

## **Номинация 10 «Методические материалы по работе с родителями»**

### ***Название разработки:***

Пособие «Дневник для родителей. Ребенок от 2 до 7 лет»

### ***Авторы:***

Арутюнян Т.А. учитель-дефектолог (тифлопедагог)

Игнатёв Е.Ю. педагог-психолог

### ***Учреждение:***

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №83 ком-  
пенсирующего вида Петроградского района Санкт-Петербурга ([ds83kom@mail.ru](mailto:ds83kom@mail.ru)).

### ***Аннотация***

***Цель:*** Повышение психолого-педагогической компетенции родителей детей с функциональ-  
ными расстройствами зрения.

### ***Задачи:***

- расширить представления родителей о возрастных особенностях детей дошкольного возрас-  
та;
- познакомить родителей с возможностями детей с ФРЗ (функциональными расстройствами  
зрения) на этапах раннего и дошкольного детства;
- помочь родителям понять и осознать образовательные потребности детей с ФРЗ (функцио-  
нальными расстройствами зрения).

Сотрудничество с семьей – работа трудная, но интересная. Её успех во многом опреде-  
ляется творческим подходом педагога, его умением стать профессиональным помощником в  
семье.

К сожалению, на сегодняшний день, такие функции семьи как воспитательная и ком-  
муникативная ослабевают, что ведёт к возникновению эмоциональных проблем у детей. Ро-  
дители зачастую переоценивают роль интеллектуального развития в ущерб эмоциональному  
становлению личности, при этом забывают, что эмоциональные проблемы у детей дошколь-  
ного возраста компенсируются с трудом.

Анализ работы с семьями воспитанников показал, что родителям не хватает элемен-  
тарной психолого-педагогической грамотности, способности естественно, легко и спокойно  
организовывать жизнь ребёнка с ФРЗ. Это послужило толчком для разработки пособия  
«Дневник для родителей. Ребенок от 2 до 7 лет».

Данное пособие стало продолжением серии встреч с родителями в рамках родитель-  
ского клуба «Воспитание с видом на будущее».

Собранный нами материал позволит ответить на наиболее часто задаваемые вопросы родителей по взаимодействию с ребёнком, поможет понять, почему малыш ведет себя так, а не иначе, на что необходимо обратить внимание в воспитании своего ребёнка.

Актуальность разработки пособия «Дневник для родителей. Ребенок от 2 до 7 лет» заключается в том, что оно позволит родителям научиться адекватно относиться к особенностям своего ребёнка с ФРЗ на разных возрастных этапах развития, не перегружая и не занижая его возможности.

«Дневник для родителей. Ребенок от 2 до 7 лет» — это не только накопитель информации, но и аналитический труд, куда родитель может заглянуть, еще раз прочитать, сделать пометки, переосмыслить взгляды на взаимоотношения с ребёнком и повысить свою педагогическую грамотность.

РОДИТЕЛЯМ ДОШКОЛЬНИКОВ

Т.А.Арутюнян  
Е.Ю.Игнатё

# Ребёнок от 2 до 7 лет



*дневник для родителей*

ББК 88.8

ISBN 978-5-8114-4162-4

Авторы составители

Творческий союз специалистов ГБДОУ детский сад №83  
компенсирующего вида Петроградского района Санкт-Петербурга  
учителя-дефектолога Т.А. Арутюнян и педагога-психолога Е.Ю. Игнатё.

В оформлении обложки использована работа Ивана Ефимова,  
воспитанника ГБДОУ д/с №83

В пособии даются рекомендации родителям дошкольников в  
преддверии поступления ребёнка в детский сад, в период пребывания  
ребёнка в детском саду и на ступени предшкольного образования.

Пособие призвано помочь родителям в организации деятельности  
ребёнка дома и в детском саду.

Материалы сборника будут полезны родителям, педагогам и  
воспитателям ДОУ.

Санкт-Петербург

2020

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	4
МОЙ РЕБЕНОК.....	5
ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ .....	6
СОБИРАЕМ РЕБЁНКА В ДЕТСКИЙ САД.....	8
РЕБЁНОК В ДЕТСКОМ САДУ .....	9
Первые шаги или адаптация к детскому саду.....	9
Чего нельзя делать ни в коем случае.....	11
В детском саду принято.....	11
РЕЖИМ ДНЯ ДОШКОЛЬНИКА ИЛИ КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ЖИЗНЬ РЕБЁНКА ДОМА .....	12
ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (2 – 4 года) .....	14
Кризис трёх лет .....	16
Возможности (способности) ребёнка в 2-3 года.....	19
Возможности (способности) ребёнка в 3-4 года.....	21
ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (4 – 5 лет).....	23
Возможности (способности) ребёнка в 4-5 лет .....	25
ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (5 – 7 лет).....	29
Кризис 7 лет.....	31
Возможности (способности) ребёнка в 5 - 6 лет .....	33
Возможности (способности) ребёнка в 6 - 7 лет .....	36
ДЕТИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ .....	39
Основные зрительные функции и их нарушения. ....	40
Особенности развития дошкольников с функциональными расстройствами зрения (ФРЗ).....	41
Условия необходимые для развития дошкольников с ФРЗ.....	43
Ребенок с ФРЗ дома .....	45
КАКОВ ОН, ВЫПУСКНИК ДЕТСКОГО САДА? .....	47
ЧИТАЕМ ДЕТЯМ.....	49
ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.....	53
СЛОВАРЬ-СПРАВОЧНИК.....	54
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	57
ЛИТЕРАТУРНЫЕ ИСТОЧНИКИ .....	61

## ПРЕДИСЛОВИЕ

*Детство - важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, - от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш.*

В.А.Сухомлинский

Уважаемые родители!

Предлагаем вашему вниманию справочное пособие о развитии и воспитании детей дошкольного возраста. Весь теоретический и практический материал, собранный в пособии, адресован взрослым, которые заинтересованы во всестороннем и гармоничном развитии ребенка – дошкольника.

Из этого пособия вы узнаете:

- как помочь ребёнку легко и безболезненно войти в первое для него общество - детский сад;
- что понадобится ребёнку в детском саду для организации его жизнедеятельности;
- о возрастных особенностях развития ребёнка;
- о возможностях дошкольника в разных образовательных областях;
- как достичь положительного эффекта в развитии ребёнка с функциональными расстройствами зрения.

Один из разделов пособия посвящён детям с функциональными расстройствами зрения. Роль зрения в жизни человека трудно переоценить. Глаза – это орган, с помощью которого человек получает 80% информации об окружающем мире.

Сегодня сохранить зрение особенно трудно ввиду обилия технических средств, которые пагубно отражаются на здоровье глаз. К моменту поступления в первый класс примерно 40% детей имеют проблемы со зрением, которых можно было избежать в дошкольном возрасте. Беречь зрение и заботиться о его сохранении необходимо с самых ранних лет и продолжать на протяжении всей жизни. Поэтому элементарные знания о нарушениях зрения, лечении и профилактике будет полезно знать всем.

Подобранный материал поможет разобраться в зрительной проблеме ребёнка, понять, почему так важно помочь ребёнку с нарушением зрения именно в дошкольном возрасте.

Надеемся, что в Вашем лице мы найдем единомышленников, равнодушных к вопросам воспитания и развития детей.

## МОЙ РЕБЕНОК.

Имя, фамилия ребёнка \_\_\_\_\_

Сейчас ему \_\_\_\_\_ года \_\_\_\_\_ месяцев

Зрительный диагноз \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Острота зрения ребёнка:

Правый глаз OD		Левый глаз OS	
без очков	в очках	без очков	в очках

Ребёнок ходит в \_\_\_\_\_ группу

ГБДОУ детский сад № \_\_\_\_\_

С ребёнком в детском саду работают:

Воспитатели \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Помощник воспитателя \_\_\_\_\_

Учитель-дефектолог \_\_\_\_\_

Педагог – психолог \_\_\_\_\_

Логопед \_\_\_\_\_

Музыкальный руководитель \_\_\_\_\_

Инструктор по физкультуре \_\_\_\_\_

Медсестра - ортопедистка \_\_\_\_\_

Врач -окулист \_\_\_\_\_

Другие сотрудники детского сада

\_\_\_\_\_

Заведующий ГБДОУ \_\_\_\_\_

Телефон детского сада \_\_\_\_\_

## **ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ**

1. Воспитание и обучение детей должно происходить с учетом их возрастных особенностей.
2. Основным фактором в воспитании ребенка является последовательность. Она помогает развить у детей чувство безопасности, добавляет уверенности в себе.
3. Ваши положительные эмоции, хорошее настроение и терпение, благоприятно влияют на ребёнка.
4. Всё, что ребёнок может сделать сам, за него делать не надо (нельзя). Если не умеет, то помогите, покажите, научите.
5. Нельзя подменять ребенку друга, нужно учить своего ребенка строить и сохранять дружеские отношения со сверстниками! Родитель должен помогать, направлять, любить, поддерживать и учить ребенка, но не пытаться дружить с ним. Родитель – это наставник, защитник и пример для подражания.
6. Основной, центральный вид деятельности дошкольника – игра, наполненная для него смыслом и значением. Игра - необходимая составляющая здорового развития ребенка.
  - В процессе игры дети получают знания, совершенствуют умения и навыки, которые в будущем будут задействованы в жизни. В игре развиваются познавательные процессы ребенка – восприятие, память, мышление, речь, воображение.
  - Детская игра – способ воспроизведения детьми действий взрослых и отношений между ними, направленный на познание окружающей действительности.
  - Игра – это важное звено в общении между детьми. В дальнейшем им будет проще заводить друзей в школе, разрешать свои проблемы при помощи общения.
  - До семи лет, до начала школьной жизни ребенку нужно дать возможность поиграться, а интерес к чтению, счету, письму придет к детям в свое время без принуждения.

### **Симптомы, которые должны обеспокоить родителей, даже если ребенок не жалуется**

- Малыш щурится, трет глаза.
- Смотрит исподлобья или у него присутствует вынужденное положение головы.
- Наблюдается светобоязнь, слезотечение.



- Периодическое отклонение одного из глаз.

### **Вас должно насторожить**

Если ребенку 2 – 3 года, а он:

- Не реагирует на имя и речь, кажется глухим, но слышит даже тихие звуки.
- Не понимает обращенную речь, не выполняет элементарных просьб.
- Не использует указательный жест, не пытается объясниться мимикой и жестами, отсутствует вопросительная интонация.
- Не повторяет действия взрослых, нет копирования и повторения бытовых действий.
- Редко смотрит в глаза или смотрит, но на лицо в целом, не удерживает сколько-нибудь длительно контакта «глаза в глаза».
- Не смотрит в ту же сторону, что и вы, когда пытаетесь привлечь его внимание к чему-то интересному или новому.
- Боится громких бытовых звуков (шума пылесоса, дрели, музыкальных игрушек).

### **Стоит бить тревогу**

Если ребёнку 4 года, а он:

- Мямлит, «тарактит», «проглатывает» окончания и целые части слов, его речь невнятна и непонятна.
- Не может сам одеться, не держит ложку, не в силах самостоятельно справить нужду.
- Плохо двигается, не умеет прыгать, не бросает мяч.
- Не может составить простую логическую цепочку, не знает основных понятий, не умеет сложить пирамидку из кубиков.
- Не идет на контакт с другими детьми, не ищет их общества, всегда и везде желает находиться рядом с родителем.
- Не узнает членов семьи, не идет на зрительный контакт, устраивает истерики по любому поводу.
- У ребенка присутствует повышенное слюноотделение.

### **Обратите внимание**

Если ребенку 5 и более лет, а он:

- Неспособен выполнить задание без ошибок, вызванных невозможностью сосредоточиться на деталях.
- Неспособен вслушиваться в обращенную речь.
- Неспособен доводить выполняемую работу до конца.
- Неспособен организовать свою деятельность.
- Избегает нелюбимой работы, требующей усидчивости.

- Теряет предметы, необходимые для занятий.
- Забывчив в повседневной деятельности.
- Отвлекается на посторонние стимулы.
- Суетлив, не может сидеть спокойно.
- Бесцельно бегает, ерзает, карабкается в неадекватных для этого ситуациях.
- Не может играть в тихие игры, отдыхать.
- Выкрикивает ответ, не дослушав вопрос.
- Не может дождаться своей очереди.

Эти признаки свидетельствуют о наличии у ребёнка определенных проблем. Оценить ситуацию и вынести окончательный вердикт способен только *специалист, врач*, поэтому не стоит откладывать консультацию надолго.

*Специалисты детского сада помогут вам разобраться в проблеме, дадут рекомендации и направят на консультацию к нужному специалисту.*

## **СОБИРАЕМ РЕБЁНКА В ДЕТСКИЙ САД.**

Для организации жизнедеятельности ребёнка в детском саду понадобятся:

### **Носовые платки и расческа.**

**Обувь.** Обувь для группы в идеале должна быть с закрытым носом, хорошо поддерживать пятку, дышащей и легкой, чтобы ножки у ребенка не уставали и не потели.

Обувь на прогулку приобретайте по размеру, по сезону, без замысловатых молний и завязок. В дождливую погоду не стоит забывать о резиновых сапогах.

**Одежда.** Главный критерий – натуральность. Одежда для детского сада не должна стеснять движения и мешать ребёнку двигаться.

Для мальчиков подойдут трикотажные шорты или брюки, рубашка или футболка, носки. У девочек выбор больше: платье, сарафан, лосины и туника, юбка с блузкой, колготы, носки.

Узнайте у воспитателей, тепло ли в группе, и, исходя из их рекомендаций, продумывайте гардероб ребёнка, чтобы ему не было холодно или жарко.

### **Форма для физкультуры и музыкальных занятий.**

Для занятий физкультурой ребенку понадобится спортивная форма: однотонная белая футболка; черные трикотажные шорты, без полосок и

рисунков; белые носки; легкие кроссовки для бега (по размеру) плотно прилегающие к ноге с хорошей фиксацией пятки и носка, с легко сгибающейся подошвой.

На музыкальных занятиях дети учатся не только петь, но и танцевать. Ребенку понадобятся чешки.

