следить за собственной гигиеной (самостоятельно ходить в туалет, применять туалетную бумагу, включать кран).
- Аккуратно есть с использованием ложки и вилки.
- Помогать родителям в уборке.
- Сдержанно вести себя на людях.
- Знать некоторые буквы.
- Называть свое имя, отчество и фамилию, а также адрес.
- Отличать живое и неживое.
- Понимать сюжет мультфильма или спектакля.
- Знать названия животных, растений, профессий, бытовых предметов.
- Ориентироваться в понятиях справа-слева-внизу-вверху.
- Сравнить предметы по ширине, высоте, длине, количеству.
- Раскрашивать рисунки без выхода за границы.
- Соединять точки линией.
- Нанизывать пуговицы и бусинки.
- Знать времена года, явления погоды, а также части суток.
- Определять пропавший предмет.
- Пересказывать сказку.
- Находить различия между двумя изображениями.
- Складывать пазлы из 2-4 элементов.
- Обобщать предметы в группы.
- Находить одинаковые пары предметов.
- Определять лишние предметы.
- Знать геометрические фигуры, а также цифры до 10.
- Пользоваться ножницами.

### **Виды развития ребенка**

## *Физическое*

Ребенок в четырехлетнем возрасте должен достаточно двигаться, повышать свою ловкость, координацию и выносливость. В этом и цель физического развития малыша, включающего гимнастику, танцы, физические упражнения с мамой, плавание, езду на велосипеде, подвижные игры и много других вариантов активности.

Гимнастику, включающую динамические упражнения, важно проводить минимум 2 раза в неделю. Ее выполняют днем, задолго до сна, в проветренной комнате и желательно в группе деток. Оптимальная длительность такой гимнастики – 20-25 минут.

## *Психическое*

Психика четырехлетки развивается очень активно и спектр эмоций малыша расширяется. Кроме того, дети в 4-5 лет весьма восприимчивы к реакции взрослого. Если родители или воспитатели относятся к малышу одобрительно и уважительно, это помогает в формировании позитивного представления ребенка о себе.

**Занятия для психического развития детей 4-4,5 лет включают упражнения, влияющие на внимание малыша, а также память и мышление. Ребенку предлагают:**

- Обобщать предметы по какому-либо признаку.
- Собирать состоящую из 3-4 частей картинку.
- Определять сходство и различие в рисунках и игрушках.
- Выбирать из группы предметов одинаковые.
- Повторять определенную последовательность движений, которые показал взрослый.
- Собирать постройки из конструктора, ориентируясь на образец.
- Определять в группе предметов лишний, после чего объяснять свой выбор.
- Находить антонимы к словам.
- Запоминать сюжет рисунка.
- Пересказывать сказку.
- Наизусть рассказывать потешки и стишки.
- Описывать яркое событие, которое произошло недавно.



### ***Эмоциональное***

Развитие эмоций 4-летнего ребенка является важной частью полноценного развития крохи. Ребенок этого возраста начинает разбираться во взаимоотношениях людей, может заметить, что у человека рядом поменялось настроение, умеет выражать собственные эмоции.

*Четырехлетка умеет сочувствовать и проявлять внимание. Ребенок ощущает, как к нему относятся.*

### ***Сенсорное и музыкальное***

Сенсорное развитие ребенка воздействует на органы чувств малыша, отвечающие за слух, нюх, осязание. Ребенку предлагают определять характеристики предметов на ощупь. Так малыш узнает, что предметы бывают твердыми или мягкими, шершавыми или гладкими, теплыми или холодными. Также в занятия для сенсорного развития включают игры, связанные с запахами и вкусами.

К четырехлетнему возрасту ребенок уже знаком с некоторыми музыкальными инструментами, небольшими произведениями, музыкой с разным ритмом. У ребенка уже есть любимые мелодии, услышав которые, кроха будет подпевать.



## *Речевое*

Развитие речи крайне важно для каждого ребенка 4-летнего возраста. В первую очередь на него влияет общение малыша с взрослыми, а также с другими детьми. Это увеличивает словарный запас карапуза, учит его строить предложения и выражать свое мнение словами. В 4-летнем возрасте многие дети еще не выговаривают шипящие и «р», поэтому с четырехлетками в форме игр часто проводят занятия на произношение этих звуков.

