

## Консультация для родителей

### Я сам! (возраст от 3-х до 4-х лет): психологический портрет ребенка

В период, от двух с половиной до трех с половиной лет ребенок переживает так называемый **кризис 3-х лет**. Он впервые начинает осознавать себя отдельным человеческим существом, имеющим собственную волю. **Поэтому необходимо свести к минимуму попытки взрослых навязать или запретить детям что-либо.** Если взрослый всегда придерживается одних и тех же правил и требований, дети быстро усваивают границы желательного и нежелательного поведения.

Несмотря на то, что дети **рассчитывают на поддержку и помощь взрослого**, они **отстаивают свою независимость** от других. Они чувствуют себя вполне самостоятельными и компетентными и в то же время понимают свою зависимость от взрослых. Их внутренний мир наполнен противоречивыми чувствами уверенности и сомнения, самоуважения и смущения, страха и всемогущества, враждебности и сильной любви, гнева и мягкости, инициативы и пассивности. Дети борются за самостоятельность и уважение к себе и в то же время ожидают, что взрослые будут направлять их и поддерживать. Трехлетки так же нуждаются в том, чтобы им была предоставлена возможность осуществить выбор и чувствовать, что их призывают к дисциплине такими способами, которые не ущемляют их достоинство.

Общаться с детьми, переживающими кризис, нелегко. Их поведение – это непрерывная **череда волеизъявлений**, которые выражаются в виде бесконечных «Я хочу!», «Я не хочу», «Я не буду!». Важно понять, что **это не капризы**, а проявление того, что малыш начинает воспринимать себя как вполне самостоятельного, отдельного от других, в том числе и взрослых, человека. Дети, проходящие кризис, **требуют уважения к себе, своим намерениям и воле.** Их упрямство, как правило, имеет целью продемонстрировать окружающим, что эта воля у них есть. Различные качества – умный, умелый, добрый, храбрый – они теперь относят к себе, и для них очень важно, чтобы взрослые положительно их оценивали.

Часто так называемые ужасные трехлетки обязаны своей репутацией бесконечным заявлениям, связанных со словом «нет». «Ты хочешь пойти с мамой в магазин?» - «Нет». «Мы сейчас поспим немножко?» - «Нет». Взрослые, задавая подобные вопросы, действительно хотят получить на них ответ, а дети чувствуют свою значительность, отклоняя просьбы взрослых, - и именно от этого получают удовлетворение.

**Требования взрослых в ряде случаев должны приводиться в жизнь не зависимо от мнения детей.** В этом случае проще переориентировать малыша, чем вступить с ним в конфронтацию. Например, ребенок не хочет уходить с игровой площадки. Взрослый может сказать: «Ты знаешь, что мы сейчас собираемся делать? Мы пойдем домой и будем...» В то время, как малыш поглощен разговором, вы уже дошли до подъезда. От взрослого требуется в этот период большое терпение.

В этом возрасте трехлетний малыш **не извлекает урока из оскорблений.** В присутствии наказывающих взрослых дети приучаются беспокойно съеживаться, а позже вымещают агрессию на товарищах по играм.

Самостоятельность и стремление к независимости зачастую становятся причиной **обострения взаимоотношений со сверстниками**, поскольку каждый стремится настоять на своем.

Трехлетний ребенок - **это неутомимый деятель.** Он постоянно готов что-либо строить, с удовольствием будет заниматься любым продуктивным трудом – клеить, лепить, рисовать. В то же время он еще не готов выслушивать долгие рассказы о чем-то, что не может

непосредственно воспринимать. Он активно исследует и познает то, с чем может практически что-то делать. Его способность наблюдать и делать простейшие выводы стала более совершенной.

Ребенок начинает **получать удовольствие от того, что он что-то умеет**, гордится своими умениями. Поэтому, научившись клеить, он может постоянно наклеивать одну бумажку на другую, осваивая новый способ деятельности и наслаждаясь собственной умелостью. Интерес к средствам и способам практических действий создает в этом возрасте уникальные возможности для становления ручной умелости. Не случайно в так называемых традиционных культурах детей именно с 3-х лет начинали учить пользоваться охотничьим ножом, управлять парусом. Дети с удовольствием будут упражняться во вновь освоенном способе действий, если взрослый попросит их показать ему, как надо это делать, научить его.