### **Пижамы для дневного сна.**

Для дневного сна ребенку необходима пижама. Однако в некоторых садах дети спят в нижнем белье и носках. Поэтому такой вопрос лучше всего обсудить с воспитателем.

### **Запасной комплект одежды.**

В шкафчике у ребенка, не зависимо от возраста, должен лежать минимум один комплект чистой одежды (в идеале — два). В него входит: нижнее белье и чистая одежда для группы. Для ребёнка младшего дошкольного возраста следует положить больше одежды, так как «детские неожиданности» могут случаться чаще.

Обратите внимание на то, чтобы одежда и обувь была ребёнку по размеру, соответствовали времени года и температуре воздуха. Завязки, застежки, пуговицы, молнии на одежде и обуви должны располагаться так, чтобы ребенок самостоятельно мог одеться и обуться.

Перед выходом из дома проверяйте содержимое карманов ребенка на наличие опасных, ненужных предметов (таблетки, жевательная резинка, пуговицы, бусины, булавки, монеты, крем, помады и т.п.)

## **РЕБЁНОК В ДЕТСКОМ САДУ**

Для ребёнка детский сад это такая же работа, как и у взрослых, поэтому надо понимать, что ребёнок устаёт не меньше, чем взрослый, а иногда и больше и ему необходим отдых. Самый лучший способ избежать переутомления ребёнка — это соблюдение режима дня, чередование труда и отдыха, смена активной деятельности на пассивную деятельность или наоборот. Хорошо, когда родители придерживаются режима и в домашних условиях, это дает ребёнку возможность поддержать психофизическое состояния организма.

### **Первые шаги или адаптация к детскому саду**

Поступление ребенка в детский сад нередко бывает связано с тяжелыми переживаниями, сопровождающимися снижением активности и даже заболеваниями (и это не зависит от возраста в каком ребёнок идёт в детский сад, в 2 года или 5 лет) – все это вызывает у родителей сомнение: «нужно ли

отдавать малыша в детское учреждение».

Цель адаптации ребенка к коллективу детского учреждения вовсе не заключается в нарушении связей с родителями, речь идет о временной разлуке с близкими взрослыми и о формировании новых связей.

В период адаптации к детскому саду ребенок испытывает стресс, поэтому ему необходимо помочь снять напряжение, накопившееся за время пребывания в детском саду.

Старайтесь забирать ребенка пораньше, чтобы ребенок не испугался, что его бросили родители.

Детям хорошо помогают справиться с напряжением нешумные, спокойные игры под руководством взрослого, прогулки на свежем воздухе. Успокаивающе действуют на ребёнка игры в воде и с водой в ванной. Принимая ванны можно пускать мыльные пузыри, опускать губки и смотреть, как они впитывают и отдают воду, переливать водичку из одной баночки в другую. Вид и звук льющейся воды действует умиротворяющее.

Из вечерних развлечений малыша исключите телевизор. Мерцание экрана только усилит раздражение и нагрузку на уставший мозг.

Перед сном можно сделать ребенку расслабляющий массаж, послушать вместе тихую мелодичную музыку, шум моря, звуки дождя, почитать сказку.

Каким бы замечательным не был детский сад, какие бы профессионалы в нем не работали, никто не поможет вашему ребенку лучше, чем вы. Если ребенок будет твердо знать, что в конце шумного дня его ждет «тихая пристань», стресс отступит!

Привыкание к детскому саду – это и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддержать ребенка и помочь ему преодолеть трудности.

Постарайтесь, чтобы у ребенка сложилось ощущение непрерывной связи между жизнью в детском саду и дома. Разговаривайте с ребенком, интересуйтесь его деятельностью в детском саду, но в тоже время, не надо без конца расспрашивать ребенка о том, что он там делал. На этот вопрос, как правило, дети отвечают одно: «Ничего» или: «Мы играли».

Если вы хотите узнать, как ребенок проводит время в детском садике, задавайте ему более точные, конкретные вопросы. Например: «какую книжку вы сегодня читали? С кем из ребят ты сегодня играл на прогулке? Какая игрушка в группе тебе больше всего нравится? Что вы сегодня рисовали? Какие упражнения вы делали на физкультуре? Какой суп был сегодня на обед? И т.п.». Сформулировать конкретные вопросы о жизни в детском саду поможет информация на стенде в раздевалке группы. Тогда ребенок почувствует, что жизнь детского сада вам близка и понятна, и захочет, чтобы

вы тоже приняли в ней участие.

Когда ребенок начинает говорить о садике, пересказывать события, случившиеся за день – это верный знак того, что он освоился.

### **Чего нельзя делать ни в коем случае**

- Нельзя наказывать или сердиться на ребенка за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании о необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию, ребенок может привыкать к садiku 2-3 месяца и более.
- Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», тоже абсолютно неэффективно. Дети дошкольного возраста пока не умеют держать слово. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете. Плаксивость – нормальное состояние ребенка в период адаптации. При терпеливом отношении взрослых она пройдет сама собой.
- Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет любимым и безопасным.
- Нельзя плохо отзываться о воспитателях и детском саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.
- Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу предстоит оставаться в садике целый день. Он может потерять доверие к самому близкому человеку.

### **В детском саду принято**

- Приводить детей в группу здоровыми, чистыми, опрятно одетыми, хорошо причёсанными не позднее 08.45 (завтрак заканчивается в 08.50, а занятия начинаются в 09.05).
- Здороваться с детьми и взрослыми, приходя в детский сад. Утром, провожая ребёнка в группу, поприветствовать воспитателя, показывая пример своему ребёнку.
- Прощаться с взрослыми и детьми, уходя из детского сада.
- Посещать общие и групповые родительские собрания.
- Обращать внимание и положительно реагировать на рукотворный труд ребёнка (рисунки, поделки и т.д.).
- Ставить в известность сотрудников детского сада о причине отсутствия ребёнка в детском саду до 08.30.

- Закрывать за собой входную дверь и калитку в целях безопасности.
- Забирать вовремя ребенка из детского сада.
- Выключать мобильный телефон и иметь сменную обувь на детских утренниках.
- Забирать ребенка из детского сада как можно быстрее при первых признаках заболевания.
- **ОБЯЗАТЕЛЬНО** уведомлять сотрудников детского сада о наличии у ребенка эпилепсии, СДВГ (синдрома дефицита внимания и гиперактивности), установленных аллергических реакций и других проблем здоровья.

### **РЕЖИМ ДНЯ ДОШКОЛЬНИКА ИЛИ КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ЖИЗНЬ РЕБЁНКА ДОМА**

Режим дня — это четкий распорядок жизни в течение суток, предусматривающий чередование бодрствования и отдыха, постоянное время для еды, сна, прогулок, игр и занятий — то, что И. П. Павлов называл внешним стереотипом, — обязательное условие правильного воспитания ребенка.

Правильный режим укрепляет здоровье, обеспечивает работоспособность, предохраняет от переутомления.

Запаздывание еды, сна, прогулок отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно. Бодрое, жизнерадостное и в то же время уравновешенное настроение детей в большой мере зависит от строгого выполнения режима.

Один из немаловажных отличительных признаков воспитания в детском саду от домашнего — это режим дня. В детском саду все подчинено заранее установленному распорядку. И это несомненный плюс. Ведь такая системность приучает даже самого взбалмошного карапуза к аккуратности, точности, порядку. Что уж говорить о питании. Любой диетолог подтвердит, что правильный прием пищи в одно и то же время способствует росту здорового организма.

Любая деятельность — это ответная реакция на внешний раздражитель, осуществляемая рефлекторно. Она является результатом сложных процессов в коре головного мозга, сопровождается огромной тратой нервной энергии и приводит к утомлению. У ребенка, приученного к распорядку дня, потребность в еде, сне, отдыхе наступает

через определенные промежутки времени и сопровождается ритмическими изменениями в деятельности всех внутренних органов. Организм как бы заблаговременно настраивается на предстоящую деятельность, поэтому она осуществляется достаточно эффективно, без лишней траты нервной энергии и не вызывает выраженного утомления.

#### РЕЖИМ ПИТАНИЯ:

Устанавливая режим питания дошкольника, нужно помнить о том, что ребенку необходимо принимать пищу 4-5 раз в день. Завтракать не позднее, чем через 45 минут – 1 часа после пробуждения, а ужин планировать за 1,5-2 часа до сна.

Не разрешайте детям перекусывать печеньем, конфетой между приемами пищи.

#### РЕЖИМ СНА:

Нормальная продолжительность сна для ребенка 2-4 лет – 13-14 часов, а для 5-6 лет – 12-13 часов. Часть из этого времени выделяется для дневного сна. Дети 2-4 лет обычно днем спят 2 часа, а 5-7 лет – 1,5 часа. На ночь желательно уложить ребёнка до 10 часов вечера, быстрому засыпанию способствует тихая, спокойная обстановка.

Принимайте во внимание индивидуальные особенности и состояние здоровья ребенка – ослабленные дети нуждаются в более продолжительном сне.

#### ПРОГУЛКИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ:

В режиме дня дошкольника обязательно следует предусмотреть время для ежедневных прогулок на свежем воздухе. Продолжительность прогулок зависит от времени года и метеоусловий. Зимой в благоприятную погоду прогулка может достигать до 4 часов, а летом можно находиться на улице весь день, делая перерыв на сон и еду.

#### ИГРЫ:

В режиме дня дошкольника должно быть время для разнообразных занятий и игр. Нужно чередовать шумные, подвижные, спортивные игры с более спокойными играми. Вечером перед сном лучше организовать спокойную деятельность: можно складывать кубики, собирать пазлы, лего, конструктор, рисовать, лепить, почитать книгу или рассказать что-нибудь.

## ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ ДОШКОЛЬНИКА:

- ✓ 7.00 (7.30) – 8.00 (8.30) – пробуждение, утренняя зарядка, водные процедуры, умывание;
- ✓ 8.00 (8.30) – 8.40 (9.00) – завтрак;
- ✓ 9.10 – 10.00 (10.30) – игры, посильный труд, занятия;
- ✓ 10.10 – 12.00 (12.30) – прогулка и игры (подвижные, спортивные) на свежем воздухе;
- ✓ 12.30 – 13.20 – обед;
- ✓ 13.00 (13.30) – 15.00 (15.30) – дневной сон (при открытой форточке или на веранде);
- ✓ 15.00 – 16.00 – свободное время для спокойных игр и приготовления к полднику;
- ✓ 16.00 – 16.30 – полдник;
- ✓ 16.30 – 17.30 – игры (настольно-печатные, сюжетные, развивающие);
- ✓ 17.30 – 19.00 – прогулка и игры (подвижные, спортивные) на свежем воздухе;
- ✓ 19.00 – 19.30 – ужин;
- ✓ 19.00 – 21.00 – свободное время, спокойные игры, семейные занятия;
- ✓ 20.30 (21.00) – 21.30 – купание, приготовление ко сну;
- ✓ 21.00 (21.30) – 7.00 (7.30) – ночной сон.

Хорошо, когда режим в семье совпадает с режимом детского сада.

## ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (2 – 4 ГОДА)

*Не надо воспитывать детей.  
Воспитывайте себя, а дети сами вас скопируют.*  
Людмила Петрановская

Терпение – залог успеха. В этот период родители осознают, что их ребёнок уже повзрослел, но всё ещё остаётся маленьким и не может сам справиться со всеми задачами. И когда ребёнок стремится быть самостоятельным, родители то и дело поправляют его, одергивают, поучают. Конечно, он воспринимает критику в штыки и протестует всеми возможными способами. Маме и папе нужно запастись терпением и быть как можно мягче в отношении к ребёнку.

В 2-4 года закладывается основа взаимоотношений ребёнка с окружающим миром, происходит переход ребёнка к новым отношениям со взрослыми, сверстниками, с предметным миром.



В этом возрасте характерное для ребенка требование «я - сам» отражает появление у него новой потребности в самостоятельных действиях. Задача взрослого - поддержать стремление к самостоятельности.

Стремление ребёнка к самостоятельности формируется в совместной деятельности, взрослый помогает освоить новые способы и приемы действий, показывает пример поведения и отношения.

Доверие и привязанность к взрослому - необходимые условия хорошего самочувствия и развития ребенка. В течение дня взрослый должен проявить свое доброе отношение: приласкать, назвать ласковым именем, погладить. Ощувив любовь, ребёнок становится более общительным. Он с удовольствием подражает действиям взрослого, видит во взрослых неиссякаемый источник новых игр, действий с предметами.

В этом возрасте начинает активно проявляться потребность в познавательном общении с взрослыми, о чем свидетельствуют многочисленные вопросы, которые задают дети.

В эмоциональном плане характерны резкие перепады настроения. Эмоциональное состояние продолжает зависеть от физического комфорта. На настроение начинают влиять взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Эмоционально здоровому дошкольнику присущ оптимизм.

Агрессивность и неутомимость в этом возрасте проявляется в постоянной готовности к деятельности. Ребенок уже умеет гордиться успехами своих действий, умеет критически оценить результаты своего труда.

В 2-4 года дети начинают усваивать правила взаимоотношений в группе сверстников.

В играх ребенок самостоятельно передает несложный сюжет, пользуется предметами-заместителями, охотно играет вместе с взрослым и детьми, у него есть любимые игры и игрушки. Он умеет заводить механическую игрушку, составлять игрушки и картинки из нескольких частей, изображать в игре зверей и птиц и т.д.

Ребенок живо интересуется окружающим, запас его представлений об окружающем непрерывно пополняется. Он внимательно присматривается к действиям и поведению старших и подражает им.

Особенностью зрительного восприятия в младшем дошкольном возрасте является то, что ребенок не пытается детально рассмотреть, ощупать какой-либо предмет (игрушку), он просто начинает действовать (играть) с предметом, манипулировать им.

Память дошкольника 2-4-х лет произвольная, характеризуется образностью. Преобладает узнавание, а не запоминание. Хорошо

запоминается только то, что было непосредственно связано с его деятельностью, было интересно и эмоционально окрашено. Тем не менее, то, что запомнилось, сохраняется надолго.

Ребенок не способен длительное время удерживать свое внимание на каком-то одном предмете, он быстро переключается с одной деятельности на другую.

