

ЛАРИСА СУРКОВА

ОТ 3  
ДО 7 ЛЕТ

ИНТЕНСИВНОЕ ВОСПИТАНИЕ  
И РАЗВИТИЕ

Дополненное издание



Издательство АСТ  
Москва

УДК 159.9  
ББК 88.5  
С90

**Суркова, Лариса.**

С90 От 3 до 7 лет: интенсивное воспитание и развитие / Лариса Суркова. — 2-е изд., доп. — Москва: Издательство «АСТ», 2017. — 240 с.

ISBN 978-5-17-982998-0.

Ваш ребенок подросток, он уже говорит, читает, активно познает мир, и вам кажется, что он уже большой и самостоятельный? Поверьте, это не так! Ему по-прежнему нужна ваша помощь, поддержка и защита. В это время в жизни ребенка происходят серьезные перемены: он начинает активнее общаться со сверстниками, идет в детский сад, потом – в школу. И понимание со стороны родителей для него крайне важно!

В этой книге Лариса Суркова поднимает многие актуальные вопросы, связанные с этим периодом жизни ребенка:

- как хвалить и поощрять ребенка;
- как реагировать на истерики;
- как решить проблему нарушения пищевого поведения;
- как выбрать детский сад и школу;
- как помочь ребенку адаптироваться в школе;
- как не «перегрузить» ребенка кружками и пр.

Книга дополнена новыми главами и рекомендациями!

**УДК 159.9**  
**ББК 88.5**

ISBN 978-5-17-982998-0.

© Суркова Л.  
© ООО «Издательство АСТ»

# ВВЕДЕНИЕ

Здравствуйтесь, уважаемые читатели! Я рада, что у нас состоялась новая встреча и вы вновь держите в руках мою книгу. Кто я? Просто Лариса Суркова, мама пяти прекрасных детей, а заодно кандидат психологических наук. Почему именно в таком порядке? Потому что дети — это самое лучшее, что со мной приключилось в жизни. Именно их появление помогло мне продвинуться в профессиональном плане, открыть в себе новые грани, по-новому взглянуть на такую науку, как психология. Ведь психология — это сложная, во многом теоретическая дисциплина, и именно материнский опыт помог мне увидеть, в чем скрыта истина, чем может быть полезна эта замечательная наука.

Эта книга о детях в чудесном возрасте от 3 до 7 лет. Именно в это время происходит множество интересных событий в их жизни. Они становятся взрослее, многому учатся и преодолевают два больших этапа — дошкольник и школьник. Я обожаю этот возраст (хотя, по моему, я пишу это в каждой книге), с ними так интересно! У детей появляется чувство юмора, семимильными шагами развивается мышление,

они способны создавать в уме оригинальные логические цепочки. Я желаю и вам получать удовольствие от общения со своими детьми и развиваться вместе с ними!

И по доброй книжной традиции, хочу сказать спасибо моему любимому мужу Петру Павлу (да, у него двойное имя, и это всех удивляет). Моим замечательным детям Марии, Глафире, Степану, Евдокии и Матрене. Читателям моих блогов в социальных сетях, которые ежедневно вдохновляют меня и мотивируют двигаться вперед. Всем, кто посещает мои тренинги, группы и индивидуальные занятия. И, конечно, моему терпеливому редактору и подруге Ольге за помощь в подготовке этой книги!

**Приятного вам чтения!**

# Ваш ребенок от 3 до 7 лет

- Какие они, дети от 3 до 7
- Как не сойти с ума в период кризиса 3 лет
- Как пережить кризис 7 лет
- Табу для родителей, или Хотите счастливого ребенка? Не делайте этого!
- Как сделать так, чтобы малыш меньше болел, или Эта загадочная психосоматика
- Как вырастить настоящего мужчину
- Как воспитывать девочку: Принцессой или Золушкой
- Какую роль в жизни ребенка играет правильный режим дня
- Как познакомить ребенка с таким понятием как «время»
- Как мотивировать ребенка выполнять работу по дому
- Как сделать доску мотивации для детей



## КАКИЕ ОНИ, ДЕТИ ОТ 3 ДО 7

Конечно, главная особенность этого возраста — это плавное перетекание из одного кризиса в другой. Обычно именно этот временной отрезок родители называют самым тяжелым и сложным для них. Дети становятся упрямыми, упертыми, и при этом всем они еще ужасные пессимисты. И как их только не называют: «упрямые трехлетки», «маленькие старички», «пятилетние нытики» — читаешь и ужасаешься.

