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 бегает;
- 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

Memorial Sloan Kettering Cancer Center