Если в 2 года ребенок доволен любимыми результатами своей деятельности, то в 3 года он становится **более критичен и более реально оценивает их**. Он уже может оценить, что у него получится, и сопоставить результат с образом цели, который теперь становится у него более ясным. Появляется стремление к более совершенному результату. Поэтому ребенок уже может огорчиться, если у него не получается задуманное.

Источником развития и расширения кругозора и представления ребенка об окружающем мире является непосредственное наблюдение. Поэтому важно заботиться о том, чтобы его опыт был как можно более разнообразным.

### Становление образа-Я

Образ-Я, т.е. представление ребенка о себе самом, включая знания о себе, о том, какой он есть, и отношение к себе, например, довольство и недовольство собой. Примерно около 3-х лет ребенок **начинает понимать, кто он и какой он**. У него **появляются вполне определенные знания и представления о себе, а так же отношения к себе**.

Если трехлетнего ребенка спросить: «Ты мальчик или девочка? Есть ли у тебя пальчики на ногах? Умеешь ли ты бегать?» - мы получим, как правило, быстрый и верный ответ. Сами называть присущие им качества дети еще не могут. Но они обнаруживают четкое согласие или несогласие с предлагаемыми характеристиками. На вопрос «Ты красивая или некрасивая? Ты дерешься или не дерешься?» - дети четвертого года утверждают, что они красивые и никогда не дерутся и категорически отрицают обратное. Но такая определенность наблюдается относительно не всех качеств. Многие дети этого возраста соглашаются и с тем, что они красивые, и с тем, что они жадные. Это происходит потому, что ребенок еще может не представлять себе эти качества или не воспринимать себя с этой стороны. Отношение к себе в этом возрасте, как правило, положительное - все считают себя хорошими.

Знания и представления ребенка о себе далеко **не всегда могут соответствовать действительности**. Но он видит себя именно таким, и с этим обстоятельством следует считаться. То, что дети о себе знают, и то, насколько верны эти знания, влияет на их действия и успешность в этих действиях. Ребенок, который без основания считает себя сильным и ловким, может взяться за непосильное дело и тяжело переживать неуспех.

Становление образа-Я происходит стихийно. Основным недостатком при таком возникновении знаний о себе является то, что они случайные, неполные и отрывочные, а иногда и неверные. Поскольку ребенок добывает их самостоятельно, схватывая то, что о нем говорят взрослые, и как-то осозная свой опыт и т.п. Такое стихийное становление может приводить к плачевным результатам за пределами дошкольного возраста.

В свою очередь, общее положительное отношение к себе выражается в ощущении собственной значимости, в гордости за свои достижения, в стремлении к превосходству. Для нормального развития образа-Я малышам четвертого года жизни необходимы переживания успеха и атмосфера общего одобрения взрослого.

## Взаимоотношения со сверстниками

В этом возрасте сверстники не имеют большого значения для малыша. Но если ребенок находится в детской группе, он вынужден как-то соотносить с ними свои действия, желания, проявления эмоций.

Во взаимоотношениях со сверстниками на четвертом году жизни большую роль играет детская игра. Она начинает стимулировать эпизодические **игровые конфликты**, заимствование у сверстника игровые цели и способы. И одновременно приводит к частым конфликтам из-за игрушки, но не потому, чтобы ей просто завладеть, а потому, что она (игрушка) реально нужна ему по ходу и смыслу собственной игры.

Источником конфликтов могут быть и дети, которые не умеют занять себя и поэтому пристают к другим малышам, и мешают им. Конфликты могут также возникать и из-за "расхождения во взглядах" детей на способ выполнения какого-либо игрового действия.

## Дальнейшее развитие продуктивного целеполагания

На четвертом году жизни продолжает развиваться продуктивное целеполагание. **Между отдельными целями появляется связь**. Например, мальчик собирает из конструктора машину, а затем делает для нее гараж.