А на самом деле в этот период родители совершают главную и чуть ли не единственную ошибку —

*они вдруг начинают считать своих детей взрослыми, все знающими, понимающими и умеющими.*

А вот дети так совсем не считают! Они любят побыть и «мама, я сам, и больше не целуй меня», и «ой, мамочка, пожалей меня скорее, я малыш».

Итак, о чем хочется напомнить родителям детей этой возрастной группы.

## ДЕТИ В ВОЗРАСТЕ 3-4 ЛЕТ

Или, как любят называть в психологии, младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. С 3 до 4 лет происходят изменения в характере, особенностях и содержании деятельности ребенка, в отношениях со взрослыми и сверстниками. Интенсивно развивается интеллектуальная сфера: ребенок познает эталонные формы, цвета, величины, явления окружающей действительности, задумывается и о самом себе. Преобладающей формой мышления становится наглядно-образная. На данном возрастном этапе дети овладевают грамматическим строем речи, активно экспериментируют со словами. Значительно увеличивается запас слов, дети начинают использовать в речи сложные предложения.

В этом возрасте очень высока потребность в движении, и развитие крупной моторики выходит на первый план. Младшие дошкольники осваивают основные движения. Начинают выработываться физические качества: скорость, сила, координация, гибкость, выносливость.

Есть и такая особенность: дети впервые начинают понимать, что есть «Я», осознавать свое место в обществе, а также свою принадлежность к тому или иному полу. В большей степени проявляется заинтересованность в играх и игрушках, относящихся к их половой группе.

Родителям в этот период жизни малыша можно дать следующие рекомендации: играйте, бегайте и прыгайте вместе со своим ребенком! Или хотя бы не мешайте ему делать это самому! Малыш должен много двигаться!

- Приучайте ребенка ухаживать за собой — причесываться, чистить зубы, ходить в душ. Делайте все, чтобы ребенок побольше играл: ролевые и групповые игры, конструкторы — все хорошо в этом возрасте.
- Используйте возраст «почемучек» в своих интересах: музеи, парки, книги — все то, где можно найти ответы на вопросы, которые еще даже не заданы.
- Чаще общайтесь с людьми — разного возраста, пола, в разных жизненных ситуациях.
- Проводите время наедине с ребенком. Это для него тоже очень важно!
- Не пытайтесь усадить ребенка за чтение, развивающие игры и любые другие виды деятельности, если это преподносится в виде уроков и занятий за партой.

## ДЕТИ В ВОЗРАСТЕ 4-5 ЛЕТ

Это период интенсивного роста и развития организма ребенка. Дети значительно меняются внешне, все больше начинают проявляться

черты взрослого. Малыши овладевают различными способами взаимодействия с другими людьми, лучше ориентируются в человеческих отношениях. Имеют представления о специфике поведения и общения с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах. В процессе игр у детей формируется познавательный интерес, развивается наблюдательность, совершенствуются основные движения.

Ведущим становится познавательный мотив, который проявляется в многочисленных вопросах, стремлении получить от взрослых новую информацию (возраст «почемучек»). Характерна высокая мыслительная активность и любознательность. В этом возрасте ребенок произносит уже все звуки родного языка. Продолжается процесс придумывания новых слов и выражений. Дети могут пересказать небольшие литературные произведения, рассказать об игрушке, картине, о некоторых событиях из жизни.

Рекомендации родителям:

- Продолжайте бегать, прыгать и играть! По-прежнему это очень важно для развития ребенка.
- Развивайте интерес к различным видам игр: это могут быть логические игры, сложные конструкторы, игры с преодолением препятствий, разноуровневые и сложные настольные игры («Монополия», например).

- Пора вводить понятие «этикет» и «нормы поведения». Уже вполне можно объяснять ребенку, что принято и что не принято делать в различных жизненных ситуациях.
- Нагружайте интеллект ребенка! Я всегда советую в этом возрасте смело брать книги с рекомендациями «от 7 лет». Дети в этом возрасте очень склонны к анализу и легко включаются в обсуждение книг.
- Домашние обязанности, помощь взрослым — уже пора! Вводите понятие о труде, о том, чем занимаются родители и старшие члены семьи, почему это называется «труд», об уважительном отношении к нему.

