

# Что умеет ребёнок в 5 лет?

К своему пятилетию ребёнок становится независимым и уверенным в себе, демонстрирует самостоятельность, имеет навыки самоконтроля. В 5 лет дети гораздо дольше могут занимать себя без помощи родителей и постоянно стремятся попробовать что-то новое.

. Если вы будете чётко знать, что должен уметь ребёнок в 5 лет, вы легко сможете помочь ему в развитии и при необходимости вовремя обратить внимание на возможные отклонения.



## Возрастные особенности в 5-6 лет



К 5-6 годам ребёнок, вероятно, уже совсем забыл о своём младенчестве и постоянно стремится узнать что-то новое. Дети в 5 лет становятся более ловкими, у них улучшается координация, а период забавной детской неуклюжести проходит навсегда.

Активно растут мышцы, зрение становится как у взрослого человека.

Основные особенности детей в 5 лет:

- хорошо бегают, прыгают;
- ловко пользуются столовыми приборами, могут самостоятельно нарезать продукты, например, сделать бутерброд;
- определяют себя как личность;
- ярко проявляют гендерную идентичность. Появляются свои стереотипы об игрушках только для определённого пола. Мальчики, например, демонстративно обходят стороной отдел с куклами в магазине;
- одеваются/раздеваются сами, умеют обращаться с пуговицами и молниями, а также могут завязать шнурки на ботинках. Однако, если вы с младенчества

покупали ребёнку только обувь на липучках, то навык завязывать шнурки появится позже.

### Отличия девочек от мальчиков



В этот период заметно проявляются отличия мальчиков и девочек. В первую очередь, это видно по двигательной активности. Как правило, мальчикам необходимо больше движения, в то время как девочки более спокойны и усидчивы.

По-разному в этом возрасте мальчики и девочки начинают говорить и мыслить. Более богатые грамматические конструкции с большей вероятностью вы встретите при

общении с девочкой, чем с молодым человеком. В целом **словарный запас девочек примерно на год опережает лексикон мальчиков**. Также юным дамам больше важна невербальная окраска речи: тон и выражение лица. Поэтому мальчикам часто труднее выразить свои чувства и эмоции. Невысказанные обиды у них трансформируются в агрессивное поведение и драки со сверстниками.

Самое главное, что родители могут сделать для ребёнка в этом возрасте – научить выражать свои чувства. Сейчас это гораздо важнее многочисленных кружков и секций.

Когнитивное развитие у двух полов также отличается. Помимо того, что девочки более усидчивы, им ещё и легче параллельно решать несколько задач. Мальчикам же для достижения результата лучше концентрироваться на чём-то одном.

Что касается обоих полов, то 5 лет – возраст удивительных вопросов. И часто запросы маленького «почемучки» могут заставить вас краснеть или вовсе загонять в тупик. Так, дочь или сын, находясь в общественном месте, могут весьма громко поинтересоваться, почему у тёти большой живот или от чего у дяди тёмная кожа.

Постарайтесь продумать свои ответы на некоторые вопросы, особенно касающиеся полового воспитания, заранее. **Руководствуйтесь правилом: отвечать следует чётко на поставленный вопрос и без подробностей.**



## Что должен знать и уметь пятилетний ребёнок?

Все дети развиваются по-разному, однако существуют общепринятые нормы, которым ребёнок должен соответствовать в возрасте 5 лет. Проверьте своего подросшего малыша по списку, составленному ФГОС, и постарайтесь устранить пробелы,

если они имеются. Итак, ребёнок в 5 лет должен:

### Математика



1. Понимать значения «много» и «мало», сравнивать разные части множества, определять равенство и неравенство.
2. Считать от 0 до 5 и обратно.
3. Отвечать на вопросы «Сколько?», «Который по счёту?».
4. Сравнивать предметы по величине (длина, высота, ширина)

и толщине (путём наложения).

5. Знать название основных геометрических фигур (квадрат, круг, треугольник, прямоугольник) и называть их элементы (углы, стороны). Иметь представления о шаре и кубе. Уметь соотносить форму предметов с этими геометрическими фигурами.

### Ориентирование в пространстве

1. Знать и понимать основные направления движения.
2. Знать пространственные отношения: далеко и близко.
3. Знать времена суток, их последовательность.
4. Уметь объяснить значение слов: «вчера», «сегодня» и «завтра».