Появляется интерес к образцам и возможность воспроизводить их. **Образ конечного результата деятельности становится более определенным**. Теперь ребенок стремится построить не просто дом, а хороший дом. Все это формирует психологическую готовность к овладению приемами и способами достижения своих целей. Например, тот, кто хочет построить устойчивую башню, прислушается к совету всегда ставить меньший кубик на больший, а не наоборот.

Но **интерес** трехлетнего малыша к овладению новым способом целиком **зависит** от того, **нужно ли это для достижения стоящей в данный момент цели**. Поэтому дети охотно включаются в овладение новым способом, когда у них проявляется соответствующая ему цель и стремление реализовать ее. Другими словами, сложно научить ребенка рисовать правильно и красиво цветок, если, например он хочет рисовать машинку. В этом случае целесообразней пробовать показывать малышу, как рисовать колесо круговыми движениями (если он еще не умеет этого делать).

Лучшему **овладению способа действий** очень способствует понимание ребенком того, как он действует, т.е. **посредством осознания своих действий**. Такое осознание происходит, если малыш объясняет кому-то как он делает что-то. Просьба взрослого научить его делать то, что у ребенка "так хорошо получается", создает для этого прекрасные условия. Дети трехлетнего возраста охотно откликаются на нее. При этом неважно как именно ребенок будет учить взрослого, главное то, что ребенок мысленно обратился к тому, что и как он сделал!

## Психические процессы

**Восприятие.** Продолжается развиваться. Увеличивается острота зрения и способность различать цвета. Предметы и явления воспринимаются в основном целостно. Появляется способность зрительно разделить предмет на части: так, в выложенном на столе домике из 4-х кубиков с большим треугольником сверху ребенок легко узнает облик крыши и стен.

**Внимание.** Объем внимания ребенка данного возраста не превышает 1 объекта. Устойчивость внимания возрастает, но по-прежнему зависит от интереса (на интересном для него занятии ребенок может сосредоточиться до 50 мин, за неинтересным, выполняемым индивидуально по заданию и в присутствии взрослого, до 25 – 30 мин с перерывом). Способность ребенка управлять своим вниманием очень невелика. По-прежнему трудно направлять его внимание с помощью слов, т.к. маленький ребенок психологически не в состоянии быть внимательным к

тому, что ему не интересно. Переключение внимания с помощью слов часто требует неоднократного повторения.

**Память.** Дети 3 – 4 лет хорошо запоминают то, что им интересно, или то, что им понравилось: песенку, стихотворение, событие. Часто они запоминают даже такие стихи и песни, смысл которых они еще не понимают. В то же время попытки давать им какие-либо поручения, например, пойти и попросить что-то у другого человека, очень часто оканчиваются тем, что придя на место ребенок напрочь забывает, зачем он пришел.

Процессы памяти остаются в этом возрасте еще не произвольными, т.е. ребенок не может специально поставить перед собой задачу и запомнить то, что не запоминается само собой. В них продолжает преобладать узнавание.

**Речь** у детей в этом возрасте продолжает оставаться ситуативной и диалогичной, но становится более сложной и развернутой. Словарный запас увеличивается за год в среднем до 1500 слов. Индивидуальные различия колеблются от 600 до 2300 слов.

В речи детей четвертого года присутствует одна особенность. Занимаясь каким-либо делом, они часто сопровождают свои действия малопонятной для окружающих негромкой речью – «приборматыванием». Такие разговоры с собой имеют огромное значение для развития детей. С их помощью ребенок пытается наметить и удержать в памяти поставленные им цели, строить новые планы, обдумывает пути их достижения, иногда он выполняет отдельные действия только на словах.

**Мышление** детей носит наглядно-образный характер. Это означает, что ребенок способен манипулировать образами, представив в уме не сложные манипуляции с кубиками, машинами и т.д. При этом сфера познавательной деятельности по-прежнему сосредоточена на реальном мире, непосредственно окружающем его в данный момент.