Большое значение в развитии воображения играет опыт и знания ребенка, его кругозор. Для детей этого возраста характерно смешение реального и сказочного. Фантастические образы, возникающие у ребёнка, эмоционально насыщены и реальны для него.

Ребенка отличает высокая речевая активность; его словарь содержит все части речи. Он знает наизусть несколько стихов, потешек, песенок и с удовольствием их повторяет.

Ребенок двух-четырех лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Он умеет правильно держать карандаш, проводит горизонтальные и вертикальные линии, осваивает изобразительные умения. Владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами.

Ребенку 2-4 лет свойственны высокая эмоциональность, готовность самостоятельно воспроизводить действия и поступки, одобряемые взрослыми. Он жизнерадостен и активен, его глаза с неиссякаемым любопытством вглядываются в мир, а сердце и ум открыты для добрых дел и поступков.

### **Кризис трёх лет**

Главная особенность этого возраста: ребёнок учится жить в мире, в котором его воля ограничена волей других людей, в котором его желания и желания близких для него людей не всегда совпадают. Ребёнок переживает довольно болезненное открытие: я и родители можем хотеть разного, мы отдельные люди. Если до трех лет ребенок представлял о себе и родителях как о едином целом, то сейчас происходит момент отделения малыша от родителей. Сначала у ребенка шок и протест, а потом, он начинает учиться с этим как-то обходиться, осваивать разные стратегии.

Растет самостоятельность и независимость ребенка. Если родители уважительно относятся к малышу, к его возможностям, к его личности, не стремятся все делать за него или вместо него, а помогают, учат и подстраховывают, то в дальнейшем это благоприятно скажется на развитии таких базовых личностных качеств, как ответственность и самостоятельность. Важно верить ребенку и в ребенка — в его силы, способности, хорошие качества.

Ребенок учится настаивать на своем, конфликтовать. И вы, как опытный тренер, можете помочь ему освоить разные тактики поведения в конфликте.

Ребенок стремится к самостоятельности. В его речи чаще появляется местоимение «Я» (до этого ребенок говорил о себе в третьем лице либо называл себя по имени), новые любимые слова и выражения «Я САМ», «НЕ ХОЧУ» и «НЕТ».

Часто ребенок действует наоборот: вы его зовете, а он убегает; просите убрать игрушки, а он специально разбрасывает вещи. Кричит, может топтать ногами, замахиваться на вас со злым, сердитым лицом. Таким образом, ребенок проявляет свою активность, самостоятельность, настойчивость в достижении желаемого. Но умения для этого еще пока не хватает. Ему начинает что-то не нравиться, и он очень эмоционально выражает свое недовольство.

Новое осознание себя проявляется также в стремлении подражать взрослым, имитировать их поведение и пытаться различными способами утвердить свое равенство с ними.

У ребенка начинает формироваться воля, независимость. Дети не хотят испытывать излишний контроль со стороны взрослых и стремятся сделать самостоятельный выбор во многих, даже незначительных ситуациях.

### **Как себя вести в период кризиса трёх лет, чтобы победителями вышли все?**

- Смените тактику и стратегию общения с ребенком: уважайте его мнение и стремление к самостоятельности (в пределах разумного). Не делайте за ребенка то, что он может сделать сам.
- Чтобы избежать «не хочу, не буду», предлагайте ребенку выбор. Старайтесь давать выбор во всем. Предложите несколько подходящих платьев (брюк, рубашек), в какие игрушки играть, что есть на ужин, куда пойти гулять.... Так вы создадите иллюзию самостоятельного принятия решения.

- Предоставьте малышу больше свободы действиям. Хочет сам кушать? Приятного аппетита! Хочет сам одеваться? Пожалуйста! Хочет резать салат? Дайте ему пластиковый ножик – пусть стругает.
- Сохраняйте внешнее спокойствие – как бы тяжело это ни давалось. На ультимативное требование ребенка говорите твердое и решительное «Нет!». Малыш кричит, падает на пол, стучит ногами, прохожие смотрят осуждающе... Придется потерпеть. Если пойдете на поводу, то истерика станет у ребенка привычным инструментом манипуляции родителями.
- Если малыш демонстративно упал в лужу или на проезжую часть, берите его в охапку, переносите в безопасное место. Увы, объяснения в такой момент не помогут, придется подождать, когда ребенок успокоится.
- Можно использовать такой прием как «Создание приятных перспектив». Например: «Сейчас мы пойдем в магазин покупать молоко. По пути купим фломастеры и будем вечером рисовать» или «После уборки игрушек мы пойдём читать книжку».
- Очень важно, чтобы все члены семьи придерживались одинаковых принципов воспитания. Договоритесь с вашими бабушками, дедушками и нянями, что разрешать, а что запрещать.
- Когда малыш успокоится, не критикуйте его: «Чего ты орал, на тебя люди смотрят...». Лучше скажите с горечью: «Мне очень неприятно, что ты так себя вел», или «Я очень расстроена тем, что произошло». Такие фразы учат ребенка выражать свои эмоции.

Чтобы удачно миновать кризис трех лет, надо помнить о принципах: *твердость в намерениях, но гибкость в действиях*. При этом важно учитывать индивидуальные особенности малыша. Полезно иметь в запасе различные педагогические приемы, позволяющие помочь ребенку успешно миновать кризис и взойти на новую возрастную ступень развития личности.

И помните – для малыша жизненно важно знать, что вы его любите. Всегда. Даже капризного и вредного.

Умения ребенка в 2-4 года – понятие относительное, и все же большинство детей уже умеют совершать определенные действия. Впрочем, даже если ваш ребёнок освоил еще не все, огорчаться не стоит. Вполне возможно, что он в ближайшее время начнет развиваться быстрее своих сверстников.

## Возможности (способности) ребёнка в 2-3 года

Вы можете проанализировать знания, умения и навыки своего ребёнка. Те из них, которыми, по вашему мнению, овладел ребёнок, обведите кружком.

### Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Называет свое имя
- ✓ Отличает родных и близких от незнакомых людей
- ✓ Знает имена мамы, папы, брата, сестры, бабушки, дедушки
- ✓ Знает имена персонала группы
- ✓ Самостоятельно выполняет действия – «я сам» (одевается, раздевается, ест)
- ✓ Использует различные способы общения (речь, жесты, мимика) с взрослыми и сверстниками
- ✓ Проявляет готовность играть со сверстниками, доброжелательно к ним относится
- ✓ В игре выполняет 2-3 последовательных действия (делает как мама, папа, продавец, доктор и т.п.)
- ✓ Делится информацией («Коля пришел»), жалуется на неудобство (замерз, устал) и действия сверстника (отнимает)
- ✓ Просит помощь и благодарит за помощь, услугу
- ✓ Понимает, что хорошо, что плохо
- ✓ Регулирует собственные физиологические отправления (просится на горшок для мочеиспускания и опорожнения кишечника)

### Образовательная область «Познавательное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Различает и называет игрушки, предметы мебели, одежды, посуды, некоторые фрукты и овощи.
- ✓ Свободно ориентируется в ближайшем окружении: узнаёт свой дом и квартиру, детский сад и групповую комнату
- ✓ Вместе с взрослым заботиться о живых существах: поливает комнатные растения, кормит птиц, рыб и т. п.
- ✓ Различает «много» предметов и «один»
- ✓ Различает большие и маленькие предметы
- ✓ Узнает шарик и кубик
- ✓ С помощью взрослого делает постройки
- ✓ Разворачивает игру вокруг собственной постройки

## Образовательная область «Речевое развитие»

### Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Имеет активный словарный запас (не менее 1000 слов)
- ✓ Повторяет за взрослым небольшое предложение, в том числе содержащее вопрос или восклицание
- ✓ Отвечает на понятный вопрос взрослого
- ✓ Сопровождает речью игровые и бытовые действия («приборматывает»)
- ✓ Слушает стихи, сказки, рассказы. При повторном их чтении проговаривает слова, небольшие фразы
- ✓ Слушает небольшие рассказы без наглядного сопровождения (без картинки, иллюстрации)
- ✓ Читает по памяти стихи с помощью взрослого (А. Барто из цикла «Игрушки» и др.)
- ✓ Вместе с взрослым рассматривает иллюстрации в знакомых книжках
- ✓ Пользуется речью как средством общения со сверстниками

## Образовательная область «Художественно - эстетическое развитие»

### Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Знает, что карандашами, фломастерами, красками и кистью можно рисовать
- ✓ Различает красный, синий, зеленый, желтый, белый, черный цвета
- ✓ Радует своим рисункам, называет то, что на них нарисовано
- ✓ Знает, что из пластилина, глины можно лепить
- ✓ Раскатывает комок пластилина, глины прямыми и круговыми движениями кистей рук, отламывает от большого комка маленькие комочки, сплюсшивает их ладонями; соединяет концы раскатанной палочки, плотно прижимает их друг к другу
- ✓ Лепит несложные предметы; аккуратно пользуется пластилином, глиной
- ✓ Узнает знакомые мелодии и различает высоту звуков (высокий — низкий)
- ✓ Вместе с взрослым подпевает в песне музыкальные фразы
- ✓ Двигается в соответствии с характером музыки, начинает движение с первыми звуками музыки
- ✓ Выполняет движения: притопывает ногой, хлопает в ладоши, поворачивает кисти рук
- ✓ Различает и называет музыкальные инструменты: погремушки, бубен, барабан

## Образовательная область «Физическое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Ходит и бегает, ни на что не наталкиваясь
- ✓ Прыгает на двух ногах на месте, с продвижением вперед
- ✓ Берёт, держит, переносит, кладёт, бросает, катает мяч
- ✓ Ползает, подлезает подо что-либо, перелезает через препятствие, лежащее на полу

## Возможности (способности) ребёнка в 3-4 года

Вы можете проанализировать знания, умения и навыки своего ребёнка. Те из них, которыми, по вашему мнению, овладел ребёнок, обведите кружком.

## Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Называет свое имя и фамилию, имена своих родителей
- ✓ Знает название своего города
- ✓ Понимает и обозначает в речи назначение бытовых предметов повседневного пользования
- ✓ Выполняет просьбы и требования взрослого (убрать игрушки, помочь сверстнику, поделиться игрушками и т.п.)
- ✓ Делится своими впечатлениями о событиях, которые произошли в его жизни
- ✓ Объединяется для игр со сверстниками в 2-4 человека
- ✓ Действует согласно правилам игры
- ✓ Владеет элементарными навыками культуры общения (здоровается, прощается, благодарит, обращается с просьбой)
- ✓ Пользуется мылом, аккуратно моет руки, лицо, вытирается после умывания, вешает полотенце на место
- ✓ Пользуется расческой и носовым платком по назначению
- ✓ Правильно пользуется ложкой, вилкой, салфеткой, пережевывает пищу с закрытым ртом, не разговаривает с полным ртом

## Образовательная область «Познавательное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Ориентируется в ближайшем окружении: без труда называет часто встречающиеся предметы, объясняет их назначение, выделяет ряд свойств и качеств (цвет, форма, материал), называет их

- ✓ Показывает и называет части своего тела, части куклы
- ✓ Планирует и выполняет элементарные действия с помощью взрослого и самостоятельно («Что будем делать сначала?», «Что будем делать потом?»)
- ✓ Находит в окружающей обстановке один и много одинаковых предметов
- ✓ Объединяет, подбирает предметы по цвету, форме
- ✓ Выбирает из трёх предметов разной величины «самый большой», «самый маленький»
- ✓ Различает круг и квадрат, кубик и шарик
- ✓ Понимает слова: впереди -сзади, вверху -внизу, на, над –под
- ✓ Определяет контрастные времена года (лето - зима), части суток (день-ночь)
- ✓ Создает предметные конструкции из 3-5 деталей с помощью взрослого
- ✓ Умеет располагать кирпичики, пластины вертикально

#### Образовательная область «Речевое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ По своей инициативе и при заинтересованной поддержке взрослого рассказывает полными предложениями о том, что видели, куда ходили, что случилось
- ✓ Отвечает на разнообразные вопросы взрослого, касающиеся ближайшего окружения, используя в речи практически все части речи
- ✓ Заинтересованно слушает знакомые и новые сказки, стихотворения, рассказы
- ✓ С помощью взрослого, используя фигурки настольного театра, инсценирует отрывки из знакомых сказок
- ✓ Рассказывает содержание произведения с опорой на рисунки-иллюстрации в книге, на вопросы взрослого
- ✓ Называет произведение (в произвольном изложении), прослушав отрывок из него
- ✓ Читает наизусть небольшие стихотворения при минимальной помощи взрослого

#### Образовательная область «Художественно - эстетическое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Знает и называет материалы, которыми можно рисовать и правильно ими пользуется
- ✓ Изображает отдельные предметы; подбирает цвета, соответствующие



изображаемым предметам

- ✓ Лепит из пластилина, глины, пластической массы, понимает, какие предметы можно из них вылепить
- ✓ Отделяет от большого куска глины небольшие комочки, раскатывает их прямыми и круговыми движениями ладоней; лепит различные предметы, состоящие из 3 частей
- ✓ Слушает музыкальное произведение до конца
- ✓ Узнает знакомые песни
- ✓ Различает звуки по высоте (в пределах октавы)
- ✓ Поёт
- ✓ Выполняет танцевальные движения: кружится в парах, притопывает попеременно ногами, двигается под музыку с предметами (игрушкой, флажками, платочки и т. п.)
- ✓ Различает и называет детские музыкальные инструменты (бубен, металлофон, барабан и др.)

#### Образовательная область «Физическое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Ходит прямо, не шаркая ногами, сохраняет заданное направление
- ✓ Бегает, изменяя направление
- ✓ Сохраняет равновесие при ходьбе и беге, при перешагивании через предметы
- ✓ Ползает на четвереньках, лазает по лесенке-стремянке, гимнастической стенке
- ✓ Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см
- ✓ Катает мяч в заданном направлении, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает его вверх 2—3 раза подряд и ловит; метает предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

### **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (4 – 5 ЛЕТ)**

В этом возрасте изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого,

для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм (друзья).

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие становится более развитым. Дети оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Они могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т. д.