### **Чтобы стимулировать развитие речи детей 4-4,5 лет, можно:**

- Учить с ними стишки и песенки.
- Рассматривать картинки с сюжетом и обсуждать их.
- Рассматривать сказку в картинках и воспроизводить ее сюжет.
- Вместе с мамой читать рассказы и обсуждать их.
- Слушать сказки в аудиозаписи.
- Разгадывать загадки.
- Обсуждать перед сном, как прошел день.
- Заниматься артикуляционной гимнастикой.
- Изучать буквы и звуки.
- Определять первую букву в слове, разделять слова на слоги.

## *Мелкая моторика*

Развитие моторики считают очень важным пунктом плана развития малышей младшего возраста. Занятия для мелкой моторики стимулируют речевое развитие посредством воздействия на зону мозга, отвечающую за речь. К таким занятиям относят игры с песком, кубиками, конструкторами, бусинами, крупой, фасолью. Выполняйте с малышом пальчиковую гимнастику, завязывайте узлы на шнуре, застегивайте-расстегивайте молнии, кнопки, пуговицы, крючки. В 4-летнем возрасте к лепке и рисованию добавьте поделки, для которых нужно что-то вырезать ножницами и приклеивать.

Для развития мелкой моторики ребенка можно использовать обычную крупу.

## *Познавательное*

**Ребенок четырех лет активно познает мир, а развитие его познавательной сферы должно быть направлено на улучшение памяти, мышления, логики, внимания.**

Обычно занятия для познавательного развития 4-летнего ребенка имеет определенную тему, например «домашние животные», «весна», «вода», «наземный транспорт», «профессии», «ночь» и другие. По такой теме с ребенком организовываются игры, во время которых кроха будет определять цвета, тени, формы, отличия и схожие элементы, части целого, обобщающие

свойства, лишнее, противоположности, недостающие элементы и многое другое.



### *Для развития внимания*

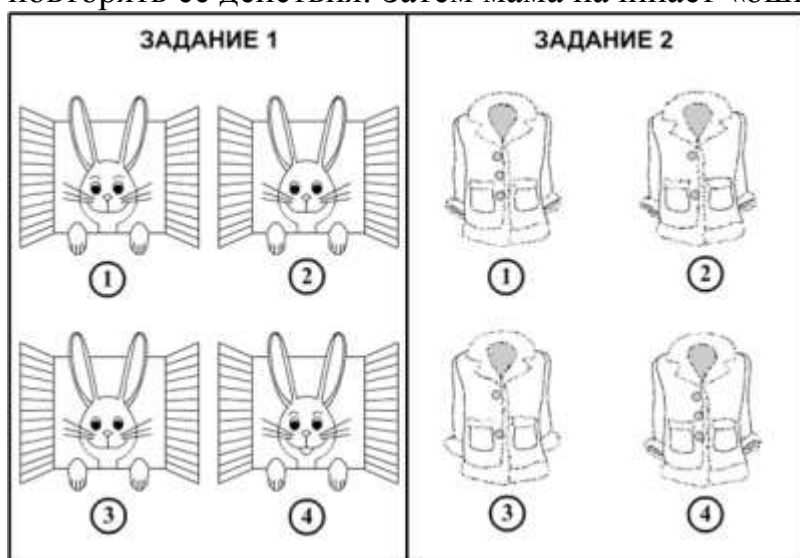
Ребенку 4-5 лет важно научиться сосредотачиваться на определенном задании, а также замечать небольшие детали. Эти навыки понадобятся ему в будущем для успешного обучения в школе.