## Развитие речи



1. В словарном запасе ребёнка должно быть около 1 тыс. слов, а фразы должны состоять из 6-8 слов.

2. Понимать детскую речь должны даже незнакомые люди, а не только родители.

3. Ребёнок должен знать, чем отличается тело человека от животного: правильно называть части тела (руки – лапы, волосы –

шерсть).

4. Правильно употреблять множественное число.
5. Отгадывать предмет по его описанию и давать ему характеристику (яблоко: круглое, красное, сладкое).
6. Знать классы/группы предметов и объединять их (например, стул и диван – мебель).
7. Подбирать к словам антонимы.
8. Уметь рассказать, как прошёл его день.
9. Знать некоторые пословицы и понимать их значение.
10. Составлять рассказ по картинкам.

## Сообразительность и внимание

1. Находить 5-6 отличий между двумя картинками.
2. Повторять узор или движение.
3. Складывать пазл без помощи взрослых.
4. Строить по образцу из конструктора.
5. Уметь видеть на картинке неправильно изображённые предметы и объяснять, что не так и почему.

Ребёнок в 5 лет стремится к самостоятельности. Он уже не отождествляет себя «я +

мама/папа», а чувствует полноценной личностью. К тому же сейчас у него более ловко получаются многие вещи: он может сам умыться и почистить зубы, сделать себе бутерброд одеться на прогулку.

## Физическое развитие



Первые несколько лет жизни ребёнка имеют решающее значение для его физического развития.

**Рост и вес в 5 лет**

Не стоит излишне переживать из-за отсутствия аппетита у ребёнка. Если сын или дочь развиваются нормально, а у врача вы бываете крайне редко, волноваться не о чём. Ребёнок может подрасти примерно на 5 см и набрать около 2 кг веса с момента 4-летия.

Приведём примерные параметры, чтобы вы смогли оценить рост и вес своего ребёнка:

Параметры/Пол ребёнка	Мальчики	Девочки
Вес	от 16 до 21 кг	от 15,8 до 21,2 кг
Рост	от 105,3 до 114,6 см	от 104,7 до 114,2 см

Обеспечьте своему ребёнку правильный режим дня, здоровое питание, больше гуляйте на свежем воздухе, и тогда у вас не будет повода волноваться за его рост или вес.

## Моторика



5 лет – это время, когда детская моторика развивается больше всего. Обратите внимание на следующие этапы физического развития своего 5-летнего ребёнка:

- ловко бегает, прыгает, лазает, пинает мяч, качается на качели, т.к. к этому возрасту улучшится координация и равновесие;
- может самостоятельно и при этом аккуратно есть;
- может стоять на одной ноге около 10 сек.;
- легко ходит вперёд и назад;
- хорошо катается на трёхколёсном велосипеде.

5 лет – идеальный возраст, чтобы начать заниматься в спортивных секциях.



## Мелкая моторика



Дети учатся и познают мир через игру. Если с мелкой моторикой нет проблем, ребёнок в 5 лет должен уметь:

- складывать большие башни из блоков/кубиков;
- хорошо держать ручку/карандаш;
- уметь рисовать основные геометрические фигуры;
- ловко пользоваться ложкой и вилкой;
- одеваться/раздеваться, пользоваться туалетом, чистить зубы без посторонней помощи;
- рисовать человека.

**Совет.** В 5 лет ребёнок постоянно совершенствует свои навыки. Для их закрепления постепенно усложняйте ему задачу. Например, по мере того, как улучшается способность пользоваться посудой, начните обучать ребёнка хорошим манерам во время еды.

### Особенности речи

Вместе с ребёнком растёт и его словарный запас, становится более совершенным мыслительный процесс. Мы не будем говорить о том, что отсутствие речи в 5 лет – тревожный признак. При имеющихся проблемах, как правило, в этом возрасте родители уже знают, с чем имеют дело и занимаются детским здоровьем.

## Развитие языка и общения



Ваш любознательный «почемучка» уже хорошо умеет вести беседу, имеет навыки общения с людьми. Дети в возрасте 5 лет не только легко и логично отвечают на простые вопросы, но уже заметно лучше выражают свои чувства. Большинству детей в этом возрасте нравится петь, рифмовать и придумывать слова.