## ДЕТИ В ВОЗРАСТЕ 5–6 ЛЕТ

В этом возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно-волевой и эмоциональной сфер личности. Дети шестого года жизни стремятся познать себя и других людей, начинают осознавать связи в поведении и взаимоотношениях. Понимают разный характер отношений, выбирают собственную линию поведения. Происходят изменения в представлениях о себе. Развитие личности характеризуется появлением новых качеств и потребностей. Формируется способность к практическому и умственному экспериментированию, обобщению и установлению причинно-следственных

•  
.....  
Какие они, дети от 3 до 7

связей. Возрастает способность ориентироваться в пространстве (но при этом отсутствует точная ориентация во временах года, днях недели). Совершенствуется грамматический строй речи. Свободно используются средства интонационной выразительности. Словарь ребенка активно пополняется обобщающими словами, синонимами и антонимами, многозначными словами. Активно формируется осанка детей, развивается выносливость и силовые качества. Дети способны выполнять соответствующие возрасту гигиенические процедуры, имеют навыки опрятности, представления о здоровом образе жизни.

#### Рекомендации родителям:

- А мы все еще бегаем, прыгаем и радостно приветствуем любую форму активности. Вспомните свое детство. Во что вы играли? Сколько у вас было разных активных игр, правда?! Научите им своих детей.
- Продолжаем знакомить ребенка с правилами этикета, но сейчас делаем уклон именно на общение с людьми, как со старшими, так и со сверстниками.
- Развиваем любознательность, творчество в разных видах деятельности, способность решать интеллектуальные задачи. Очень советуем книги по теории решения изобретательских задач для детей, они смогут многое дать вашим детям!

## ДЕТИ В ВОЗРАСТЕ 6-7 ЛЕТ

Один из самых сложных периодов. Малыш впервые начинает отделять себя от мамы. «Я сам» становится истинной мотивацией. Ребенок полностью осознает себя как самостоятельную личность, что проявляется в свободном диалоге со сверстниками. Дети уже умеют отстаивать собственную позицию в совместной деятельности, могут совершать нравственный выбор в реальных жизненных ситуациях. Осознанно выполняют правила поведения, соответствующие гендерной роли, владеют различными видами деятельности, характерными для людей разного пола. Для речевого развития детей седьмого года жизни характерен богатый словарь, который продолжает развиваться за счет пассивной лексики. Ребенок точно использует слова для передачи своих мыслей, впечатлений, при описании предметов, пересказе. Речь становится подлинным средством общения.

В этом возрасте у детей значительно быстрее происходит формирование двигательных навыков: совершенствуются ходьба и бег, дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места. У детей расширяется представление о самом себе, своих физических возможностях.

•  
Какие они, дети от 3 до 7.....

Рекомендации родителям:

- Формируйте готовность к школьному обучению, к новой социальной позиции школьника. Делать это важно постепенно, не перенапрягая ребенка длительным сидением за партой.
- Меняйте книги на категорию «9+». Поверьте, современные дети к этому готовы!
- Поручите ребенку составление своего плана дня. А потом — плана недели. Более сложное задание — составить подобный план не только для него, но и для всей семьи, например, на выходные.

Этот возраст сложный, но в то же время очень интересный для родителей. Ребенок становится полноправным собеседником, и с ним интересно общаться.

## КАК НЕ СОЙТИ С УМА В ПЕРИОД КРИЗИСА 3 ЛЕТ

В возрасте приблизительно 3 лет ребенок проживает переход от младенчества к раннему дошкольному возрасту. При этом у него меняются привычки, приоритеты и даже черты характера. Основные симптомы «кризиса трех лет» — истерики, упрямство и протест. И именно они и ставят родителей в тупик. Если ребенок падает в истерику на пол в магазине и орет во всю глотку, что чувствует мама? Маме стыдно и хочется провалиться сквозь землю. Но должна ли мама испытывать эти чувства? И что она должна делать в такие моменты?

Кстати, никогда не замечали, как в подобных ситуациях ведут себя иностранцы? Да, да — они спокойны. Спокойны, когда дети стучатся головой об пол, когда надевают тарелку себе на голову и во многих других ситуациях. Они изначально настроены иначе: все, что происходит с ребенком во время роста, имеет место быть. Наш менталитет немного другой: за любые действия ребенка нам стыдно.

Однако вина мамы, конечно, есть, но только в том случае, если до этого момента она позво-