|  |
| --- |
| **Республика Бурятия**  |
| **Администрация муниципального образования «Муйский район»** |
| **Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  |
| **Центр развития ребенка - Детский сад “Медвежонок”** |
| **БуряадУлас** |
| **«Муяынаймаг» гэһэннютагайзасагайбайгууламжынзахиргаан** |
| **Нютагайзасагайһургуулиинурдахиболбосоролойбюджедэйэмхизургаан** |
| **Хүүгэдэйхүгжэлтынтүб – хүүгэдэйсэсэрлиг «Медвежонок»** |

 Согласовано

 Старший воспитатель

 Т.К.Кирилина

Консультация для родителей

«Психологические особенности детей среднего дошкольного возраста»

 Воспитатель: Л.О. Топорова

 п. Таксимо

Вашему малышу уже 4 года. Много это или мало? Маленький он у вас или уже большой? Как к нему относиться, чему учить, что требовать? Конечно, у родителей, которые беспокоятся за своего ребенка, возникает много вопросов. Попробуем ответить на некоторые из них.

С 4-5 лет начинается новый этап развития вашего малыша - этап становления личности. В этом возрасте ребенок уже старается сам решать вопросы и задачи. Совсем недавно он прибегал к вашей помощи при решении любых своих трудностей. Вы постоянно слышали его просьбу помочь одеться, обуться, найти карандаши, сложить игрушки и т. д. А теперь вы чаще всего слышите: "Я сам!" Не стоит этого пугаться. Малыш не игнорирует вас, у него просто появилось свое мнение (по поводу одежды, игрушек, выбора фильма или книги). Родители должны научиться прислушиваться к мнению малыша, считаться с ним. Ведь ребенок хочет быть услышанным. Малыш готов с удовольствием помочь родителям в уборке дома или мытье посуды и может выполнить одновременно 2-3 поручение сразу. Он много чего может и умеет. К концу среднего дошкольного возраста уже заложен фундамент интеллекта.

Поэтому отметим одну из особенностей малыша среднего возраста - стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже больше способен позаботиться о себе и меньше нуждается в опеке взрослых. Появляется возможность и потребность помочь другим. Малыш почувствует себя важным и нужным своей семье.

Вторая особенность малыша среднего возраста - ребенок начинает понимать чувства других людей, сопереживать. В этом возрасте начинают формироваться основные этические понятия, воспринимаемые ребенком не через то, что говорят ему взрослые, а исходя из того, как они поступают. Поэтому, уважаемые родители, с возрастными потребностями ребенка растут и обязанности родителей.

¬ Ничто так не может научить ребенка, как собственный пример родителей.

¬ Грубость, жестокость, равнодушие, неуважение к окружающим со стороны родителей абсолютно недопустимы.

¬ Никогда не выясняйте отношения в присутствии детей, не торопитесь с выводами относительно наказания.

¬ Прежде чем наказывать или ругать, разберитесь в сути поступка. Ни в коем случае не срывайте на ребенке свое зло и не выплескивайте на него свой негатив! Дети всегда это чувствуют.

¬ Ни при каких обстоятельствах не допускайте лжи. Если вы что-либо пообещали малышу, то обязательно это сделайте. Но если вы не уверены, то лучше об этом промолчать. Вашему ребенку очень важны честность и доверие.

¬ Не защищайте своего ребенка от всех проблем и душевных потрясений. Ведь малыш должен постепенно сам учиться разделять добро и зло, а взрослые должны лишь помочь ему правильно ориентироваться в жизни. Отсюда вытекает еще одна особенность - для детей среднего дошкольного возраста характерна наличие у ребенка потребности в совместной деятельности со взрослым.

Параллельно с этой особенностью развивается и другая. Назовем ее-отношения со сверстниками. У ребенка появляется большой интерес к ровесникам, и вы все больше и больше будете замечать, как от внутрисемейных отношений ваш малыш переходит к более широким отношениям с миром.