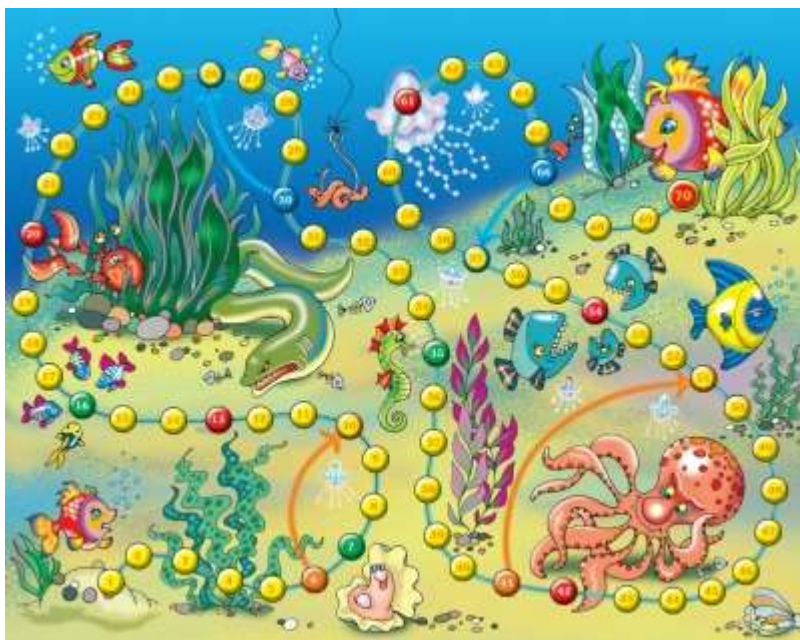
Чтобы развить внимание 4-летнего крохи, можно предлагать ребенку:

- Повторять действия за мамой, например, присесть – встать – закрыть глаза – потрогать себя за ухо – открыть глаза – отвести руку в сторону.
- Играть с мячом в «съедобное-несъедобное», «летающее-не летающее».
- Зачеркивать в напечатанном тексте определенную букву. Для усложнения этого задания одну букву можно зачеркивать, а вторую – подчеркивать.
- Мама притрагивается к частям лица и называет их, ребенок должен повторять ее действия. Затем мама начинает «ошибаться».



### *Математическое*

Для 4-летнего ребенка изучение математики должно быть увлекательной и веселой игрой. Учить кроху математике удобно во время прогулки, например, считать ступеньки, проезжающие автомобили, дома, птиц. Для объяснения простых примеров можно применять пальцы или специальные палочки для счета.



## ***Творческое***

Занятия, направленные на творческие способности ребенка, нравятся большинству детей. К ним относят рисование, создание разных поделок и аппликаций, занятия лепкой из соленого теста или пластилина, а также ролевые игры.

## **Диагностика развития**

**Родителей должно насторожить, если в 4 года ребенок:**

- Не может спускаться по лестнице чередующимися шагами.
- Не называет имя и фамилию, а также свой пол.
- Не умеет обобщить несколько предметов одним словом.
- Не способен выучить короткий стих.
- Не запоминает сюжет рассказа.
- Не может посчитать до 5.
- Не знает простые геометрические фигуры.
- Не знает основные цвета.
- Не может построить из кубиков мост по образцу.
- Не может собрать пирамидку из 5 деталей.
- Проявляет жестокость к животному, игрушке или другому ребенку.
- Вялый и апатичный в течение дня, либо, напротив, часто возбужденный.
- 



## ***Игры для развития речи***

1. Игра «что бывает». Спрашивайте ребенка, какие предметы могут быть длинными, острыми, круглыми, твердыми, ароматными, синими, жидкими и так далее.
2. Игра «что случится, если». Обсуждаем с ребенком заданные ситуации, например «что случится, если в воду упадет мяч», «что произойдет, если я упаду в снег».
3. Игра «что можно сделать». Спрашиваем малыша, что можно делать с яблоком, мячиком, водой, печеньем, песком и так далее. Другим вариантом



такой игры будет обсуждение «с чем можно делать» – пить, есть, шить, насыпать, купить.

