

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Развитие ребенка с 3 до 5 лет

В этом материале приводится информация о навыках, которыми ваш ребенок вероятно овладеет в возрасте от 3 до 5 лет.

Двигательная активность и физическое развитие

В возрасте от 3 до 5 лет ваш ребенок научится следующему:

- кататься на трехколесном велосипеде;
- ловить мяч размером с софтбольный, брошенный с расстояния 5 футов (около 1,5 м);
- подниматься и спускаться по лестнице, наступая на каждую ступеньку только одной ногой;
- прыгать на расстояние 8–12 дюймов (20–30 см) в любом направлении;
- удерживать равновесие стоя на одной ноге в течение 3 секунд;
- ходить по гимнастическому бревну шириной 4 дюйма (10 см);
- пинать мяч;
- прыгать на двух ногах;
- держать в руке восковой мелок или маркер;
- начинает выполнять мелкую ручную работу, например, резать ножницами бумагу.

Социально-эмоциональные навыки и навыки самопомощи

В возрасте от 3 до 5 лет ваш ребенок:

- расстраивается из-за существенных изменений распорядка дня;
- ждет своей очереди во время игр;
- легко расстается с родителями;
- предпочитает играть с другими, чем один;
- любит заниматься чем-то новым;
- говорит о том, что ему нравится;

- играет в ролевые игры;
- Хочет делать приятное друзьям.
- любит петь, танцевать и играть какие-нибудь роли;
- умеет проситься в туалет;
- может снимать свои носки и обувь.

Навыки обучения, мышления и решения задач

В возрасте от 3 до 5 лет ваш ребенок:

- соблюдает инструкции из 2–3 действий;
- называет свое имя, возраст и пол;
- называет имена друзей;
- строит башни из кубиков и правильно складывает игры-головоломки;
- переворачивает по одной странице в книге;
- копирует простые геометрические фигуры;
- может нарисовать фигуру человека, состоящую из 6 частей тела;
- начинает понимать время;
- умеет уделять внимание и концентрироваться на вещах в течение длительного времени;
- отвечает на элементарные вопросы;
- находит и называет некоторые цвета.

Речевые, языковые и коммуникационные навыки

В возрасте от 3 до 5 лет ваш ребенок:

- говорит достаточно четко, так что его понимает посторонний человек;
- использует в речи различные времена глаголов;
- рассказывает простые истории, используя полные предложения.

Что вы можете сделать, чтобы помочь развитию ребенка

Ваш ребенок может быть неактивным во время лечения. Но по-прежнему важно помогать ему двигаться, общаться и играть, включая эти виды деятельности в распорядок дня.

Вот некоторые вещи, которые вы можете сделать, чтобы помочь ему:

- Приучайте ребенка к физической активности.
- Поощряйте действия ребенка похвалой, если он хорошо себя ведет.
- Предоставляйте ребенку возможность выбора.
- Побуждайте ребенка играть с другими детьми.
- Позволяйте ребенку быть как можно более самостоятельным.
- Поручайте ребенку выполнение простой работы по дому.
- Поощряйте использование воображения во время игры.
- Учите ребенка ждать своей очереди, играя с другими.
- Показывайте и называйте цифры и буквы алфавита.
- Поощряйте раскрашивание картинок и рисование восковыми мелками.

Когда следует обращаться к медицинскому сотруднику своего ребенка

Позвоните медицинскому сотруднику вашего ребенка, если ваш ребенок:

- не может пнуть, бросить или поймать мяч с небольшого расстояния;
- легко или часто спотыкается и падает;
- с трудом бегают;
- не может прыгать на месте;
- с трудом рисует даже каракули;
- не проявляет интереса к играм или играм «понарошку»;
- игнорирует других детей или не реагирует на людей, которые не являются членами семьи;
- не хочет одеваться, спать или ходить в туалет;
- не может пересказать любимую историю;
- не выполняет указания из 3 действий;
- не понимает значение слов «одинаковый» и «разный»;
- неправильно использует слова «я» и «ты»;
- говорит нечетко;
- утрачивает ранее приобретенные навыки;

- не любит изменения в окружающей обстановке, например, когда меняется уровень шума или освещение;
- испытывает дискомфорт, пытаясь удерживать равновесие на различных поверхностях.

Контактная информация

Если у вас есть вопросы о развитии вашего ребенка, поговорите с его медицинским сотрудником. Вы также можете попросить направление на консультацию со специалистами по физиотерапии, реабилитационной терапии или логопедии в центре MSK.

Вы можете звонить в отделение физиотерапии и реабилитационной терапии (Physical and Occupational Therapy) центра MSK с понедельника по пятницу с 8:00 до 18:00 по телефону 212-639-5384. Вы можете звонить в отделение реабилитации пациентов с нарушениями речи и слуха (Speech and Hearing Rehabilitation) с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 по телефону 212-639-5856.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Your Child's Development From 3 to 5 Years - Last updated on April 30, 2026

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center

Дата последнего обновления

Апрель 30, 2026

Learn about our [Health Information Policy](#).

Поделитесь своим мнением

Поделитесь своим мнением

Ваш отзыв поможет нам скорректировать образовательные материалы, предоставляемые пациентам. Данные, предоставленные вами в этой форме обратной связи, будут недоступны для сотрудников вашей лечащей команды. Пожалуйста, не используйте эту форму для вопросов о вашем лечении. Если у вас есть вопросы по поводу вашего лечения, обратитесь к своему медицинскому сотруднику.

Хотя мы читаем все отзывы, мы не можем ответить на все вопросы. Мы просим не указывать свое имя или какую-либо персональную информацию в этой форме обратной связи.

Was this information easy to understand?

Yes

Somewhat

No

Что следует объяснить более подробно?

Не вводите свое имя или любую персональную информацию.

Отправить



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center