В этом возрасте дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Они могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Дети занимаются словотворчеством. Словотворчество составляет одну из важнейших особенностей развития речи ребенка. Некоторые родители не отмечают словотворчества у своих детей. Это объясняется, скорее всего, тем, что они недостаточно внимательно относятся к речи своих детей. При этом оказывается, что некоторые «новые» слова

наблюдаются в речи почти всех детей (например, «всехний», «всамделишний»), другие же встречаются у одних детей и не отмечаются у других ("мама, ты моя мояшечка!", "какой ты диктун, папа!" и т. д.).

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Если в 4-5 лет ваш ребёнок освоил еще не все, огорчаться не стоит. Вполне возможно, что он в ближайшее время начнет развиваться быстрее своих сверстников.

### **Возможности (способности) ребёнка в 4-5 лет**

Вы можете проанализировать знания, умения и навыки своего ребёнка. Те из них, которыми, по вашему мнению, овладел ребёнок, обведите кружком.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Имеет представление о том, что такое семья — это все, кто живет вместе с ребенком
- ✓ Знает и называет своих ближайших родственников
- ✓ Знает свои обязанности по дому (убирать игрушки, помогать накрывать на стол, звонить бабушке и т.п.)
- ✓ Доброжелательно общается со сверстниками
- ✓ Проявляет доброжелательное отношение (здоровается, прощается, называет взрослых по имени и отчеству), не вмешивается в разговор взрослых, вежливо выражает свою просьбу, благодарит за оказанную услугу
- ✓ Проявляет личное отношение к соблюдению (и нарушению) моральных норм: сочувствие обиженному и несогласие с действиями обидчика;

одобрение действий того, кто поступил справедливо (например: разделил кубики поровну).

- ✓ Испытывает чувство стыда за неблаговидный поступок
- ✓ С помощью взрослого драматизирует (инсценирует) небольшие сказки (рассказы).
- ✓ Осмысленно отвечает на вопросы: «Понравилось ли сказка?», «Кто особенно понравился и почему?», «Какой отрывок прочесть еще раз?».
- ✓ Выбирает с помощью считалки водящего для игры (под контролем взрослого)
- ✓ Бережно относится к вещам, использует их по назначению, ставит на место
- ✓ Самостоятельно умывается, моет руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.
- ✓ Пользуется расческой, носовым платком, при кашле и чихании отворачивается, прикрывает рот и нос носовым платком
- ✓ Аккуратно принимает пищу: пищу берёт понемногу хорошо пережевывает, ест бесшумно, правильно пользуется столовыми приборами (ложка, вилка, нож), салфеткой; поласкает рот после еды

#### Образовательная область «Познавательное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Называет самые разные предметы, которые его окружают в помещениях, на улице; знает их назначение, называет свойства и качества, доступные для восприятия и обследования
- ✓ Проявляет интерес к предметам и явлениям, которых не имел возможности видеть (космос, динозавры, вулкан и т.д.)
- ✓ Рассказывает о своем родном городе
- ✓ Рассказывает о желании приобрести в будущем определенную профессию (стать врачом, пожарным, военным и т.п.)
- ✓ Делится своими познаниями о живом и неживом; не рвать, не ломать растения, бережно относиться к живым существам, не вредить им (не кормить собаку сладостями и т.п.)
- ✓ Различает, из каких частей состоит предмет, например: стул – ножки, сиденье, спинка; называет характерные особенности предмета (цвет, форму, величину)
- ✓ Считает до 5 (количественный счет), отвечает на вопрос «Сколько всего?»
- ✓ Раскладывает 3-5 предметов различной величины (длины, ширины, высоты) в возрастающем (убывающем) порядке;

- ✓ Различает и называет треугольник, круг, квадрат, прямоугольник; шар, куб, цилиндр; знает их характерные отличия
- ✓ Находит в окружающей обстановке предметы, похожие на знакомые фигуры
- ✓ Создает постройки с учетом формы деталей конструктора
- ✓ Сгибает прямоугольный лист бумаги пополам
- ✓ Определяет направление движения от себя (направо, налево, вперед, назад, вверх, вниз)
- ✓ Различает левую и правую руки
- ✓ Определяет части суток (утро, день, вечер, ночь)
- ✓ Осмысливает причинно-следственные отношения, например: зима – холодно на улице – надеваем тёплую одежду

#### Образовательная область «Речевое развитие»

##### Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Знает слова, обозначающие предметы и явления, не имевшие места в собственном опыте ребенка (тайфун, млечный путь, баобаб и т.п.)
- ✓ Активно употребляет слова, обозначающие эмоциональное состояние (сердитый, печальный, радостный и т.д.); этические качества (хитрый, добрый); эстетические характеристики (красивый, изящный, нарядный и т.д.); разнообразные свойства и качества предметов (хрупкий, твёрдый, блестящий и т.д.)
- ✓ Понимает и употребляет слова-антонимы, например мокрый – сухой
- ✓ Образовывает новые слова по аналогии со знакомыми словами (сахарница — сухарница)
- ✓ Выделяет первый звук в слове
- ✓ Подробно, с детализацией и повторами рассказывает о содержании сюжетной картинки, драматизирует отрывки из знакомых произведений
- ✓ Рассказывает невероятные истории, что является следствием бурного развития фантазии
- ✓ Активно сопровождает речью свою деятельность (игровые, бытовые и другие действия).

#### Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

##### Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Проявляет интерес к книжным иллюстрациям
- ✓ Рисует предметы и явления, аккуратно закрашивает, используя разные материалы: карандаши, краски (гуашь), фломастеры, цветные мелки

- ✓ Рисует несложный сюжет, объединяет в рисунке несколько предметов, располагает их на листе в соответствии с содержанием сюжета
- ✓ Проявляет интерес к глиняным, деревянным расписным игрушкам (матрешки, лошадки, свистульки), играет с ними
- ✓ Правильно держит ножницы и режет ими по прямой, по диагонали (квадрат и прямоугольник), вырезает круг из квадрата, овал — из прямоугольника, плавно срезает и закругляет углы
- ✓ Аккуратно наклеивает изображения предметов, состоящих из нескольких частей
- ✓ Подбирает цвет в соответствии с цветом предметов или по собственному желанию
- ✓ Составляет узоры из разных форм и геометрических фигур
- ✓ Внимательно слушает музыку, чувствует её характер
- ✓ Узнает песни по мелодии
- ✓ Различает звуки по высоте
- ✓ Поёт протяжно, четко произносит слова
- ✓ Выполняет движения под музыку с предметами (с куклами, игрушками, ленточками)
- ✓ Играет на металлофоне, дудочке, барабане простейшие мелодии на одном звуке

#### Образовательная область «Физическое развитие»

##### Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Правильно ходит и бегает (туловище прямое или немного наклонено вперед; выраженный момент «полета» (отрыв от земли); свободное движение рук)
- ✓ Лазает по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезает с одного пролета на другой; ползает разными способами: опираясь на кисти рук и колени, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками
- ✓ Прыгает с места на расстояние 70 см, мягко приземляется
- ✓ Ловит мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимает правильное исходное положение при метании, метает правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) пять раз подряд
- ✓ Умеет сохранять статическое (стоять на одной ноге) и динамическое равновесие (пройти по узкой поверхности)
- ✓ Самостоятельно скользит по ледяным дорожкам
- ✓ Ходит на лыжах скользящим шагом поднимается на горку
- ✓ Катается на двухколесном велосипеде, выполняет повороты направо,

налево

- ✓ Играет в подвижные игры, придумывает варианты подвижных игр
- ✓ Выполняет имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений

## **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (5 - 7 ЛЕТ)**

Этот возраст является очень важным в развитии личностной, интеллектуальной и познавательной сферы ребенка. Его можно назвать базовым возрастом, когда в ребёнке закладываются многие личностные качества, формируется образ «Я», самооценка, половая идентификация. Важным показателем старшего дошкольного возраста является оценочное отношение ребенка к себе и другим. Дети могут критически относиться к некоторым своим недостаткам, могут давать личностные характеристики своим сверстникам, подмечать отношения между взрослыми или взрослым и ребенком.

Общение детей выражается в свободном диалоге со сверстниками и взрослыми, в выражении своих чувств и намерений с помощью речи и неречевых средств (жестов, мимики).

Дети старшего дошкольного возраста уже могут распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т.д. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты. Например: все хотят быть капитанами корабля, и никто не хочет быть матросом. Действия детей в играх становятся разнообразными.

Ребенок в этом возрасте как губка впитывает всю познавательную информацию. Научно доказано, что ребенок в 5-7 лет запоминает столько материала, сколько он не запомнит потом никогда в жизни.

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; представления детей систематизируются. Дети различают и называют не только основные цвета, но и могут определить до

15 оттенков. Воспринимают геометрические формы и объемные тела, величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до десяти различных предметов.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны решить задачу не только в наглядном плане, но и во внутреннем, указать, как и в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие. Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. Старшие дошкольники группируют объекты, учитывая два признака, которые могут изменяться.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Конструирование характеризуется умением анализировать постройку. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона.

Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов. Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы. Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений. Уже наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более



порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные). Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени). С 5 лет ребёнок начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом начинает доставлять ребёнку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе.

7 лет — переломный этап в жизни ребенка. В это время его развитие претерпевает множество изменений. В данный период у вчерашнего малыша начинает формироваться самооценка, происходит психологическое взросление, с которым связан очередной возрастной кризис.

### **Кризис 7 лет**

При переходе от дошкольного к школьному периоду поведение ребенка меняется. Этот период детства условно называется «кризисом 7 лет». Основными характеристиками кризиса 7 лет у ребенка являются вопросы дисциплины, и сложности в соблюдении им социальных правил.

Психологические симптомы кризиса 7 лет делятся на три группы: негативные, нейтральные и позитивные.

**Негативные симптомы** – это непослушание, капризность, раздражительность, негативизм (отрицание правил и требований), быстрая утомляемость; вспыльчивость и раздражительность; рассеянность; замкнутость и застенчивость либо, наоборот – агрессивность.

Ребенок часто вступает в споры и конфликты, начинает оспаривать или игнорировать ранее выполняемые обязанности. Иногда эти изменения нарастают постепенно, иногда – появляются внезапно. Например, после возвращения с летнего отдыха до этого спокойный ребенок вдруг становится неуправляемым или плаксивым. Прежде по первому зову шёл спать в 9 часов вечера, теперь он начинает заявлять, что уже «взрослый» и будет со всеми смотреть телевизор.

Между тем для ребенка такие симптомы – необходимый для взросления этап «примерки» на себя новых ролей. Он пока не понимает до конца, что значит быть взрослым, нести ответственность. Для него взрослость – это, прежде всего, свобода поступать так, как хочется. Кроме того, в словесных

спорах развивается логическое и абстрактное мышление ребенка, формируется способность отстаивать свою точку зрения.

**Нейтральные симптомы** – это новые черты в поведении ребенка, направленные на подчеркивание его «взрослости».

Это поиск авторитета (среди взрослых друзей семьи, учителей, воспитателей); заискивание перед старшими и кляузничество на сверстников; недооценивание себя и сравнение с остальными.

Например, девочка примеряет на себя мамины туфли и учит младшую сестру воспитывать кукол, а мальчик с серьезным видом рассуждает о космосе или устройстве мира.

**Позитивные симптомы** – это приобретения, которые ребенок выносит из успешного разрешения кризиса.

К ним относятся возросшая самостоятельность, интерес к школе и к занятиям, появление новых увлечений.

### **Как пережить родителям негативные симптомы кризиса 7 лет?**

Логично, что если у ребенка меняются образ жизни, самоощущение, поведение, то и родителям необходимо что-то менять в привычных способах взаимодействия с ним. Если родители по каким-то причинам продолжают общаться с первоклассником так же, как с дошкольником, то они могут замедлять развитие его социальных навыков.

Чтобы адаптация к школе прошла успешно, необходимо начать заранее готовить ребенка к новому образу жизни.

- *Найдите возможность познакомить его с учительницей, со зданием школы.*

Детям всегда проще воспринимать что-то уже знакомое. Если он пойдет в первый класс, зная, где находится классный кабинет, как зовут учителя и что вообще представляет собой школа, то с первого дня будет чувствовать себя увереннее.

- *Обговорите с ребенком его новые права и обязанности.*

В период непослушания, когда ребенок отвергает старые требования, необходимо четко обозначить границы его возможностей. В семье обязательно должны быть правила, и, несмотря на выраженный негативизм, детям они очень нужны, так как создают понятное для них жизненное пространство со своими законами. Объясните ребенку, в чем суть «взрослости», какие обязанности есть у родителей, бабушек и дедушек, в чем каждый из них независим, а в чем зависит от других. Преподнесите ребенку требования как расширение его полномочий. Создайте у первоклассника ощущение, что ответственность, которая на него возлагается, – это

проявление доверия и надежды на его помощь, а не стремление его нагрузить и заставить что-то делать. Постепенно расширяйте зону ответственности ребенка за его личные дела.

- *Дайте ребенку видеть последствия своих поступков.*

Не нужно стараться предотвратить негативные результаты действий или бездействия ребенка (если они, конечно, не угрожают его безопасности). Например, если ребенок отказывается делать домашнее задание без уважительных причин, то позвольте ему получить «двойку» или порицание учителя. Только так он сможет понять, что сам ответственен за них.

- *Учитесь, играя.*

Включайте элемент игры в выполнение новых обязанностей. Все-таки семилетка только готовится быть школьником, и ему сложно сразу переключиться на взрослый режим. Пусть он научит читать свои игрушки, объяснит папе, как правильно писать буквы (папа наверняка уже забыл это!), поможет вам посчитать сдачу в магазине. Ребенок должен постоянно видеть, что его дела кому-то нужны. Это будет стимулировать его лучше, чем любые уговоры.

- *Не торопите события.*

Ваш ребенок в любом случае преодолеет кризис. Пусть вас не слишком беспокоит, что он длится дольше, чем вам хотелось бы. У каждого свой ритм.

Если ваш ребёнок освоил еще не все, огорчаться не стоит. Вполне возможно, что он в ближайшее время начнет развиваться быстрее своих сверстников.