Уже в 4 года он не может обходиться без сверстников. Всю жизнь малыша теперь в игре. Совместная игра становится сложнее, у нее появляется разнообразное сюжетно-ролевое наполнение (игры в больницу, в магазин, разыгрывание любимых сказок). Дети дружат, ссорятся, мирятся, обижаются, ревнуют, помогают друг другу. Играя, ребенок учится сотрудничать и разрешать конфликты, пытаясь уладить недоразумения и ссоры. В игре формируется самооценка малыша. Общение со сверстниками занимает все большее место в жизни ребенка. Более того, мы все больше замечаем, как наши малыши тянутся к ребятам постарше. Не бойтесь этого, ваш ребенок просто хочет больше узнать и научиться больше.

Идем дальше. Не можем мы обойти стороной еще одну особенность малышей среднего возраста - активная любознательность, которая заставляет детей постоянно задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить, обсуждать различные вопросы. Возраст 4 - 5 лет - возраст «почемучек». И, конечно же, познавательный интерес лучше всего унимается в увлекательном разговоре или занимательной игре. Берегитесь, уважаемые родители! Ведь чтобы отвечать на вопросы ребенка, нужно много знать. А вопросы у детей порой возникают очень неожиданные.

На 4-5 году жизни развиваются творческие способности. И это еще одна особенность. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий. Он делает успехи в рисовании и лепке. К пяти годам словарный запас превышает 2000 слов. В нем появляются абстрактные понятия (счастье, добро, любовь). Ребенок уже может четко назвать свое имя, фамилию, свой возраст и даже адрес проживания. К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Возрастает объем памяти, начинает развиваться образное мышление, увеличивается устойчивость внимания.

В среднем дошкольном возрасте ребенок начинает напоминать «вечный двигатель». Сидит только тогда, когда что-то делает. Он может двигаться 24 часа в сутки, «исследуя» все, что попадается на пути. Поэтому, дорогие мамочки и папочки, вам необходимо задуматься о безопасности своего растущего малыша (а точнее, о ней никогда не стоит забывать).

Выделим еще одну особенность среднего дошкольного возраста, что появляется как следствие развитого воображения - страхи. Средний дошкольный возраст - период расцвета страхов. Ребенок боится сказочных персонажей, темноты, неприятных снов, собак, глубины. Их очень много, этих детских страхов. И к ним нельзя относиться пренебрежительно. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. И здесь, как и всегда, мы, взрослые, должны быть рядом, чтобы поддержать своего малыша.

Воспитание ребенка - процесс многогранный. В мире существует огромное количество пособий по вопросам воспитания. Но, к сожалению, ни один из них не дает исчерпывающего ответа на все вопросы родителей. К тому же, каждый ребенок очень индивидуален. Любите своих малышей! Обеспечивая малыша материальными благами, не забудьте, что ничто не заменит ему в жизни любовь, внимание и душевное тепло его любимых мамы и папы.

 **Советы родителям**

**Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье**

**Совет 1.** Старайтесь активно участвовать в оздоровлении своего ребенка. Не только рассказывайте ему, что нужно делать, чтобы не болеть, но и личным примером показывайте полезность для здоровья выполнения правил личной гигиены, утренней зарядки, закаливания, правильного питания.

**Совет 2.** Научите ребенка неукоснительно соблюдать гигиенические требования к чистоте тела, белья, одежды, жилища.

**Совет 3.** Приучайте ребенка строить свой день, чередуя труд и отдых. Ничто так не вредит нерв­ной системе ребенка, как отсутствие режима дня. Ритм жизни, предусматривающий занятия физически­ми упражнениями и спортом, прогулки и игры на свежем воздухе, а также полноценное питание и креп­кий сон — лучшая профилактика утомления и болезней.

**Совет 4.** Помогите ребенку овладеть навыками самоконтроля за здоровьем, особенно при выпол­нении физических упражнений. Для этого заведите дневник наблюдений и записывайте вместе с ребен­ком данные о его физическом состоянии: вес (массу тела), рост, частоту пульса, самочувствие (сон, аппе­тит и т. д.).

**Совет 5.** Научите ребенка правильно пользоваться естественными оздоровительными факторами -солнцем, воздухом и водой. Воспитывайте у ребенка стремление и привычку к закаливанию организма.