Хорошие коммуникативные навыки помогут ребёнку в будущем, поэтому важно обеспечить его правильное языковое развитие.

Обратите внимание на следующие этапы языкового развития вашего пятилетки:

- говорит чётко, используя сложные предложения;
- правильно называет основные цвета и формы;
- знает хотя бы несколько букв, возможно, даже умеет писать несколько слов (например, «мама», «папа» и своё имя);
- понимает режим дня: завтрак – утром, ужин – вечером и т.д.;
- использует будущее время: «Мы скоро пойдём в парк»;
- выполняет поручения, состоящие из двух или трёх частей. Например, «убери книгу, умойся и ложись спать»;
- знает свой адрес, номер домашнего телефона, фамилии и имена родителей, бабушек, дедушек;
- может рассказать, как прошёл его день.



## Когнитивное развитие



Когнитивное развитие – показатель того, что у ребёнка развивается мышление, логика и память. Дети уже понимают разницу между «правильным» и «неправильным», «хорошим» и «плохим». В этом возрасте они думают и выражают свои мысли на более высоком уровне.

Знание основных правил поведения и способность им следовать – важный этап в развитии ребёнка.

Когнитивные навыки ребёнка в 5 лет уже позволяют начать учить его читать и писать. Его память и внимательность становятся совершеннее, а значит, процесс обучения не вызовет затруднений.

Помните, что в 5 лет все пробелы и недостатки воспитания начинают укореняться и превращаются в негативные черты характера ребёнка.

### Память

Память играет важную роль в развитии детей, а также в будущей успеваемости в школе. Тренируйте этот навык у своего ребёнка: учите песенки и стихи, читайте ему больше – сейчас лучшее время пополнять его словарный запас.

## Мышление



В 5 лет ваш ребёнок лучше понимает мнение и настрой других. Это помогает ему заводить друзей и знакомиться с новыми людьми.

В это время активно проявляются детские страхи. Ребёнок отделяется от родителей и чувствует себя недостаточно защищённым в большом мире. Чтобы преодолеть это, он использует фантазию. Однако безудержность «магического» мышления может породить не только новые страхи, но и вымышленных друзей или защитников. Родителям необходимо уделять достаточно времени детям в этот период.

Читайте также [Как помочь ребёнку справиться со своими страхами?](#)

## Внимание



Теперь ребёнок может дольше уделять чему-то внимание. Он способен увлечённо играть один и на протяжении долгого времени.

Важно: в 5 лет ребёнок должен уметь фокусироваться на одном занятии минимум 10 минут: полистать книгу, делать аппликацию и т.д.





5 лет – это период эмоциональных крайностей. То вы замечаете, что ваш ребёнок лучше контролирует себя, то, внезапно, он начинает «играть» в маленького и кажется совершенно беспомощным.

В это время дети учатся сдерживать свои эмоции, хотя могут и разрыдаться из-за опрокинутого стакана с водой. Важно научить ребёнка понимать свои чувства и справляться с ними. При этом «справляться» совсем не означает подавлять негативные эмоции.

Пятилетний ребёнок уже может осознанно посочувствовать другому или поделиться с кем-то своими проблемами.

Проверьте, насколько эмоциональное и социальное развитие вашего сына или дочери соответствует общепринятым нормам:

- периодически ребёнок старается нравиться людям;
- может отличать реальность от фантазии;
- может проявлять более независимый характер;
- осознаёт, что в обществе есть свои правила, которым необходимо следовать;



Ваш ребёнок может стать более общительным, если начнёт ходить в сад и будет встречаться с большим количеством детей.

Читайте также [В детский сад – без слёз: что нужно знать родителям о периоде адаптации?](#)

Ещё один важный момент. **В 5-6 лет ребёнок становится менее ласковым.** Вам даже может показаться, что он старается избегать тактильных прикосновений. У этого может быть несколько причин:

1. Желание наказать. Дети начинают понимать отказ и то, что они чувствуют, когда окружающие (родители, друзья) их отвергают. Выражая свою обиду, они могут отказать вам в привычных «обнимашках», зная, что этим ранят вас.
2. Стеснительность. Иногда пятилетние дети стесняются показывать чувства на людях. Втайне они хотят медвежьих объятий, но не перед друзьями, среди которых им надо казаться взрослыми и независимыми.
3. Характер. Иногда всем нам нужно побыть в одиночестве. Дети не исключение и в 5 лет такая потребность может дать о себе знать.