## **Возможности (способности) ребёнка в 5 - 6 лет**

Вы можете проанализировать знания, умения и навыки своего ребёнка. Те из них, которыми, по вашему мнению, овладел ребёнок, обведите кружком.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Знает своих родственников, домашний адрес, телефон
- ✓ Знает название родного города, страны, ее главного города
- ✓ Ежедневно самостоятельно чистит зубы, умывается
- ✓ Самостоятельно одевается и раздевается, аккуратно складывает одежду, сушит мокрые вещи, ухаживает за обувью (моет, протирает, чистит, убирает на место)
- ✓ Замечает и самостоятельно устранять беспорядок в своем внешнем виде

(одежде, причёске)

- ✓ Рассказывает о профессиях педагога, врача, строителя, работников сельского хозяйства, транспорта, торговли и др.
- ✓ Знает, что труд взрослых оплачивается, а заработанные деньги люди тратят на приобретение пищи, одежды, мебели, на отдых
- ✓ Умеет объяснить и обосновать правила игры, выслушать до конца сверстника
- ✓ Заботиться о младших, помогает им, защищает тех, кто слабее
- ✓ Пользуется выражениями словесной вежливости: «здравствуйте», «до свидания», «пожалуйста», «извините», «спасибо» и т.д.
- ✓ Вместе с взрослыми и с их помощью выполняет посильные трудовые поручения
- ✓ Доводит начатое дело до конца

#### Образовательная область «Познавательное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Различает и называет виды транспорта
- ✓ Называет предметы, облегчающие труд человека в быту, и предметы, создающие комфорт
- ✓ Определяет размер, цвет, форму, «вес», материал предметов и на основе этого описывает предмет
- ✓ Определяет материалы, из которых сделаны предметы
- ✓ Самостоятельно характеризует свойства и качества материалов: структура поверхности, твердость — мягкость, хрупкость — прочность, блеск, звонкость, температура поверхности
- ✓ Знает, что любая вещь создана трудом многих людей
- ✓ Различает некоторые рода войск
- ✓ Знает некоторые правила дорожного движения: улицу переходят в специальных местах, через дорогу переходить можно только на зеленый сигнал светофора
- ✓ Знает несколько видов травянистых растений, птиц
- ✓ Знает о повадках диких животных; о помощи человека природе
- ✓ Считает (отсчитывает) в пределах 10 и более
- ✓ Правильно пользоваться количественными и порядковыми числительными, отвечать на вопросы «Сколько?», «Который по счету?»
- ✓ Уравнивает неравные группы предметов двумя способами (удаления и добавления единицы)
- ✓ Сравнивает предметы различной величины (до 10), размещая их в ряд в

порядке возрастания (убывания) размера (длины, ширины, высоты, толщины)

- ✓ Различает форму предметов: круглую, треугольную, четырехугольную
- ✓ Называет последовательно части суток, текущий день недели.
- ✓ Создает постройку по рисунку
- ✓ Сгибает лист вчетверо в разных направлениях
- ✓ Выполняет несложные поделки способом оригами

#### Образовательная область «Речевое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Употребляет сложные предложения; при пересказе пользуется прямой и косвенной речью
- ✓ Рассказывает о событиях из личного опыта, по сюжетной картине, по набору картинок; сочиняет концовки к сказкам
- ✓ Без существенных пропусков пересказывает небольшие литературные произведения
- ✓ Определяет место звука в слове
- ✓ Подбирает к существительному несколько прилагательных (мяч – красный, круглый, резиновый)
- ✓ Определяет жанр произведения (стихи, сказки, рассказы); называет любимые сказки и рассказы
- ✓ Легко разучивает и рассказывает стихи

#### Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Имеет элементарные представления о видах искусства
- ✓ Рисует по представлению, с натуры; сюжетные изображения (на темы окружающей жизни, явлений природы, литературных произведений)
- ✓ Использует в рисовании разнообразные изобразительные материалы (краски, мелки, фломастеры, карандаши, песок и т.д.)
- ✓ Лепит предметы разной формы, игрушки
- ✓ Пользуется ножницами, хорошо вырезает разные формы
- ✓ Для создания бумажных образов использует метод обрывания бумаги
- ✓ Делает игрушки, сувениры из природного и бросового материала
- ✓ Различает жанры музыкальных произведений (марш, танец, песня); звучание музыкальных инструментов (фортепиано, скрипка)
- ✓ Поёт без напряжения, плавно, легким звуком; произносит отчетливо слова, своевременно начинает и заканчивает песню

- ✓ Ритмично двигается в соответствии с различным характером и динамикой музыки
- ✓ Игрет мелодии на музыкальном инструменте (металлофон, треугольник, пианино и т.п.)

### Образовательная область «Физическое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Ходит и бежит легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- ✓ Лазает по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа
- ✓ Прыгает в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см); в высоту с разбега (не менее 40 см)
- ✓ Прыгает через скакалку
- ✓ Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м
- ✓ Бросает мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивает мяч на месте не менее 10 раз
- ✓ Скользит по ледяным дорожкам без падений
- ✓ Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами
- ✓ Катается на самокате, велосипеде
- ✓ Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей
- ✓ Произвольно плавает

### Возможности (способности) ребёнка в 6 - 7 лет

Вы можете проанализировать знания, умения и навыки своего ребёнка. Те из них, которыми, по вашему мнению, овладел ребёнок, обведите кружком.

### Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Знает дату своего рождения и даты рождения членов семьи
- ✓ Знает свое отчество, домашний адрес и телефон, имена и отчества родителей, интересы своих родственников
- ✓ Знает профессии родителей
- ✓ Самостоятельно одевается и раздевается, следит за порядком в своей одежде, в случае необходимости приводит ее в порядок
- ✓ Осуществляет простые виды трудовой деятельности, помогает родным по

хозяйству

- ✓ Знает и соблюдает правила безопасного поведения в быту, на улице, в природе
- ✓ Имеет представление о Российской армии. Уважительно относится к защитникам Отечества, к памяти павших бойцов: с взрослым возлагает цветы к обелискам, памятникам, участвует в торжественных мероприятиях
- ✓ Имеет представление о Родине – России, о флаге, гербе и гимне. Знает, что гимн исполняется во время праздника или другого торжественного события; когда звучит гимн, все встают, а мужчины и мальчики снимают головные уборы.
- ✓ Имеет представления о школе. Есть стремление как можно больше узнать о школьной жизни, желание учиться в школе
- ✓ Знаком с достопримечательностями города
- ✓ Участвует в коллективном разговоре: задаёт вопросы, отвечает на них, аргументируя ответ; последовательно и логично, понятно для собеседников рассказывает о факте, событии, явлении
- ✓ Принимает участие в организации игр
- ✓ Ориентируется в социально-бытовых ситуациях («что надо сделать, чтобы вызвать скорую помощь, пожарных?», «Расскажи, что ты сделаешь, если заблудишься?»)
- ✓ Ухаживает за растениями, домашними животными

#### Образовательная область «Познавательное развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Проявляет инициативу и любознательность с целью получения новых знаний
- ✓ Знает дорожные знаки и их назначение
- ✓ Имеет представление о Красной книге
- ✓ Проявляет интерес к людям разных профессий: менеджер, рекламный агент, фермер, художник-дизайнер, скульптор и т.д.
- ✓ Различает и называет виды транспорта (наземный, подземный, воздушный, водный)
- ✓ Различает и называет предметы, облегчающие труд человека в быту и на производстве
- ✓ Определяет материал, из которого сделан предмет: ткань (ситец, сатин, капрон, драп, трикотаж и т.п.), серебро, алюминий, железо, дерево (фанера, доска, бревно), искусственные материалы (пластмасса,

полиэтилен, пластик и т.п.).

- ✓ Имеет представление о разных местах обитания, образе жизни, способах питания животных и растений
- ✓ Выделяет знакомые объекты из фона зрительно, по звучанию, на ощупь, по запаху, и на вкус
- ✓ Считает до 10 и дальше (количественный: один, два, три и т.п., порядковый счет: первый, второй, третий и т.д.)
- ✓ Называет числа в прямом (обратном) порядке до 10. 1,2,3... (10, 9, 8, ...)
- ✓ Составляет и решает задачи в одно действие на сложение и вычитание, пользуется цифрами и арифметическими знаками (+, -, =)
- ✓ Делит круг, квадрат на две и четыре равные части. Сравнивает целый предмет с его частями.
- ✓ Видоизменяет геометрические фигуры, составляет из малых форм большие
- ✓ Ориентируется в окружающем пространстве и на листе бумаги (в клетку).
- ✓ Знает названия месяцев года, последовательность дней недели
- ✓ Создает модели из пластмассового и деревянного конструкторов

#### Образовательная область «Речевое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Говорит спокойно, не повышая голоса
- ✓ Различает понятия «звук», «слог», «слово», «предложение»
- ✓ Находит в предложении слова с заданным звуком, определять место звука в слове
- ✓ Пересказывает небольшие литературные произведения
- ✓ Составляет рассказы из опыта, о предмете, по сюжетной картинке
- ✓ Высказывает предположения и делает простейшие выводы, излагать свои мысли понятно для окружающих
- ✓ Внятно и отчетливо произносит слова и словосочетания с естественной интонацией

#### Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Знает разные виды изобразительного искусства: живопись, графика, скульптура, декоративно-прикладное и народное искусство
- ✓ Использует в рисовании разные материалы и способы создания изображения
- ✓ Лепит различные предметы, передавая их форму, пропорции, позы и



движения фигур

- ✓ Создает изображения, используя бумагу разной фактуры и усвоенные способы вырезания и обрывания
- ✓ Определяет жанр музыкального произведения (марш, песня, танец)
- ✓ Внимательно слушает музыку, эмоционально откликается на выраженные в ней чувства и настроения
- ✓ Поёт несложные песни в удобном диапазоне, исполняя их выразительно и музыкально, правильно передавая мелодию

### Образовательная область «Физическое развитие»

Мой ребёнок знает, умеет, может, делает:

- ✓ Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)
- ✓ Прыгает в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см, в высоту с разбега — не менее 50 см
- ✓ Прыгает через скакалку разными способами
- ✓ Бросает предметы в цель из разных исходных положений, попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5м
- ✓ Свободно владеет мячом
- ✓ Сохраняет правильную осанку
- ✓ Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускаться с нее, тормозит при спуске
- ✓ Активно участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис и т.д.)
- ✓ Плавает произвольно на расстояние 15 м
- ✓ Проявляет дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрирует красоту, грациозность, выразительность движений

### ДЕТИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Говоря о дошкольниках необходимо помнить, что гармоничное вхождение детей в социум в значительной мере определяется тем, насколько совершенно ребенок видит, слышит, говорит, действует. 80% информации о предметах и явлениях окружающего мира осуществляется с помощью зрения. Неправильное развитие зрительной системы приводит к трудностям при познании окружающего мира.

Помимо врожденных нарушений зрения, увеличивается количество

детей с приобретенными проблемами зрения, связано это с активным использованием детьми дошкольного возраста гаджетов и компьютеров, не соблюдением зрительного режима, малоподвижным образом жизни, неправильным, несбалансированным питанием.

Чем раньше взрослые обратят внимание на проблемы со зрением у ребёнка и осознают значимость лечебной и профилактической работы, тем легче и комфортнее пройдет адаптация ребёнка в обществе.

*Симптомы, которые должны насторожить родителей, даже если ребенок не жалуется: малыш щурится, трет глаза, смотрит исподлобья или у него присутствует вынужденное положение головы, наблюдается светобоязнь, слезотечение, периодическое отклонение одного из глаз.*

## **Основные зрительные функции и их нарушения.**

В процессе восприятия окружающего мира с помощью зрения мы узнаем о форме, величине, цвете предметов, их пространственном расположении и степени их удаленности. Такую богатую информацию мы получаем с помощью различных *функций зрения*.

К основным функциям зрения относятся:

- острота зрения,
- цветоразличение,
- поле зрения,
- характер зрения
- глазодвигательные функции.

Снижение любой из них неизбежно влечет за собой нарушения.

*Нарушение функции остроты зрения* снижает разрешающую способность глаза, точность, полноту и скорость восприятия, что затрудняет и замедляет узнавание предметов и изображений.

*Нарушения функции цветоразличения* вызывают невозможность различения одного из трех цветов (красного, зеленого, синего) или приводит к смещению зеленого и красного цветов.

Наличие *нарушений функции поля зрения* затрудняет целостность, одновременность, динамичность восприятия, что приводит к возникновению трудностей в пространственной ориентировке.

*Нарушение бинокулярного характера зрения*, приводящее к снижению способности видеть двумя глазами одновременно и воспринимать рассматриваемый объект как единое целое, искажает пространственное, стереоскопическое восприятие окружающего мира.

*Нарушение глазодвигательных функций*, характеризующееся

отклонением одного из глаз от общей точки фиксации, приводит к возникновению косоглазия. При наличии нарушений глазодвигательных функций в виде нистагма, характеризующегося наличием произвольных колебательных движений глазных яблок, даже при достаточно высокой остроте зрения имеет место нечеткость восприятия.

Под влиянием различных причин могут иметь место нарушения как одной, так и нескольких зрительных функций.

### **Особенности развития дошкольников с функциональными расстройствами зрения (ФРЗ).**

*Зрительная система* является основной в развитии детей с функциональными расстройствами зрения.

Зрительные возможности детей с ФРЗ не определяются слабослышанием, потому что у ребенка имеется «благополучный глаз» с *остротой зрения* в условиях *оптической коррекции* (очки) от 0,5 и выше, вплоть до 1,0. У подавляющего числа детей с ФРЗ сохранна на каждый глаз другая базовая функция – *поле зрения*. Сохранность двух базовых зрительных функций позволяет детям с ФРЗ достаточно успешно осваивать зрительные умения и навыки.

Основными клиническими формами зрительных расстройств являются:

- Нарушения рефракции (аметропия), которые поддаются оптической коррекции:
  - гиперметропия,
  - миопия,
  - астигматизм,
  - миопический астигматизм,
  - анизометропия.
- Разные виды косоглазия:
  - монолатеральное,
  - билатеральное,
  - постоянное содружественное сходящееся,
  - непостоянное сходящееся,
  - расходящееся,
  - альтернирующее;
- Нарушение бинокулярного зрения (моноккулярное, моноккулярное альтернирующее, одновременное зрение);

- Амблиопии разных видов: рефракционная, анизометропическая, истерическая, дисбинокулярная с косоглазием разных степеней и другие варианты функционального несовершенства зрительной системы.