**Эмоции** достаточно яркие, непосредственные, легко переключаемые. Эмоции достаточно сильные, но поверхностные. Ребенок еще не умеет скрывать своих переживаний. Он по-прежнему зависим от своего физического состояния (утомлен, голоден, что-то болит и т.п.). Новыми источниками отрицательных эмоций становятся конфликты со взрослыми по поводу волеизъявления ребенка или конфликты со сверстниками по поводу обладания игрушками. Дети получают больше удовольствия от разнообразной продуктивной деятельности. Они хотят клеить, лепить, строить, рисовать, помогать по хозяйству взрослым. Теперь ребенок не только плачет, если он упал и ушибся, но и бурно реагирует на неудачу в деятельности (упала башня из кубиков, которую он построил.)

В целом на 4-м году жизни дети чаще ведут себя агрессивно, чем на 3-м и 5-ом. Их эмоциональное состояние менее стабильно, настроение подвержено перепадам, они не склонны выражать сочувствие друг к другу. Но это временное явление. Не порицая детей, продолжайте подавать им пример сопереживания по отношению друг к другу. На следующем возрастном этапе эта работа принесет свои плоды.

### Как взаимодействовать с ребенком от 3-х до 4-х лет

1. Сведите к минимуму попытки навязать или запретить что-либо детям. Если вы всегда придерживаетесь одних и тех же правил и требований, дети быстро усваивают границы желательного и нежелательного поведения.
2. Призывая трехлетнего малыша к дисциплине, используйте те способы, которые не ущемляют его достоинство.
3. Устанавливайте простые и понятные нормы жизни для ребенка, которые обеспечивают его безопасность и защиту, но при этом не мешают его исследовательской деятельности.
4. Не задавайте детям вопросы, на которые не хотите получить отрицательный ответ, и не спрашивайте, например, хочет ли ребенок пойти с вами к врачу, пока вы не будете готовы принять его «нет» в качестве ответа. Просто сообщите ему, что вы идете, и что там его ждет что-то хорошее. Если же в этом посещении нет ничего привлекательного для ребенка, то придумайте что-нибудь.

5. Помните, чем строже вы будете вести себя с детьми, тем упрямее и несноснее они будут становиться!
6. Не вступайте с детьми в конфронтацию. Вместо этого просто переориентируйте их. Важно обращаться с ребенком мягко, без физического принуждения.
7. Помните, физические наказания - это проигрышная позиция, вне зависимости от того, применяется ли она постоянно или время от времени! Дети не извлекают урока из оскорблений. В присутствии наказывающих взрослых дети приучаются беспокойно съезживаться, а позже вымещают агрессию на товарищах по играм.
8. Показывайте детям способы разрешения конфликтов, позволяющих учитывать интересы всех сторон, а также учите детей договариваться.
9. Когда будет особенно тяжело, вспоминайте, что период кризиса обязательно закончится, и дети станут более миролюбивыми, благоразумными.
10. Формируйте у ребенка объективное отношение к своим успехам и промахам:
  - необходимо научить ребенка различать общее положительное отношение к нему взрослого и характеристику (оценку) его конкретного результата или действия. Оценки должны быть объективными, в некоторых случаях критическими;
  - помочь ребенку увидеть себя со стороны и осознать свои негативные действия, разъяснив ему, в чем он не прав, и высказать ему свое неодобрение.
11. Предоставьте ребенку возможность заниматься любым продуктивным трудом – клеить, лепить, рисовать.
12. Не торопясь, подробно показывайте детям правильные способы осуществления действий.
13. Совершенствуйте навыки самообслуживания малыша. Если именно в этом возрасте вы научите правильно мыть и вытирать руки, чистить зубы, полоскать рот после еды, складывать одежду в шкаф, в дальнейшем они будут педантично придерживаться заведенного порядка.
14. Показывайте детям способы, как улучшить их работу.
15. Формируя у ребенка знания о себе, рассказывайте малышу о нем самом: каким он был раньше, когда был совсем маленьким, какой родился, как развивались его навыки (ходить, говорить), как он играл, что и кого любил или не любил, о событиях, участником которых он был - это позволяет складывать историю его жизни.
16. Расширяя кругозор ребенка, планируйте экскурсии по городу и учитывайте реальные познавательные интересы детей. Если это мальчик, то, скорее всего, его будут интересовать подробности устройства автомобиля, чем домашнее хозяйство.
17. Развивайте наблюдательность ребенка, память.

