ВОЗРАСТНЫЕ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ.

Костно-связочный аппарат ребёнка **7-11** лет отличается сравнительно большей, чем у взрослого, гибкостью и податливостью к различным воздействиям. В костях ребёнка имеется большое количество хрящевой ткани, процесс окостенения ещё не закончен. Только в возрасте 9-11 лет у детей заканчивается окостенение запястья, фаланг пальцев рук.

В силу этих особенностей при неправильной посадке учащегося во время работы, при использовании мебели, не соответствующей его росту, при физической нагрузке, превышающей возможности ребёнка, у него может возникнуть искривление позвоночника.

Для правильного протекания процесса окостенения тканей ребёнку необходимо обеспечить полноценное питание, достаточное пребывание на свежем воздухе, привлечение его к посильному физическому труду.

Мышечная система развивается вместе с костной, они совместно участвуют в движении. Движение в свою очередь влияет на все важнейшие физиологические процессы - кровообращение, обмен веществ, а также и на развитие психики ребёнка.

При организации физических упражнений следует считаться с возрастными возможностями ребёнка. Чрезмерно большое мышечное напряжение вредно отражается на жизнедеятельности всего организма, недостаточная работа отдельных мышечных групп ведёт к нарушению условий нормального физического развития.

Большую роль в обеспечении жизненных функций организма имеют органы дыхания. Глубокое дыхание обеспечивается хорошо развитой мускулатурой грудной клетки. Поэтому гимнастика, физический труд - необходимые условия для правильного развития ребёнка.

Особенности развития сердечно-сосудистой системы, её несовершенство, несоответствие в развитии сердца и сосудистой системы опять - таки требуют практиковать физический труд, подвижные игры на свежем воздухе.

Большое внимание родителей и воспитателей заслуживает нервная система. Она регулирует жизнедеятельность всего организма. Высший отдел центральной нервной системы - головной мозг.

Большие полушария головного мозга, и особенно кора больших полушарий, являются основным аппаратом психической жизни человека, его сознания, мышления.

В коре головного мозга непрерывно происходит процесс возбуждения и торможения нервных клеток. Чем моложе ребёнок, тем больше у него выражено преобладание процессов возбуждения над процессами внутреннего активного торможения. Возбуждение и торможение у детей очень легко распространяется по коре больших полушарий. Этим объясняется меньшая устойчивость внимания у детей младшего школьного возраста.

У каждого человека, в том числе у каждого ребёнка, имеются индивидуальные различия в протекании процессов возбуждения и торможения (по силе, уравновешенности и подвижности нервных процессов). Вот почему мы говорим о необходимости индивидуального подхода к детям в учебной и воспитательной работе.

В процессе усвоения учебного материала у ребёнка обогащается и совершенствуется память. В этом возрасте у детей более развита наглядно-образная память, чем логическая, они лучше запоминают конкретный материал. Ребёнку самому трудно оценить, насколько хорошо он приготовил урок. Поэтому особое внимание надо уделять развитию логического мышления и памяти, способности критически относиться к своей работе.

Дети этого возраста очень впечатлительны и эмоциональны.

Мир чувств младшего школьника значительно богаче, чем дошкольника. Он особенно восприимчив к красоте окружающих его предметов, природ, человеческих отношений. Осознаннее становятся такие понятия, как ответственность за свои дела и поступки, долг перед семьёй, классом, товарищем. Мышление ребёнка развивается вместе с речью, поэтому важно развивать речь, расширять запас слов, следить за чистотой и правильностью речи.

Мозг ребёнка быстро утомляется. Утомление наступает вследствие истощения - снижения работоспособности клеток коры головного мозга. Первый признак утомления организма - ощущение потребности в отдыхе, снижение работоспособности. Утомление снимается во время отдыха.

Вот такие физиологические особенности имеют дети младшего школьного возраста.