

*Здравствуйте, уважаемые родители!
Спасибо Вам, что остановили свой выбор на нашем
консультационном центре «Доверие».
Мы уверены, что Вы останетесь довольны нашим
сотрудничеством.*

Консультация для родителей:

«Периоды физического становления детей дошкольного возраста»

Периоды физического становления детей дошкольного возраста условно подразделяют:

Младенческий - с рождения до 12 месяцев;

Ранний - с 1 года до 3 лет;

Средний - с 3-6 лет;

Старший - с 6-9 лет.

Каждый из этих периодов подразумевает освоение определенного комплекса навыков, стимуляцию выработки умений и совершенствование уже изученных движений. Каждый ребенок индивидуален и переход между возрастными группами может происходить чуть раньше или позже. Оценка возможностей должна базироваться не столько на возрастных усредненных показателях, сколько на физическом состоянии организма крохи.

Что развиваем у ребенка с рождения до года

Развитие физических способностей на первом году жизни строятся на умениях, которыми обладает ребенок. Беря за основу необходимые для освоения конкретного естественного навыка упражнения, взрослые помогают ему достигать первых важных побед.

Физическое развитие ребенка к 2 месяцам:

- движения рук и ног хаотичные;
- сохраняется гипертонус рук и ног, кулачки крепко сжаты;
- приподнимает головку, лежа на животе;

- учится фиксировать взгляд на неподвижном предмете;
- сильно развиты врожденные рефлексы, благодаря которым младенец адаптируется к окружающей среде, сосательный, поисковый (ищет грудь), хватательный, рефлекс ходьбы, плавательный.

Физическое развитие ребенка к 3 месяцам:

- уверенно держит голову, лежа на животе и в вертикальном положении;
- в положении лежа на животе опирается на предплечья;
- рассматривает и сосет ручки;
- перекачивается со спины на бок;
- пытается схватить и удержать в руке игрушку, после чего тянет ее в рот.

Физическое развитие ребенка к 4 месяцам:

- самостоятельно или при помощи взрослого, придерживающего его за одну руку, переворачивается со спины на живот (иногда и с живота на спину);
- тянется за предметами, ощупывая их;
- облизывает пальцы, сосет кулачок, с этой же целью пытается дотянуть до рта ножки;
- ритмично дрыгает ножками и переносит на них вес;
- исчезает гипертонус ног.

Физическое развитие ребенка в 5 месяцев:

- долго лежит на животе, опираясь на вытянутые руки, может начинать ползать по-пластунски;
- уверенно переворачивается со спины на живот;
- сидит с поддержкой, спина при этом сильно согнута;
- развлекает себя, играя с собственными ручками и ножками;
- уверенно хватает предметы и подолгу держит их в руках.

Физическое развитие ребенка в 6 месяцев:

- садится из положения на четвереньках;
- переворачивается с живота на спину и со спины на живот;
- встает на четвереньки и раскачивается взад – вперед, готовится к полноценному ползанию (некоторые дети уже ползают);

Физическое развитие ребенка в 7 месяцев:

- хорошо ползает;
- уверенно сидит с прямой спиной;
- подтягивается и пытается встать в кроватке;
- при поддержке за обе руки ровно стоит и может переступить ножками;
- совершенствует мелкую моторику рук, любит пальчиковые игры.

Физическое развитие ребенка в 8 месяцев:

- ползает с большой скоростью и на любые расстояния;
- с опорой встает из положения сидя и опускается;
- может брать мелкие предметы большим и указательным пальцами;
- делает первые попытки передвигаться приставным шагом, держась за опору.

Физическое развитие ребенка в 9 месяцев:

- быстро ползает в разных направлениях, влезает на четвереньках на подушку, возвышения, пытается открывать ящики;
- ходит, держась за опору;
- садится из положения лежа и ложится из положения сидя;
- повторяет движения за взрослым – поднимает и опускает руки, хлопает в ладоши.

Физическое развитие ребенка в 10 месяцев:

- хорошо ходит вдоль опоры;
- идет вперед при поддержке за обе руки;
- совершенствует уже знакомые ему движения и действия, развивает координацию и ловкость.

Физическое развитие ребенка в 11 месяцев:

- самостоятельно стоит;
- хорошо ходит за одну руку;
- делает первые шаги;
- нагибается при поднимании предмета без приседания;
- приседает без опоры.

Физическое развитие ребенка в год:

- самостоятельно встает, садится;
- ходит самостоятельно или с поддержкой с одной стороны;
- выполняет действия заученные ранее, играя с игрушкой.

С уважением, инструктор по физической культуре

Кушнова Жанна Петровна