Дети могут иметь разные степени амблиопии:

- слабая степень – острота зрения не ниже 0,4;
- средняя степень – острота зрения 0,3-0,2;
- высокая (тяжелая) степень – острота зрения 0,1-0,05;
- очень высокая (тяжелая) степень – острота зрения от 0,04 и ниже.

У детей с функциональными расстройствами зрения на фоне разных клинических форм (косоглазие, аметропии, амблиопии), разного характера нарушения (монокулярное, одновременное, бинокулярное) имеют место быть особенности развития и протекания зрительного восприятия, определенные трудности пространственного видения, зрительно-моторной координации.

Особенностью выступает и то, что значительная часть детей с ФРЗ получает окклюзионное лечение. Окклюзия (перекрытие) глаза - основной метод в лечении амблиопии (снижение остроты зрения), а также косоглазия (отклонение косящего глаза от общей точки фиксации).

Целью окклюзии при амблиопии является принуждение к работе плохо видящего (ленивого) глаза и исключение («выключение») из акта видения благополучного глаза, в этих условиях окружающее пространство воспринимается ребенком амблиопичным глазом, вследствие чего ребенок может испытывать значительные трудности в построении зрительных образов, в зрительном контроле движений, действий.

Особую трудность при лечении на аппаратах у детей с нарушениями зрения вызывает следующее: дети не умеют фиксировать взор, прослеживать глазами линии воспринимаемых объектов, вычленять различные элементы, осуществлять глазомерную оценку протяженности линий, величину фигур, расстояний между ними.

Нарушения функций зрения приводит к снижению скорости и точности восприятия, обуславливает фрагментарность, искаженность восприятия отдельных предметов и групповых композиций, замедленность и нечеткость их опознания, нарушает одновременность, дистантность восприятия. Дети с нарушением зрения с трудом различают форму, размер и цвет объектов; верх и низ; правую и левую стороны; плохо ориентируются в пространстве и времени; у них нарушено восприятие собственного тела.

*Важно знать, что развитие зрения происходит примерно до 12-летнего возраста, а лечение амблиопии эффективно начинать с 1 года.*

## Условия необходимые для развития дошкольников с ФРЗ

В детском саду для детей с ФРЗ созданы условия для лечения, коррекции, развития, компенсации, профилактики зрительных нарушений. Но положительного эффекта можно достичь только в том случае, если будет соблюдаться триединство, тесная взаимосвязь между:

- I. *Лечебно-восстановительными мероприятиями*
- II. *Коррекционно-развивающей деятельностью*
- III. *Соблюдение родителями рекомендаций специалистов*

### I. ЛЕЧЕБНО – ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

*Цель* лечебно-восстановительной работы – достижение ортофории (правильное положение глаз), устранения амблиопии (восстановление остроты зрения), восстановление утраченных или формирование прежде отсутствующих бинокулярных связей, т.е. развитие бинокулярного зрения, коррекция аметропии для повышения остроты сниженного зрения каждого глаза и обеспечения оптимальных условий для зрительного восприятия с различных расстояний двумя глазами.

Лечебно-восстановительную деятельность осуществляют:

- *Врач-ортоптист* (офтальмолог-ортоптист) - специалист особым образом подготовленный, который работает в области коррекции нарушений зрения и косоглазия. Он занимается правильным подбором очков, окклюзии, адаптацией и улучшением функционирования глазных мышц, а также диагностикой и профилактикой на специальном оборудовании. Самая распространённая проблема, с которой обращаются к ортоптисту – косоглазие. Если пациент попал к такому врачу своевременно – то есть все шансы исправить дефекты лишь с помощью упражнений и специальных процедур
- *Медсестра – ортоптистка* проводит аппаратное лечение детей по назначению врача-ортоптиста.

*Лечебно-восстановительные мероприятия:*

1. Ношение очков (постоянное, сменное), окклюдера (специальные глазные детские пластыри, которые применяются во время лечения амблиопии и косоглазия у детей) по индивидуальному назначению врача - ортоптиста.
2. Аппаратное лечение:

- *Амблиотрон* формирует в зрительной системе мозга новую устойчивую систему межнейронных связей (стабильно улучшая зрение). Применяется для лечения амблиопии, миопии, астигматизма.
  - *Бивизиотренер* для диагностики и лечения косоглазия, для восстановления бинокулярного зрения.
  - *Синоптофор* для лечения косоглазия.
  - *Большой безрефлексный офтальмоскоп* для лечения амблиопии.
3. Специальные лечебные компьютерные программы:
- ПЛЕОПТИКА («тир», «льдинка», «крестики») – предназначены для лечения амблиопии. любой степени и любого вида у пациентов от 3 лет и старше.
  - «Цветок» для профилактики и лечения близорукости.
  - «Чибиc» для диагностики нарушений бинокулярного зрения и его восстановления и развития.
  - «Клинок» для лечения косоглазия и восстановления бинокулярного зрения.
  - «Релакс» для снятия спазма аккомодации.

## II. КОРРЕКЦИОННО – РАЗВИВАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

*Цель* коррекционно-развивающей деятельности – преодолеть или ослабить нарушения в физическом и психологическом развитии детей; предупредить у воспитанников вторичные отклонения в развитии познавательной сферы, поведения, личностных ориентиров, речи; обеспечить равные стартовые возможности для обучения детей в школе.

Коррекционно-развивающую деятельность осуществляют:

→ *Тифлопедагог* (учитель-дефектолог) - специалист занимается воспитанием, обучением и развитием детей, имеющих нарушения зрения. Тифлопедагог проводит специальные коррекционные занятия по развитию зрительного восприятия, формирует у детей умения рационально пользоваться нарушенным зрением и получать с его помощью информацию об окружающем мире. На занятиях тифлопедагог развивает восприятия и других органов чувств (слух, осязание, обоняние), что стимулирует мышление детей и познавательную активность. Это позволяет детям с нарушенным зрением получать адекватные представления об окружающем их мире.

Занятия тифлопедагога с детьми направлены на: формирование предметных представлений; формирование сенсорных эталонов (цвет,

форма, величина); развитие навыков ориентировки в малом и большом пространстве; восприятие сюжетного изображения; развитие зрительно-моторной координации.

- *Педагог-психолог* - специалист, деятельность которого направлена непосредственно на детей, но для большей эффективности в нее включаются и другие участники воспитательного процесса – педагоги, воспитатели, родители. Психолог дает им профессиональные рекомендации по работе с ребенком и оказывает поддержку в решении психологических проблем развития, возникающих в различных жизненных ситуациях. Цель работы психолога в ДОУ – сохранить и укрепить психологическое здоровье детей.
- *Учитель-логопед* – специалист, деятельность которого направлена на исправление нарушений звукопроизношения, развитие фонематического восприятия и слоговой структуры слова, формирование лексического и грамматического строя языка, развитие связной речи.
- *Инструктор по адаптивной физической культуре* – специалист, деятельность которого направлена на физическое развитие детей с особыми возможностями здоровья, на пропаганду здорового образа жизни на сохранение и укрепление здоровья.
- *Музыкальный руководитель* - осуществляет развитие музыкальных способностей, эмоциональной сферы и творческой деятельности воспитанников.
- *Воспитатель* - планирует и проводит ежедневную целенаправленную работу с детьми в ходе общеразвивающей непосредственно образовательной деятельности и режимных моментов. Планирование работы воспитатель осуществляет совместно с тифлопедагогом.

### III. СОБЛЮДЕНИЕ РОДИТЕЛЯМИ РЕКОМЕНДАЦИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

Наилучшие результаты лечения и развития ребёнка возможны только при чётком и правильном соблюдении родителями в домашних условиях всех назначений врача-ортопедиста и рекомендаций специалистов детского сада.

*Задача родителей детей с ФРЗ – помочь своему ребёнку в преодолении или ослаблении нарушений.*

#### **Ребенок с ФРЗ дома**

**Надо помнить** о том, что соблюдение офтальмо - гигиенических условий дома является одним из наиболее эффективных средств профилактики и лечения нарушений зрения.

К офтальмо - гигиеническим условиям относится:

⇒ *Дозирование зрительной нагрузки.*

Не позволяйте смотреть ребёнку непрерывно телевизор более 15-30 минут. Расстояние до телевизора не ближе 2,5 м. При чтении и рассматривании иллюстраций в книжке держите её на расстоянии примерно 35 см от глаз. Так меньше напрягается глазная мышца, меньше устают глаза. Если ребёнок любит рисовать, то через 20 минут давайте глазам отдых, делайте перерывы в занятиях связанных с зрительным сосредоточением. Отдых – это не сидение с планшетом, телефоном или за просмотром телевизора, это когда вы двигаетесь, смотрите в окно, делаете гимнастику для глаз.

⇒ *Соблюдение гигиенических требований, предъявляемых к очкам и окклюзии.*

Если ребёнку рекомендовано постоянное ношение очков или показано лечение в виде окклюзии, то носить их нужно обязательно и в выходные, и в праздничные, и в отпускные дни. Учите ребенка содержать очки в чистоте, хранить очки в футляре в удобном для него месте и не класть очки линзами вниз (во избежание повреждения стекол). При загрязнении стекол очков промывайте их под проточной теплой водой с мылом. Если загрязнение незначительное, можно протереть стекла очков мягкой тканью. Лучше всего для заклейки глаза (окклюзии) использовать одноразовые гипоаллергенные окклюдеры.

⇒ *Правильная посадка ребёнка за столом в соответствии со степенью нарушения зрения, освещенностью помещения.*

Стол и стул ребёнка должен соответствовать его росту. На рабочем столе ребенка установите лампу с регулируемым наклоном. Свет должен падать на книгу, альбом, детскую тетрадь так, чтобы не создавать теней. Для левши лампу расположите справа, для правши – слева. Поверхность стола должна иметь низкий коэффициент отражения и не образовывать бликов. Если у ребёнка сходящееся косоглазие, то рассматривать книжку, картинку необходимо на подставке, а рисовать на настольном мольберте. Стены лучше если будут матовыми, чтобы предупредить переутомление глаз ребенка.

⇒ *Способы снятия зрительного утомления.*

Самый простой способ для снятия зрительного утомления посидеть с закрытыми глазами. Можно выполнить простые упражнения для тренировки мышц глаз, они позволят снизить напряжение и укрепить глазные мышцы. В процессе упражнений улучшается кровообращение в области глаз и хорошо снимается умственное утомление.



Упражнения для глаз следует выполнять около 5-6 минут:

1. Плотно закрыть и широко открыть глаза. Повторять 5-6 раз с интервалом в 30 секунд;
2. Посмотреть вверх, вниз, вправо, влево, по диагонали, по кругу не поворачивая головы. Повторять по 8-10 раз;
3. Часто поморгать в течение 10 сек.
4. Посмотреть вдаль.

При систематической зрительной релаксации, соблюдении зрительного режима и выполнении гимнастики для глаз, можно улучшить все зрительные функции.

Закаляйте ребёнка, чтобы он как можно меньше болел.

Ведите активный образ жизни. Катайтесь на велосипеде (обратите внимание на то, чтобы руль был высоко поднят), плавайте, танцуйте, чаще бывайте на свежем воздухе...

Используйте в рационе ребёнка полезные продукты для глаз: творог, отварная рыба, говядина, мясо индейки и кролика, черника, брусника, клюква, смородина, морковь, капуста, зелень.

## **КАКОВ ОН, ВЫПУСКНИК ДЕТСКОГО САДА?**

*Школьное обучение никогда не начинается с пустого места, а всегда опирается на определенную стадию развития, проделанную ребенком.*

Л. С. Выготский

Достаточно часто готовность ребенка к школе определяется объемом необходимых знаний. Опасаясь, что ребенок не будет соответствовать ожиданиям учителей и окажется "худшим" в классе, родители стремятся научить своего ребенка читать, писать и решать сложные задачи. Однако, Федеральный Государственный Общеобразовательный Стандарт дошкольного образования, вступивший в силу 1 января 2014 года, дает другие характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности;
- проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру...;
- обладает развитым воображением...;
- достаточно хорошо владеет устной речью...;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика...;
- способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам...;
- проявляет любознательность, задает вопросы, склонен наблюдать, экспериментировать...;
- знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области природы, естествознания, математики, истории и т.п....

Таким образом, задача детского сада состоит не в том, чтобы дать ребенку определенный багаж знаний (эта задача возложена на школу), а в том, чтобы *научить ребенка добывать эти знания самостоятельно*, наблюдать, сопоставлять, устанавливать причинно-следственные связи, знакомиться с окружающим миром через игру, экспериментирование и общение.

### **Практические рекомендации родителям будущих первоклассников.**

- Развивайте трудолюбие ребёнка, умение доводить начатое дело до конца.
- Формируйте у него наблюдательность, пытливость, интерес к познанию окружающего. Пусть ребёнок рассуждает вслух, делает выводы, умозаключения. Загадывайте ребёнку загадки, составляйте их вместе с ним, проводите элементарные опыты.
- Предлагайте ребенку игры, которые требуют умения анализировать, сравнивать, классифицировать.
- По возможности не давайте ребёнку готовых ответов, вынуждайте его размышлять, исследовать.
- Ставьте ребёнка перед проблемными ситуациями, например, предложите ему выяснить, почему вчера можно было лепить снежную бабу из снега, а сегодня нет.
- Читайте ребенку вслух. Слушая вас, ребенок учится фиксировать свое внимание, у него развивается речь, мышление. Беседуйте о прочитанных книгах.
- Уважайте мнение своего ребенка: задавайте вопросы, обсуждайте различные темы, давайте возможность принимать самостоятельные решения и нести за них ответственность.
- Разучивайте стихи. Это занятие поможет развить непосредственное запоминание.
- Раскрашивайте вместе с ребенком картинки, обводите по контуру,

вырезайте фигуры, занимайтесь «оригами», лепите животных из пластилина – эта деятельность хорошо развивают моторику рук.

- Не переключайте ребенка сразу с игрушек на книги и письмо. Вводите школьные предметы постепенно, даже играючи. Чем больше вы вовлечены в новые процессы вместе, тем лучше они входят в повседневный порядок ребенка.

