

РЕБЁНОК 3-4 ЛЕТ

растём • играем • учимся

♥ ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ♥



ЧТО ПРОИСХОДИТ С РЕБЁНКОМ В 3–4 ГОДА?

В этом возрасте ребёнок активно развивается и постепенно становится самостоятельнее.



МЫШЛЕНИЕ

Учится сравнивать, находить сходства и различия, задаёт много вопросов.



РЕЧЬ

Расширяется словарный запас, ребёнок учится составлять предложения и рассказывать о событиях.



ЭМОЦИИ

Чувства становятся яркими. Ребёнку ещё трудно самостоятельно справиться с сильной злостью, обидой или расстройством.



САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Появляется сильное желание делать всё самому: одеваться, выбирать, помогать, принимать решения.



ИГРА

Игра становится более сюжетной: ребёнок придумывает роли, разыгрывает знакомые ситуации, фантазирует.



Главное сейчас — не торопить, а поддерживать.

Ребёнок развивается в своём темпе, и ваша спокойная поддержка помогает ему чувствовать себя уверенно. ♥



Я САМ!

Как помочь ребёнку
стать самостоятельнее



ОДЕВАЕМСЯ

Дайте возможность
самому выбрать одежду
и попробовать одеться.



УБИРАЕМ ИГРУШКИ

Не требуйте идеального
порядка — учите
постепенно убирать
за собой.



ПОМОГАЕМ ДОМА

Пусть ребёнок накрывает
на стол, относит салфетки,
складывает вещи.



ЗАБОТИМСЯ О СЕБЕ

Умываться, чистить зубы,
мыть руки — с вашей
помощью и поддержкой.



ДЕЛАЕМ ВЫБОР

Предлагайте выбор
из двух вариантов:
«Ты будешь красную
или синюю кофту?»



Не спешите делать за ребёнка
то, что он уже может попробовать сделать сам.

Самостоятельность начинается
с маленьких «Я сам!»



ИГРАЕМ – РАЗВИВАЕМСЯ

♥ Простые игры для дома ♥



«НАЙДИ ТАКОЙ ЖЕ»

Найдите дома предметы одинакового цвета, формы или размера.



«ЧТО ЗВУЧИТ?»

Пошуршите бумагой, позвоните колокольчиком, постучите по столу — пусть ребёнок угадывает звук.



«ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ?»

Положите 3–4 игрушки. Пока ребёнок не смотрит, уберите одну. Что исчезло?



«ПРОДОЛЖИ РАССКАЗ»

Начните простую историю и предложите ребёнку придумать продолжение.



«СОСЧИТАЙ ВМЕСТЕ»

Считайте ступеньки, машинки, кубики, ложки — прямо в повседневной жизни.



«ПРИДУМАЙ И СОЗДАЙ»

Рисуйте, лепите, стройте — не ради результата, а ради самого процесса.



Для ребёнка в этом возрасте
игра — это не просто развлечение.
Это его способ познавать мир. ♥

КОГДА ЭМОЦИИ ЗАШКАЛИВАЮТ

Как помочь ребёнку
справиться с сильными чувствами



НАЗОВИТЕ ЧУВСТВО

«Ты злишься, потому что
я не разрешила взять игрушку».



ОСТАВАЙТЕСЬ РЯДОМ

Ребёнку трудно успокоиться
самостоятельно. Спокойный
взрослый помогает ему
почувствовать себя в безопасности.



ГОВОРИТЕ КОРОТКО

Во время сильных эмоций
длинные объяснения
не работают. Несколько
спокойных фраз — достаточно.



НЕ СТЫДИТЕ ЗА ЧУВСТВА

Злиться, плакать
и расстраиваться — нормально.
Но можно спокойно обозначить
границу: «Злиться можно.
Бить нельзя».



ОБСУЖДАЙТЕ ПОСЛЕ

Когда ребёнок успокоился,
можно поговорить о том,
что произошло и как можно
поступить в следующий раз.



Сначала успокоить — потом объяснять.

Ребёнок не «манипулирует» каждой истерикой.
В 3–4 года он только учится
справляться с большими чувствами.

ЧТО ОСОБЕННО ВАЖНО РЕБЁНКУ СЕЙЧАС?



ЛЮБОВЬ И ВНИМАНИЕ

Ребёнку важно чувствовать:
«Меня любят просто за то,
что я есть».



ВОЗМОЖНОСТЬ ПРОБОВАТЬ

Позволяйте ошибаться,
экспериментировать
и делать по-своему.



ПОНЯТНЫЕ ГРАНИЦЫ

Правила должны быть
простыми, понятными
и последовательными.



ПОДДЕРЖКА ВМЕСТО СПЕШКИ

Не торопите и не сравнивайте
с другими детьми.



РАЗГОВОРЫ И СОВМЕСТНОЕ ВРЕМЯ

Читайте, разговаривайте,
играйте, обнимайтесь —
именно из таких моментов
складывается близость.



ВЕРА В РЕБЁНКА

Ваше «У тебя получится,
давай попробуем вместе»
гораздо важнее, чем идеальный
результат.



РЕБЁНКУ НЕ НУЖНО ИДЕАЛЬНОЕ ДЕТСТВО.
ЕМУ НУЖНЫ ЛЮБОВЬ, БЕЗОПАСНОСТЬ,
ГРАНИЦЫ И ВАШЕ ВРЕМЯ. ❤️

Растите вместе. Маленькими шагами, каждый день ❤️