**Совет 6.** Помните, что в движении - жизнь. Занимайтесь вместе с ребенком спортом, больше гу­ляйте, играйте на свежем воздухе. Здоровый образ жизни, культивируемый в семье, - залог здоровья ре­бенка.

**Совет 7.** Организуйте ребенку правильное питание и воспитывайте положительное отношение к соблюдению режима питания. Ребенок должен знать, какие продукты полезны, а какие вредны для здо­ровья.

**Совет 8.** Научите ребенка элементарным правилам профилактики инфекционных заболеваний: держаться подальше от тех, кто кашляет и чихает; не пользоваться чужой посудой или зубной щеткой; не надевать обувь или головные уборы других детей. Если ребенок болен сам, чихает и кашляет, он должен знать, что надо прикрывать рот и нос маской или платком, не играть с друзьями, выполнять назначения врача.

**Совет 9.** Познакомьте ребенка с правилами безопасного поведения в доме, на улице, на отдыхе и учите его выполнять эти правила, чтобы избегать ситуаций, опасных для жизни.

**Совет 10.** Читайте научно-популярную литературу о возрастных и индивидуальных особенностях развития ребенка, о том, как научить его укреплять свое здоровье.

Рекомендации для родителей: ***Если хочеш быть здоров!***

**Долг родителей – укрепить здоровье ребенка и обеспечить благоприятное развитие детского организма. Нормальное развитие и состояние здоров’я обеспечивается созданием оптимальних условий.**

***Правильный режим дня.***

Приучая ребенка к режиму дня, к выполнению гигиенических требований, мысоздаем у ребенка полезные для организма навыки и тем самым сохраняем здоровье. Режим дня, установленный согласновозрастным особенностям – одно изсущественных условий нормального физического развития

Основное требование к режиму дня – точность вовремени и правильное чередование, смена видов деятельности. Установлено времякогда ребенок ложится спать, встает, ест, гуляет, выполняет посильные для него обязанности. Время это необходимо точно выполнять!!!!!

 ***Прогулки – это важно!***

Чтобы быть здоровыми и сильными, дети должны проводить на свежем воздухе как можно больше времени.

В летнее время дети когут находится на улице более 6 часов, в осеннее – зимний периоддетидолжныбыть на воздухе не менее 4 часов.

Причиной отмены прогулки для здорового ребенка когут быть: проливной дождь, большой  мороз с сильнымветром.

***Закаливание – первый шаг на пути к здоровью!***

Закаливание детей необходимо  для того, чтобы повысить устойчивость организма к воздействию низких и высоких температур воздуха и  за сет этого предотвратить частые заболевания.

Основные факторы закаливания -  природные и доступные.  «Солнце, воздух и вода»

***Пользаплавания!***

Раннее плавание детей способствует быстрейшему физическому и психомоторному развитию детей. При плавании кожа детей испытывает благотворное массирующее воздействие воды, в связи с чем улучшается кровообращение  и укрепляется нервная система.

Плавание является одним лучних средствформирования правильной осанки  детей.

***Сохраняем зрение детей!***

Чтобы у ребенка было хороше зрение надо соблюдать эти правила:

1. Старайтесь чтоб ваш малыш больше двигался.

2.Включайте в рацион полезные для глаз  продукты.

3. Следите за осанкой ребенка – при «кривой» спине нарушается кровоснабжение головного мозга, которое и провоцирует проблемы созрением.

***Компьютер: «за» и «против»!***

Современные дети очень много общаются с телевидением, видео и компьютером. Если предыдущее поколение было поколением книг, то современное получает информацию через видео ряд.

Компьютер может помочь развитию у детей таких важнейших операцій мышления как обобщение и классификация.

Чрезмерное обращение с комп’ютером может привести к ухудшению зрения ребенка, а так же отрицательно сказаться на его психическом здоровье.  Особенно это опасно для застенчивых детей.

**И главное, Ребенок – маленький человек, он может формироваться и развиваться, только общаясь с людьми и живя в реальном мире.**