## Психология пятилетки или как воспитать счастливого дошкольника



В 5 лет дети понимают гораздо больше, чем нам кажется. Другое дело, как ребёнок реагирует: обсуждает увиденное с родителями или же делает свои собственные выводы. Важно иметь доверительные отношения со своим чадом.

Детская психика не выносит физических и грубых наказаний. Не менее сильный вред нанесут оскорбления. В 5 лет ребёнок способен выслушать взрослого и совместно с ним проанализировать свою ошибку.

Очень важно в этот период не читать детям долгие нотации и стараться поменьше запрещать. Предлагайте альтернативу. Например, бить мячом дома о стены нельзя, на улице – можно. Или: рисовать на обоях нельзя, на листе бумаги – можно.

**Обязательно уделяйте время ребёнку ежедневно.** Пусть всего лишь 15 минут после работы вечером, но это только ваше время без гаджетов и остальных домочадцев.



## Тест на определение уровня развития для 5-летних детей



Чтобы узнать уровень развития вашего ребёнка, предлагаем самый простой и быстрый тест. Попросите сына или дочь выполнить 5 заданий:

1. Назвать времена года и дни недели (идеально будет, если ребёнок назовёт их по порядку).
2. Задайте вопрос «Зачем люди чистят зубы каждый день?». Считается, что ребёнок дал ответ, если он подкрепит его хорошим объяснением или фактами.
3. Назовите вслух чётко 5 простых любых слов. Попросите ребёнка их повторить по памяти.
4. Попросите объяснить для чего нужен какой-либо предмет (чайник, краски для рисования и т.д.). Зачёт за вопрос получит ребёнок получит за ответ в 3-4 развёрнутых предложения.
5. Нарисуйте на бумаге 3-4 ломаные линии. Покажите их ребёнку, а затем уберите лист и попросите сына или дочь нарисовать такие же линии. Для детей в 5 лет это не должно составить труда.

Если ребёнок выполнил правильно **только 3 задания и меньше**, старайтесь больше заниматься им и развивать его. Обратите внимание на его память и особенности мышления.

**4 правильных ответа** – хороший результат. Можете попробовать протестировать ребёнка ещё раз позже, возможно, его что-то отвлекло или беспокоило.

Если ребёнок быстро и без ошибок прошёл весь тест, беспокоиться вам не о чем!

## Режим дня



Режим дня ребёнка в 5 лет мало отличается от расписания в 4 года, особенно у тех, кто посещает детский сад.

Самое неожиданное, с чем могут столкнуться родители, это отказ от дневного сна. С этим ничего не поделаешь. Взамен необходимо организовать в обеденные часы сыну или дочери спокойное времяпрепровождение. Главное – дать отдохнуть детскому организму, чтобы вечером не случилось перенапряжения.

Не стоит следовать жёстким графикам и составлять расписание. Важно придерживаться следующим правилам:

1. В будни и в выходные режим дня не должен сильно меняться. Приём пищи должен быть всегда в одно и то же время.
2. Дошкольникам рекомендуется ложиться спать не позднее 21:00.
3. Спорт, активные игры, а также развивающие занятия проводите в первой половине дня.
4. Прогулки на свежем воздухе – обязательная программа в любую погоду (конечно, речь не идёт о морозах выше  $-25^{\circ}\text{C}$ ).
5. Не допускайте перенапряжения, усталости или ярких эмоций перед сном.

Ребёнок в 5 лет становится очень активным и всё больше времени проводит на расстоянии от родителей: в детском саду, на площадке с детьми и так далее. Чтобы обеспечить ему полную безопасность, [купите малышу детские GPS-часы](#). С ними вы всегда будете знать, где находится ваш ребёнок и что происходит вокруг него.