## **ЧИТАЕМ ДЕТЯМ.**

Родителей интересует вопрос, какую литературу читать детям, какие стихи учить. От того, насколько приятным и плодотворным будет знакомство с книгой в детстве, во многом зависит дальнейшая интеллектуальная деятельность человека.

Как же не растеряться в выборе? Как найти именно то, что нужно вашему ребенку? Как посеять в душу ребенка зерна светлого, доброго, вечного, то есть самого лучшего из того, что нам предлагают книжные магазины.

### **Примерный перечень литературы для детей.**

#### ***2 -3 года***

Возраст 2-3 года интересен тем, что ребенок начинает воспринимать книгу уже не просто как игрушку или подборку ярких картинок – он осознает смысл стихов, сказок, потешек, учится следить за сюжетом, активно комментирует услышанное и увиденное. Развитие детей в этом возрасте, как и их отношение к книгам, может существенно отличаться. Некоторые малыши готовы слушать сказки часами, другие как будто равнодушны к чтению. В этом возрасте необходимо воспитывать и поддерживать любовь к книгам. А если какая-то книга на данном этапе показалась ребенку не интересной, вполне возможно, что малыш оценит ее позже.

Для этого возраста иллюстрации остаются основным критерием качества книги, ведь малыш воспринимает услышанное в связке с изображениями. Картинки помогают ему понять последовательность действий, о которых идет речь в сказке, или же представить то, что описывает стихотворение.

**Песенки, потешки, залички:** «Наша Маша маленька...», «Наши уточки с утра...», «Пошел котик на Торжок...», «Чижи, чижи, кички...», «Солнышко, ведрышко...», «Ой ду-ду, ду-ду, ду-ду! Сидит ворон на дубу», «Из-за леса, из-за гор...», «Огуречик, огуречик!..», «Заяц Егорка...», «Бежала лесочком лиса с кузовочком...».

**Сказки:** «Козлятки и волк», «Теремок», «Маша и медведь».

**Поэзия:** А. Барто «Мишка», «Слон», «Лошадка», «Кораблик», «Грузовик» (из цикла «Игрушки»); А. Барто «Кто как кричит», «Девочка-ревушка»; В. Берестов «Больная кукла», «Котенок»; К. Чуковский «Путаница», «Федотка», Н. Саконская «Где мой пальчик?».

**Проза:** Л. Толстой «Три медведя», «Спала кошка на крыше...»; В. Бианки «Лис и мышонок»; Н.В. Сутеев «Кто сказал «мяу»».

### ***3 – 4 года***

Ребенок в этом возрасте очень эмоционален. Он ярко переживает все пережитое и события из книжки, с неослабевающим волнением и вниманием следит за развитием сюжета. Список книг для чтения в 3-4 года должен содержать произведения, которые расширяют кругозор ребенка, помогают выходить за рамки окружающей его среды, открывать и познавать мир. Это книги о других детях, различных животных, явлениях природы, правилах жизни, всяческих бытовых или игровых ситуациях.

**Песенки, потешки, заклички:** «Пальчик-мальчик...», «Как у нашего кота...», «Сидит белка на тележке...», «Дождик, дождик, пуще...», «Заинька, попляши...», «Радуга-дуга...», «Божья коровка...», «Тили-бом! Тили-бом!...», «Тень, тень, потетень...», «Жили у бабуси...».

**Сказки:** «Колобок», «Волк и козлята», «Теремок», «Кот, петух и лиса», «Гуси-лебеди», «Бычок — черный бочок, белые копытца», «Снегурушка и лиса», «Лиса и Заяц», «У страха глаза велики», «Два жадных медвежонка».

**Поэзия:** А. Барто, П. Барто «Девочка чумакая»; В. Берестов «Курица с цыплятами», «Бычок», «Петушки»; З. Александрова «Кролики», «Купанье»; Б. Заходер «Строители», «Шофер», «Портниха»; В. Катаев «Ежик»; В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?», «Что ни страница — то слон, то львица»; С. Михалков «Песенка друзей»; С. Маршак из цикла «Детки в клетке», «Сказка об умном мышонке»; К. Чуковский «Чудо-дерево», «Муха- цокотуха», «Мойдодыр».

**Проза:** Л. Воронкова «Маша-растеряша»; Д. Мамин-Сибиряк «Притча о Молочке, овсяной Кашке и сером котишке Мурке»; Т. Александрова «Зверик», «Медвежонок Бурик»; В. Бианки «Купание медвежат», «Мишка-Башка», «Снег идет»; А. Н. Толстой «Еж», «Лиса», «Петушки»; Д. Хармс «Храбрый еж».

### ***4 – 5 лет***

В этом возрасте дети учатся отвечать на вопросы по прочитанным произведениям, оценивать поступки персонажей, давать простые

характеристики главным героям. С ребенком обязательно нужно обсудить каждую прочитанную книгу. Это учит малыша не просто глотать информацию, а задумываться о прочитанном. Очень важно спросить у ребенка кому из главных героев он сочувствует, кого бы наказал, а кого пожалел. Если отрицательный герой уже наказан, то поинтересоваться у ребенка — правильно ли это, справедливо ли? Именно на таких детальных разборах о прочитанном и зарождаются в ребенке чувства морали и нравственности.

**Песенки, потешки, заклички, считалки, скороговорки, загадки:** «Наш козел...», «Ножки, ножки, где вы были?..», «Зайчишка-трусишка...», «Лень-потягота...», «Сидит, сидит зайка...», «Гуси вы, гуси...» и т.п.

**Сказки:** «Про Иванушку-дурачка», «Лисичка-сестричка и волк», «Зимовье», «Сестрица Аленушка и братец Иванушка», «Лиса и козел», «Лисичка со скалочкой», «Жихарка», «Чудесные лапоточки», «Петушок и бобовое зернышко»; братья Гримм «Заяц и еж», «Бременские музыканты»; Ш. Перро «Красная Шапочка»; М. Горький «Воробышко»; Д. Мамин-Сибиряк. «Сказка про Комара Комаровича — Длинный Нос и про Мохнатого Мишу — Короткий Хвост»; В. Бианки «Первая охота»; К. Чуковский «Федорино горе», «Тараканище», «Телефон» Х.К. Андерсен «Огниво», «Стойкий оловянный солдатик»; А. Милн «Винни-Пух и все-все-все...».

**Поэзия:** С. Есенин «Поет зима — аукает...»; А. Майков «Осенние листья по ветру кружат...»; Н. Некрасов «Не ветер бушует над бором...» (из поэмы «Мороз, Красный нос»); А. Пушкин «Уж небо осенью дышало...»; Я. Аким «Первый снег»; Е. Благинина «Эхо»; В. Берестов «Кто чему научится»; С. Маршак «Вот какой рассеянный», «Багаж», «Мяч», «Про все на свете»; С. Михалков «Дядя Степа».

**Басни:** Л. Толстой «Отец приказал сыновьям...», «Мальчик стерег овец», «Хотела галка пить...» (из Эзопа).

**Проза:** В. Вересаев «Братишка»; В. Драгунский «Тайное становится явным»; Е. Пермяк «Торопливый ножик»; М. Пришвин «Журка», «Ребята и утята»; Е. Чарушин «Почему Тюпу прозвали Тюпой»; К. Ушинский. «Бодливая корова»; В. Бианки «Подкидыш»; А. Введенский «О девочке Маше, о собаке Петушке и о кошке Ниточке».

## **5 – 6 лет**

В возрасте от 5 до 6 лет дети уже готовы к большим книжкам, к процессу чтения с продолжением. Они активно реагируют на содержание произведения, сочувствуют литературным героям. Охотно вступают в диалог

о прочитанном, отвечая на вопросы, пересказывая услышанное из книги, увлеченно иллюстрируют понравившийся сюжет. Дети в этом возрасте обладают прекрасным умением фантазировать, воспользуйтесь этим, и просите ребенка продолжить рассказ, сказку.

**Песенки, заклички:** «Как на тоненький ледок...», «Как у бабушки козел...», «Ты, мороз, мороз, мороз...», «Грачи-киричи...», «Божья коровка...», «Дождик, дождик, веселей».

**Сказки:** «Заяц-хвостун», «Лиса и кувшин», «Крылатый, мохнатый да масляный», «Царевна-лягушка», «Сивка-Бурка», «Финист — Ясный сокол», «Хаврошечка», «Златовласка», «Три золотых волоска Деда-Всеведа»; А. Пушкин «Сказка о царе Салтане, о сыне его славном и могучем богатыре князе Гвидоне Салтановиче и о прекрасной царевне Лебеди»; П. Бажов «Серебряное копытце»; В. Катаев «Цветик-семицветик»; Р. Киплинг «Слоненок»; А. Линдгрен «Карлсон, который живет на крыше, опять прилетел»; О. Проислер «Маленькая Баба Яга».

**Поэзия:** В. Брюсов «Колыбельная»; И. Бунин «Первый снег»; С. Городецкий «Котенок»; С. Есенин «Береза», «Черемуха»; А. Майков «Летний дождь»; Ф. Тютчев «Зима недаром злится»; А. Фет «Кот поет, глаза прищуря...»; Я. Аким «Жадина»; А. Барто «Веребочка»; Б. Заходер «Собачкины огорчения»; С. Маршак «Почта», «Пудель»; С. Маршак, Д. Хармс «Веселые чижи».

**Проза:** Л. Толстой «Лев и собачка», «Косточка», «Прыжок»; Н. Носов «Живая шляпа»; Л. Пантелеев «Большая стирка» (из «Рассказов о Белочке и Тamarочке»), К. Паустовский «Кот-ворюга»; Г. Снегирев «Отважный пингвиненок».

### **6 – 7 лет**

В возрасте 6 - 7 лет дети становятся более самостоятельными при выборе книг. Однако они по-прежнему любят сказки, готовы к чтению текстов, построенных на игре слов и различных нелепицах. Многие в 6 лет сами начинают читать свои первые книжки. В этом возрасте знакомство с веселыми приключениями героев книг способствует развитию чувства юмора, а также готовит ребенка к школе. Очень важно на этом этапе поддержать любовь к чтению, используя правильные произведения.

**Игровой фольклор, прибаутки:** «Братцы, братцы!..», «Федул, что губы надул?..», «Сбил, сколотил — вот колесо...», «Ты пирог съел?».

**Небылицы:** «Вы послушайте, ребята...», «Богат Ермошка».

**Сказки и былины:** «Илья Муромец и Соловей-разбойник»; «Садко»; «Добрыня и Змей»; «Снегурочка»; «Василиса Прекрасная», «Не плюй в колодец — пригодится воды напиться»; «Айюга»; «Беляночка и Розочка», Ш.

Перро «Мальчик-с-пальчик», «Кот в сапогах»; П. Ершов «Конек-Горбунок»; А. Пушкин «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях»; А. Ремизов «Гуси-лебеди»; Н. Носов «Бобик в гостях у Барбоса»; К. Паустовский «Теплый хлеб»; А. Усачев «Про умную собачку Соню»; Г. Андерсен «Гадкий утенок», «Дюймовочка»;

**Поэзия:** С. Городецкий «Первый снег», «Весенняя песенка»; В. Жуковский «Жаворонок»; А. Пушкин «Птичка»; Ф. Тютчев «Весенние воды»; А. Фет «Уж верба вся пушистая»; Э. Мошковская «Какие бывают подарки», «Хитрые старушки», «Обида»; И. Токмакова «Мне грустно...»; Э. Успенский «Страшная история»; Д. Хармс «Веселый старичок»; Я. Аким «Апрель»;

**Проза:** А. Куприн «Слон»; Д. Мамин-Сибиряк «Медведко»; М. Зощенко «Великие путешественники»; М. Пришвин «Курица на столбах»; А. Раскин «Как папа бросил мяч под автомобиль», «Как папа укрощал собачку».

## **ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

### **или книги, которые полезно прочесть всем родителям**

Проблемы во взаимоотношениях с детьми бывают у всех. Родители иногда чувствуют бессилие, когда не могут «достучаться» до сына или дочери. Возможно, все дело в том, что взрослые не всегда знают, как донести до ребенка свои мысли и чувства и как понять его?

Мы подобрали для вас, уважаемые родители, список книг, которые помогут вам лучше понять своего ребенка, наладить с ним взаимоотношения и не тратить время на скандалы. Благодаря этим книгам вы узнаете, каким образом ребенок осваивает пространство окружающего мира, сможете понять всю сложность и важность личностных задач, которые приходится решать маленькому человеку, исследующему мир взрослых и создающему свой собственный мир.

В книгах коротко и ясно описаны эффективные приёмы взаимодействия с детьми.

Авторы приводят жизненные примеры, показывают, как преодолеть стресс и чувство гнева, как повысить детскую самооценку и привить ребенку самостоятельность и ответственность, как разрешать семейные конфликты.

- «Общаться с ребенком. Как?» Гиппернейтер Ю.Б.
- «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» Гиппенрейтер Ю. Б.
- «Как любить ребенка» Януш Корчак.
- «Право ребенка на уважение» Януш Корчак.
- «Тайная опора: привязанность в жизни ребенка» Людмила Петрановская.

- «Французские дети не плюются едой» Памела Друкерман.
- «От двух до пяти» К. И. Чуковский.
- «Мы, наши дети и внуки» Б. П. и Л. А. Никитины.
- «Книга для родителей» Антон Макаренко.
- «Педагогика для всех» Симон Соловейчик.
- «Секретный мир детей в пространстве мира взрослых» Мария Осорина.
- «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили» Фабер Адель, Мазлиш Элейн.
- «Свободные родители, свободные дети» Фабер Адель, Мазлиш Элейн.
- «После трёх уже поздно» Масару Ибуку.
- «Не упускайте своих детей. Почему родители должны быть важнее, чем ровесники». Гордон Ньюфелд, Габор Матэ.
- «Азбука для родителей. Как договориться с ребенком в любой ситуации» Аллан Фромм.
- Г.Г. Демирчоглян, А.Г. Демирчоглян Улучшаем зрение. Книга-тренажёр для сохранения детского зрения.
- М. Норбеков 100%-е зрение неожиданно и интересно.