### **Ориентиры возрастного развития: к четырем годам ребенок может**

1. Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное взрослым направление; выполнять задание взрослого: остановиться, присесть, повернуться; бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп в соответствии с указаниями взрослого; сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
2. Ползать на четвереньках, лазить по гимнастической лесенке и лесенке-стремянке произвольным способом; энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.
3. Катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками от груди и из-за головы; ударять мяч об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5 м.
4. Группировать предметы по цвету, форме и величине; составлять группы из однородных предметов и выделять один предмет из группы.
5. Находить в окружающей обстановке один и много одинаковых предметов; сравнивать два контрастных по величине предмета, используя приемы наложения, приложения их друг к другу; знают понятия и могут показать предметы в соответствии с критериями "длинный - короткий", "широкий - узкий", "высокий - низкий".
6. Различать круг и квадрат, предметы, имеющие углы и круглую форму.

7. Понимать слова: впереди - сзади, вверху - внизу, слева - справа, на, над - под, верхняя - нижняя (полоска).
8. Заинтересованно слушать знакомые и новые сказки, стихи, рассказы; рассказывать содержание произведения с опорой на картинку в книге, на вопросы взрослого; называть произведение, прослушав отрывок из него; читать наизусть небольшие стишки при минимальной помощи взрослого.
9. Проявлять эмоциональную отзывчивость при восприятии иллюстрации, произведений народного творчества, игрушек, объектов и явлений природы, радоваться созданным ими индивидуальным и коллективным работам.
10. В рисовании: знать и называть материалы, которыми можно рисовать, цвета (красный, синий, зеленый, желтый, белый, черный, розовый, голубой, серый), названия народных игрушек (матрешка, дымковская игрушка); уметь изображать отдельные предметы, простые по композиции и содержанию сюжеты; подбирать цвета, соответствующие изображаемым предметам; правильно пользоваться карандашами, фломастерами, кистью и красками.
11. В лепке: знать свойства пластических материалов (глина, пластилин, пластическая масса), понимать, какие предметы из них можно вылепить; уметь отделять от большого куска глины небольшие комочки, раскатывать их прямыми и круговыми движениями ладоней; лепить различные предметы, состоящие из 1-3 частей, используя разнообразные приемы лепки (сплющивать шар, соединять концы деталей).
12. В аппликации: уметь создавать изображения предметов из готовых фигур; украшать заготовки из бумаги разной формы; подбирать цвета, соответствующие изображенным предметам и по собственному желанию; аккуратно использовать материалы; некоторые дети умеют пользоваться ножницами (разрезать бумагу по прямой линии).
13. В конструировании: знать, называть и использовать детали строительного материала; уметь располагать кирпичики и пластины вертикально; изменять постройки, надстраивая или заменяя одни детали другими; различать части постройки по величине (большая-маленькая, длинная-короткая, высокая-низкая, узкая-широкая).
14. Слушать музыкальное произведение до конца, узнавать знакомые песни, различать звуки по высоте, замечать изменение в звучании (тихо-громко).
15. Петь, не отставая и не опережая друг друга; различать и называть детские музыкальные инструменты (металлофон, барабан и др.).
16. Выполнять танцевальные движения: кружиться в парах, притоптывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (флажки, платочки и т.п.).

#### Литература:

1. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014. — 368 с.
  2. Смирнова Е.О. Детская психология - СПб.: Питер, 2009 - 304 с.
  3. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология - М.: Академия, 2001 - 336 с.
  4. Якобсон С.Г. Дошкольник. Психология и педагогика возраста - М.: Дрофа, 2006 - 176 с.
- Интернет –источник: <https://www.b17.ru/article/34621/>