## Тревожные признаки для родителей



Каждый ребёнок индивидуален и уникален, развивается в собственном темпе. Не стоит сравнивать сына или дочь с другими детьми. Однако могут быть ситуации, которые не являются нормой. Ниже перечислены некоторые тревожные моменты. Если вы столкнулись с ними (или с одним из них), стоит обратиться к врачу. Итак, следует проявить настороженность, если ребёнок в 5 лет:

- чересчур замкнут, избегает контактов с другими или не реагирует на людей;
- излишне агрессивен с другими людьми;
- легко отвлекается, не может сосредоточиться на какой-либо деятельности более 5 минут;
- утратил навыки, которыми ранее обладал;
- испытывает трудности, выполняя простые ежедневные дела (например, вытирание рук после мытья, чистка зубов, переодевание);
- неправильно использует времена и множественное число в речи;
- не может назвать/вспомнить своё имя;
- не интересуется различными занятиями или играми;
- не умеет различать реальные и нереальные ситуации;
- не проявляет разнообразных эмоций или постоянно находится в страхе, беспокоится, грустит.



## Как помочь ребёнку развиваться: идеи и советы



В этот период дети постоянно учатся, поэтому важно познакомить их с новыми видами спорта, ремёслами и социальными ситуациями.

Вот несколько советов, которые помогут родителям развить необходимые навыки у ребёнка:

- предлагайте ему чаще играть, развивая такие навыки, как забота, отзывчивость, умение поделиться с другим чем-то и пр.;
- пойте песни читайте рассказы, развивающие эмпатию;
- привлекайте ребёнка к домашним делам: приготовлению пищи, уборке, стирке и т. д. Эти ежедневные обязанности помогут ему развить моторику и ответственность;
- больше рисуйте вместе, делайте поделки. Это не только поможет в развитии мелкой моторики, но и многое расскажет о вашем ребёнке;
- активно проводите время на свежем воздухе: катайтесь на велосипеде/самокате, плавайте, играйте с мячом и пр.

[Как быстро и легко научить ребёнка кататься на велосипеде?](#)

## Игры



В мире гаджетов даже популярные детские игры утратили свою актуальность. А зря! Предлагаем вспомнить некоторые из них и сыграть вместе с детьми.

### *Активные игры на улице*

#### 1. Вышибалы

Вам понадобится минимум 3 человека и мяч. Двое вышибал кидают друг другу мяч, стараясь выбить того, кто в центре.

Попробуйте сыграть в вышибалы в своём дворе или в парке и вы увидите, как другие дети незамедлительно захотят присоединиться к вам.

#### 2. Классики

Игра не только весёлая, но и развивает координацию. Да и сыграть в неё можно где угодно: и на земле, и на асфальте.



Шумной детворе можно предложить **игру-эстафету** – это поможет направить активность детей в правильное русло.

Задания для эстафеты:

- ходьба на цыпочках;
- прогулка с воздушным шаром или мячом, не касаясь его руками;
- ходьба с книгой на голове;
- пройти под препятствием (например, натяните ленту между двумя стульями).

*Нарисуй историю*

Выдумывайте историю и рисуйте её на бумаге.

Продумайте детали до мелочей, например: «На лесной опушке стоял дом с красной крышей и кирпичной трубой. Стены у дома...». Добавьте героев и вы удивитесь фантазии вашего ребёнка.





Если в доме есть хотя бы одна картонная коробка, занятный вечер вам обеспечен. Девочкам из больших коробок (или нескольких маленьких) можно соорудить дом для кукол: наклеить обои, сделать окна, расставить мебель. Мальчикам можно сделать рыцарский замок, гараж со спуском или СТО.

*Создай сказку*

В эту игру хорошо играть всей семьей. Её суть – сочинить сказку, когда каждый участник говорит по одному предложению. Весёлая небылица и приятное времяпрепровождение вам обеспечены.

5 лет – удивительный возраст, когда рядом с собой вы можете внезапно обнаружить не малыша, а вполне взрослого человека, со своим вкусом и мнением. И если к 3-4 годам вам стало легче в плане ухода за ребёнком, то к этому возрасту становится заметно проще в общении с сыном или дочерью.

Вы уже лучше понимаете ребёнка, можете вместе ходить в кино или в музей, путешествовать, обсуждать увиденное и просто веселиться. Наслаждайтесь моментом и обществом друг друга пока не начались школьные будни и не появились

новые заботы!