4. Игра «что где». Спрашиваем карапуза, что находится в прихожей, в детской, на кухне. Затем просим сказать, в какой комнате сковородка, шкаф, телевизор и так далее.
5. Игра «угадай кто». Описываем животного несколькими словами и предлагаем крохе угадать. Например, «угадай кто пушистый, рыжий и хитрый».
6. Стимулируем произношение шипящих. Шипим, как змея, прогоняем воробья «кыш-кыш», проговариваем чистоговорки с «ш», жужжим как муха, повторяем чистоговорки с «ж», поочередно жужжим и шипим. Чтобы ребенок отличал «с» от «ш», произносим их по очереди. Для отличия «ш» от «з» представляем себя мухой, а затем комариком. Для произношения звука «ч» предлагаем малышу представить себя паровозиком.
7. Выполняем гимнастику для языка и губ. Улыбаемся с беззвучным произношением «и» (как лягушка), вытягиваем губы вперед с беззвучным «у» (как слон), открываем и закрываем рот без звуков (как рыба), открыв рот, двигаем языком вверх-вниз (как качели) и в сторону к каждому углу рта (как часы), держим расслабленный язык на нижней губе (как лопата), вытягиваем язык вперед (как игла).

### **Примерная программа упражнений на неделю**

Занятия для развития ребенка 4 лет стоит планировать заранее, причем лучше всего – на неделю. Так вы не упустите важные для вашего малыша виды развития, не перегрузите кроху и сможете подготовить все материалы заранее. В составлении недельного плана развивающих занятий в возрасте 4-4,5 лет в первую очередь учитывают, посещает ли малыш детский сад. **Если кроха весь день в саду, то нужно уяснить такие моменты:**

- У ребенка в саду уже есть ежедневные развивающие занятия и регулярная физическая активность.
- Заниматься с малышом дома получится лишь вечером и в выходные.
- В вечернее время не следует планировать активную деятельность.
- После возвращения из сада остается не так много времени на занятия, поэтому, как правило, планируют лишь 1-2 занятия.
- Стоит узнать, по какой программе занимаются с малышом в саду, чтобы не дублировать занятия, а дополнять их.

Для ребенка, который пока не посещает детское учреждение, план занятий будет более обширным. При его составлении учитывают интересы крохи, имеющиеся навыки, посещение школы развития или спортивной секции.

## Советы

- В 4-летнем возрасте ребенка можно записать на некоторые спортивные секции. Посещение спортивных занятий не только даст возможность тратить энергию, но и поможет освоить новые навыки и понять, что такое дисциплина.
- Чаще хвалите ребенка и уделяйте ему достаточно внимания. Малыш стал более взрослым, но еще нуждается в родителях.
- С 4-летнего возраста ребенка можно водить в кинотеатр, цирк и подобные места. Чтобы знакомство с таким вариантом времяпровождения прошло успешно, не берите сразу же билеты в первый ряд.
- Слыша каждый день сотни детских вопросов, важно оставаться терпеливым и мудрым родителем. Не отказывайтесь отвечать крохе, даже если не знаете, что сказать. Вместе поищите ответ и утолите детское любопытство.



## Уход и режим

**Для нормального развития четырехлетнего ребенка важно поддерживать его здоровье, поэтому родителям следует уделять внимание режиму дня карапуза и уходу за малышом:**

- Ребенку следует обеспечить полноценный отдых. В сутки 4-летние дети спят в среднем 11-12 часов. Многие четырехлетки протестуют против дневного сна, но медики делают акцент на том, что деткам этого возраста отдых днем еще необходим.
- Ежедневно утром в режиме 4-летнего ребенка присутствуют уже привычные гигиенические процедуры. Малыш самостоятельно умывается, чистит зубы, посещает туалет, причесывается. Мыть руки после прогулки и перед едой четырехлеткам еще часто приходится напоминать.
- У ребенка должны быть ежедневные прогулки, на которых четырехлетний малыш будет достаточно двигаться. К тому же, гулять можно вместе с друзьями, придумывая подвижные и захватывающие игры.

- Если родители занимаются закаливанием ребенка с раннего возраста, но такие процедуры продолжают и проводят систематично.
- С 4-летними детьми гуляют дважды в день, подбирая одежду по погоде.
- Питание деток этого возраста предусматривает четыре приема пищи с паузами между ними 3-4 часа. Питательность рациона 4-летнего ребенка в день составляет около 1700 ккал.

