МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 47 «ВЕТЕРОК»

Памятка для родителей «Биологический возраст ребенка: как его определить»

Подготовила: Дубянская С. Л.

Нудоль, 2015 г.

**Памятка для родителей**

**«Биологический возраст ребенка: как его определить»**

**Биологический возраст ребенка**: как его **определить**

**Родители**, воспитатели должны знать, что каждый **ребенок** в своем развитии проходит одни и те же этапы, но темпы роста и развития зависят от множества причин, в том числе от наследственности, условий жизни, качества питания, экологических условий, занятий спортом и др.

Некоторые дети растут и развиваются быстрее сверстников, даже находящихся в равных условиях. Поэтому часто недостаточно знать, сколько времени прошло от рождения **ребенка**, т. е. его паспортный **возраст**.

Помните: для **определения** темпов роста и развития вашего малыша необходимо оценивать **биологический возраст** — реально достигнутый к этому времени уровень созревания детского организма.

**Биологически более зрелый ребенок** легче справляется с физическими и умственными нагрузками, легче адаптируется к новым условиям, в том числе к школе, менее чувствителен к стрессу, к возбудителям детских инфекций и т. д.

В практических целях специалистами выработаны простые способы, **определяющие биологический возраст ребенка**.

Для этого используются показатели, характеризующие пропорции его тела, темпы роста, так называемый костный **возраст и зубной возраст**.

Следите за показателями изменения пропорций тела **ребенка** в периоды так называемых ростовых скачков, так как по ним **определяется степень биологического** созревания его организма.

Так, в дошкольном **возрасте***(в 5-6 лет)* дети переживают полуростовой скачок, который является существенным показателем зрелости организма.

Для того чтобы узнать, прошел ли **ребенок этот важный этап**, пользуйтесь так называемым филиппинским тестом: попросите **ребенка** достать правой рукой левое ухо, проводя руку над головой.

Этот тест покажет уровень нервной системы, созревания способность головного мозга воспринимать и перерабатывать информацию.

Не случайно этот тест рассматривается как один из критериев *«школьной зрелости»*, т. е. готовности **ребенка** к школьному обучению.

Физиологами и гигиенистами твердо установлено: если **ребенок** начинает посещать школу до того, как у него прошел полуростовой скачок, это резко отрицательно ска-зывается на его здоровье, особенно на психическом, и редко приносит успехи в обучении. Если **ребенка** заставлять заниматься тем, к чему организм еще не готов, можно нанести малышу непоправимый ущерб.

Следите за показателями костного *(скелетного)* **возраста ребенка**, так как его исследование дает более точное **определение степени биологического** созревания организма.

Окостенение проходит через ряд последовательных стадий. Эти этапы специалист видит на рентгенограмме кисти и запястья руки *(обычно левой)*. Сравнение полученной рентгенограммы со стандартами и оценка степени развития кисти поз-воляют **определить костный возраст ребенка**.

Проследите за появлением у **ребенка молочных**, а затем постоянных зубов, которые появляются у человека в **определенном порядке и в строго определенные сроки**.

Подсчитав количество прорезавшихся *(или сменившихся)* зубов и сопоставив это число со стандартом, вы оцените так называемый зубной **возраст вашего ребенка**.

Помните: **биологический возраст ребенка** не всегда совпадает с его паспортным **возрастом**.