## **СЛОВАРЬ-СПРАВОЧНИК**

*Адаптация* – это процесс приспособления организма к новым условиям.

*Амблиопия* («ленивый глаз») — ослабление зрения функционального характера.

*Аметропия* – нарушение рефракции.

*Астигматизм* – возникает вследствие неправильной (не сферичной) формы роговицы (реже хрусталика). В результате вместо четкого изображения человек видит искаженное изображение, в котором одни элементы ясно видимые, другие – размытые.

*Бинокулярное зрение* – зрение двумя глазами, при котором изображения, получаемые на сетчатке правого и левого глаза, объединяются в одну общую картину.

*Ведущая деятельность* – это деятельность, с которой на данном этапе развития человека связано возникновение важнейших психических новообразований (эмоциональное общение, предметная деятельность, игра, учебная деятельность).

*Демонстративность* – повышенная потребность во внимании к себе, стремление всегда быть в центре внимания.

*Гиперметропия* – (дальнозоркость) нарушение рефракции, выражающееся в том, что чёткое изображение объекта фокусируется за сетчаткой глаза,



проявляющаяся в неспособности четко видеть вблизи.

*Импульсивность* – склонность к совершению необдуманных случайных действий.

*Коммуникативные навыки* – это навыки эффективного общения. Сюда обычно относят легкость установления контакта, поддержание разговора, умение договариваться.

*Косоглазие* - постоянное или периодическое отклонение зрительной оси глаза от точки фиксации, что приводит к нарушению бинокулярного зрения. Косоглазие проявляется внешним дефектом – отклонением глаза/глаз к носу или виску, вверх или вниз. Кроме этого, у пациента с косоглазием могут отмечаться двоение в глазах, головокружения и головные боли, снижение зрения, амблиопия. Диагностика косоглазия включает офтальмологическое обследование и неврологическое обследование. Лечение косоглазия проводится с помощью очковой или контактной коррекции, аппаратных процедур, плеоптических, ортоптических и диплоптических методик, хирургической коррекции.

*Миопия* – (близорукость) нарушение рефракции, выражающееся в том, что чёткое изображение объекта фокусируется перед сетчаткой глаза, проявляющаяся в неспособности четко видеть вдаль.

*Монокулярное зрение* – видение преимущественно одним глазом (при тотальной слепоте второго глаза или из-за разницы остроты зрения в глазах). При монокулярном зрении нет возможности адекватно оценить размеры предметов, ребёнок испытывает трудности в усвоении пространственных соотношений.

*Мотивация* – это внутреннее или внешнее побуждение к действию ради достижения какого-либо результата.

*Негативизм* – противодействие требованиям окружающих.

*Общение* – это процесс установления и развития контактов между людьми.

*Одновременное зрение* - изображение воспринимается двумя глазами, но не сливается в единую цельную картину.

*Окклюдер* (окклюзия)- специальные глазные детские пластыри, которые применяются во время лечения амблиопии и косоглазия у детей.

*Окклюзивное лечение* – ношение окклюдера по назначению врача.

*Оптическая коррекция* – ношение очков, линз.

*Острота зрения* – есть способность замечать объекты внешнего мира, различать их форму и мелкие детали.

*Очки* – самый распространённый из оптических приборов, предназначенных для коррекции человеческого зрения при оптических несовершенствах глаза, либо для защиты глаз от различных вредных воздействий. Очки состоят из

линз (стеклянных или пластиковых), удерживаемых оправой с прикреплёнными к ней дужками. Очки подбираются врачом-офтальмологом. При миопии линзы очков рассеивающие, при гиперметропии – собирательные, при астигматизме – сложные очки: в них по разным диаметрам стёкла имеют различную кривизну собирательного и рассеивающего характера.

*Познавательные процессы* – это психические процессы, обеспечивающие получение, хранение и воспроизведение информации, знаний из окружающей среды (ощущение, восприятие, представление, память, внимание, мышление, речь, воображение).

*Поле зрения* – пространство, все точки которого одновременно видны при неподвижной голове и неподвижном взгляде.

*Рефракция* – преломляющая способность глаза.

*Самоконтроль* – способность к сознательному управлению своим поведением.

*Сопутствующее заболевание* – заболевание, которое не имеет причинно-следственной связи с основным заболеванием, уступает ему в степени необходимости оказания медицинской помощи, влияния на работоспособность, опасности для жизни и здоровья.

*Социальная адаптация* – приспособление к жизни в обществе.

*Стресс* – реакция организма на необходимость приспособливаться к неблагоприятным или резко изменяющейся ситуации.

*ФРЗ* – функциональные расстройства зрения.

### Вопросник для родителей.

*Цель вопросника* – помочь родителям обратить внимание на основные моменты в поведении вашего ребенка. Вопросы эти применимы к детям от трех до шести лет. И чем старше ребенок в этом возрастном пределе, тем они полезнее.

#### *Вопросы.*

1. Легко ли рассмешить вашего ребенка?
2. Как часто он капризничает? Реже одного-двух раз в неделю?
3. Ложится ли спать спокойно, не выводя из терпения всех домашних?
4. Все ли он ест, достаточно ли, не капризничает ли при этом?
5. Имеются ли у него друзья, которые хорошо относятся к нему и с которыми он охотно играет?
6. Часто ли он выходит из себя?
7. Всегда ли нужно присматривать за ним?
8. Удастся ли ему ночью не мочиться в постели?
9. Нет ли у него привычек сосать большой палец, часто хныкать или слишком много фантазировать?
10. Можете ли оставить его где-то одного, не опасаясь, что он расплачется, да так, словно покидаете его навсегда?
11. Хорошо ли он ведет себя со сверстниками, не нуждается ли при этом в особом присмотре с вашей стороны?
12. Нет ли у него каких-нибудь незначительных страхов?

Посмотрите, сколько «Да» и сколько «Нет» в ваших ответах.

Если преобладают отрицательные ответы, непременно обратитесь к психологу. А если же, напротив, больше положительных ответов, вам остается только поздравить себя с хорошим результатом. И не переживайте чересчур из-за некоторых отрицательных ответов, а то их станет еще больше.

### Тест для родителей «Мой стиль воспитания ребенка в семье»

#### *Инструкция:*

«Из трех ответов по каждому вопросу выберите тот, который более соответствует вашему обычному родительскому поведению».

1. Ребенок капризничает за столом, отказывается, есть то, что всегда ел. Вы:
  - а) дадите ребенку другое блюдо;
  - б) разрешите выйти из-за стола;
  - в) не вступите из-за стола до тех пор, пока все не съест.

2. Ребенок, вернувшись с прогулки, расплакался, обнаружив, что потерял во дворе свою старую любимую игрушку – плюшевого медведя. Вы:
- а) идете во двор и ищете игрушку ребенка;
  - б) погрустите вместе с ребенком о его утрате;
  - в) успокоите ребенка словами: “не стоит расстраиваться из-за пустяков”.
3. Ребенок смотрит телевизор вместо того, чтобы выполнять полученное им в детском саду задание. Вы:
- а) без слов выключите телевизор;
  - б) спросите, что необходимо ребенку, чтобы начать делать задание;
  - в) пристыдите ребенка за несобранность.
4. Ребенок оставил все игрушки на полу, не пожелав их убрать. Вы:
- а) уберете часть игрушек в недоступное для ребенка место: «пусть поскучает без них»;
  - б) предложите свою помощь в уборке, типа: «я вижу, что тебе скучно делать это одному...», «я не сомневаюсь, что твои игрушки слушаются тебя...»;
  - в) накажите ребенка лишением игрушек.
5. Вы пришли за ребенком в детский сад, ожидая, что он быстро оденется, и Вы успеете зайти на почту, в аптеку. Но он под разными предлогами отвлекается от сборов домой, «тянет» время. Вы:
- а) отчитываете ребенка, показывая свое недовольство его поведением;
  - б) говорите ребенку, что когда он так себя ведет, вы чувствуете раздражение и досаду, воспринимая это равнодушие с его стороны к вашим заботам, сообщаете ему, чего вы ждете сейчас от него;
  - в) пытаетесь сами побыстрее одеть ребенка, отвлекая как-то от шалостей, не забывая при этом постыдить, чтобы пробуждалась совесть.

*Подсчитайте, каких ответов больше – а, б, в.*

«А» - авторитарный стиль воспитания, где мало доверия ребенку и учета его потребностей. Родители, придерживающиеся авторитарного стиля воспитания, тщательно контролируют ребенка, устанавливают жесткие ограничения и правила, обсуждение которых не допускается («Я так сказал!»).

«Б» - стиль воспитания, при котором признается право ребенка на личный опыт и ошибки, акцент – научить его отвечать за себя и свои поступки. Родители осознают свою важность в становлении личности ребенка, понимают, какие требования необходимо диктовать, а какие - обсуждать. В разумных пределах готовы пересмотреть свои позиции, пойти

на компромисс с ребенком.

«В» - стиль воспитания без особых попыток понять своего ребенка, основные методы – порицание и наказание. Проблемы воспитания не являются у родителей первостепенными. Свои проблемы ребенку приходится решать самому («Пусть растет самостоятельным, а мне некогда»). В таких отношениях нет эмоциональной связи.

### **Анкета для родителей «Как узнать, что у ребенка кризис 7 лет»**

*Ответьте на вопросы с максимальной честностью:*

0 – если такое поведение отсутствует у вашего ребенка;

1 – что-то такое вы замечали, но не уверены;

2 – это именно то, что с моим ребенком происходит.

#### *Вопросы*

- Я стала замечать большие изменения в поведении своего ребенка, кажется, он стал совершенно другим.
- Мой ребенок часто не слушает меня и грубит, когда я прошу его не перебивать взрослых.
- Ребенок перестал увлекаться играми, к которым еще недавно проявлял большой интерес.
- Ребенок отказывается ходить в детский сад, в начальную школу.
- Мы часто играем с ним/ней в школу.
- Мой ребенок стал вредничать и настаивать на своей точке зрения.
- Grimасы, кривляние, разговор писклявым голосом – его постоянное поведение.
- Мой ребенок часто конфликтует с родными и близкими. Кажется, его не устраивает абсолютно все.

#### *Анализ ответов*

Просуммировав все ответы, вы получите цифру от 0 до 20.  
*от 11 до 20.*

Ваш ребенок сейчас находится в стадии кризиса 6 – 7 лет. Поэтому вам необходимо пересмотреть свое поведение. Ваши активные действия или пассивное бездействие могут сильно сказаться на воспитании.

*от 6 до 10 баллов.*

Скорее всего, это последствия неправильного воспитания ребенка и возрастной кризис 7 лет пока не начался. Но обратите на это внимание и в ближайшее время постарайтесь откорректировать ситуацию правильным воспитанием.

*от 0 до 5.*

Рекомендуется понаблюдать за поведением ребенка (или обратиться к психологу). Для семилетнего возраста ваш ребенок слишком спокоен. Возможно, кризис 7 лет проходит глубоко внутри, что явно не на пользу вашему ребенку.

### **Гимнастика для глаз**

Игры-тренировки для глаз сделают зрение острым и сильным, как у орла. Или как у индейца! А еще тренировать глаза — это просто весело.

#### **Игра "Заяц"**

Вверх морковку подними, на нее ты посмотри. *(Смотрят вверх)*

Только глазками смотри: вверх-вниз, вправо-влево. *(Глазами смотрят вверх-вниз, вправо-влево)*

Ай-да, зайнышка, умелый! Глазками моргает. *(Моргают глазками)*

Глазки закрывает. *(Глазки закрывают)*

Зайчики морковки взяли, с ними весело плясали. *(Прыгают, как зайчики)*

#### **Игра "Белка"**

Белка дятла поджидала, *(Перемещают взгляд вправо-влево)*

Гостя вкусно угощала.

Ну-ка дятел посмотри! *(Смотрят вверх-вниз)*

Вот орехи-1,2,3. *(Глазки влево-по центру-вправо)*

Пообедал дятел с белкой *(Моргают глазками)*

И пошел играть в горелки.

#### **Игра "Стрекоза"**

Вот такая стрекоза - как горошины глаза. *(Пальцами делают очки)*

Влево-вправо, назад-вперед. *(Глазами смотрят вправо- влево)*

Ну, совсем как вертолет. *(Круговые движения глазами)*

Мы летаем высоко. *(Смотрят вверх)*

Мы летаем низко. *(Смотрят вниз)*

Мы летаем далеко. *(Смотрят вперед)*

Мы летаем близко. *(Смотрят вниз)*

#### **Игра "Кошка"**

Вот окошко распахнулось, *(Разводят руки в стороны)*

Кошка вышла на карниз. *(Имитируют мягкую, грациозную походку кошки)*

Посмотрела кошка вверх. *(Смотрят вверх)*

Посмотрела кошка вниз. *(Смотрят вниз)*

Вот налево повернулась. *(Смотрят влево)*  
Проводила взглядом мух. *(Взглядом проводят «муху» от левого плеча к правому)*  
Потянулась, улыбнулась  
И уселась на карниз. *(Приседают)*  
Глаза вправо отвела, *(Смотрят вправо)*  
Посмотрела на кота. *(Смотрят прямо)*  
И закрыла их руками. *(Закрывают глаза руками)*

## ЛИТЕРАТУРНЫЕ ИСТОЧНИКИ

- Азбука тифлопедагога, словарь-справочник, ООО «ИПТК «Логосвос» - Москва, 2016
- Е.К. Лютова, Г.Б. Моница Шпаргалка для взрослых. СПб, Речь, 2000
- Примерная адаптированная основная программа для детей дошкольного возраста с нарушением зрения под ред. Н.Н. Яковлевой, А. М. Витковской - СПб АППО, 2015
- Программа воспитания и обучения детей в детском саду под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. М., Мозаика-синтез, 2005 г./ От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования. ФГОС. М., Мозаика-синтез, 2019 г.
- Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»)
- Фомичёва Л.В. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием. Одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию 07.12.2017 г, протокол 6/17
- Е.А. Чевычелова Зрительная гимнастика для детей 2-7 лет, Волгоград, издательство «Учитель», 2012 г.
- Статья Л.Чудко Что нам делать с трудным ребёнком? Газета «Комсомольская правда» 15.12.2004