**ВОЗРОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ**

**4-7 ЛЕТ**

Формирование произвольных движений у человека происходит при активном участии сознания. Эффективность обучения зависит от понимания значения разучиваемых упражнений, от интереса занимающихся, от соответствия методов обучения возрастным особенностям детей.

Двигательная деятельность человека тесно связана с функцией второй сигнальной системы. Поэтому в процессе обучения двигательным действиям следует использовать как практическое воспроизведение движения, так и его демонстрацию, и словесные образы. Однако решающее значение в усвоении произвольных движений имеет двигательный опыт.

Неоднократное выполнение движения является главным условием формирования его специфических образов в нервных структурах полушарий большого мозга и подкорковых центрах. Источником формирования этих специфических образов являются проприоцептивные ощущения, возникающие в двигательном аппарате при выполнении произвольных движений.

Успешность овладения новыми движениями предопределяется созданием оптимального фона для двигательной активности детей. Применение различных методов активизации внимания, психологическая настройка на предстоящую деятельность во второй части урока способствует созданию оптимальной возбудимости ЦНС. Разучивание сложных движений в состоянии утомления малоэффективно.

Сила индифферентного раздражителя, т.е. самого разучиваемого движения, должна иметь оптимальную величину. Очень сложные упражнения, чрезмерные по силе раздражители, не соответствующие возрастным особенностям развития двигательной функции дошкольника, не будут освоены. Наоборот, слабые по силе, простые движения не представляют для ребенка интереса, не побуждают к повторному их выполнению.

Высокая пластичность коры полушарий большого мозга и связанная с нею способность к освоению новых движений сохраняются до конца пубертатного периода.

Высшая нервная деятельность дошкольников имеет ряд специфических особенностей, которые связаны с возрастным совершенствованием основных свойств нервной системы. Дети не переносят действия сильного или длительного монотонного раздражителя: сила нервных процессов у них относительно невелика, резко выражено внешнее торможение.

Внутреннее /в особенности запаздывающее/ торможение неустойчиво. Поэтому, не успев выслушать объяснение учителя, дети начинают выполнять упражнение. Точный анализ деталей движения подменяется в этом случае "угадыванием" правильности его выполнения. Дальнейшая коррекция движения осуществляется путем сопоставления выполнения его с движениями других детей, а также под воздействием указаний учителя.

Предпочтительное отношение к игровому методу проведения уроков определяется неустойчивым вниманием детей, быстрой потерей интереса к выполнению отдельных частей сложных по координации движений, не дающие незамедлительного полезного результата. Целостные, хорошо осознаваемые и эмоционально окрашенные двигательные действия (например, в сюжетных подвижных играх) усваиваются детьми без труда, легко запоминаются и служат прекрасным средством воспитания физических качеств.

Мышление детей дошкольного возраста имеет наглядно-действенный вид. При анализе материала дети опираются на реальные предметы или их прямые заменители, изображения. В основе суждений младших школьников о признаках и свойствах предметов и явлений лежат чаще всего наглядные изображения и описания. Поэтому показ упражнений и образное сравнение имеют большое значение в проведении игр.

Мышцы детей относительно длины, но имеют короткие и широкие сухожилия, они сокращаются медленнее, но зато промежутки между отдельными сокращениями меньше. Мышцы дошкольников эластичны: при сокращении они сильно укорачиваются, а при растяжении к расслаблении - удлиняются. Это обстоятельство создает выгодные условия для отдыха мышц. В силу этих, особенностей и особенностей нервной регуляции - мышцы детей быстро утомляются, но это утомление проходит через небольшой промежуток времени. В играх и развлечениях кратковременные мышечные напряжения, чередуясь с частыми моментами расслабления, отдыха, не утомляют детский организм и позволяют ему справляться со значительной физической нагрузкой.

**12—13 ЛЕТ**

Это возраст перемен, противоречий и контрастов. Они уже не маленькие, но им еще очень далеко до того, чтобы стать взрослыми. Для таких детей характерен повышенный интерес к себе и к изменениям, происходящим в организме, в сознании. На первый план выступает общение со сверстниками, их оценки и ценности. В этом возрасте пробуждается интерес к собственной личности. Но ребята еще не в состоя­нии дать верную оценку собственного поведения и поведению окружающих. Они склонны завышать свои возможности, оправдывать свои поступки. Если их самооценка не совпадает с оценкой окружающих, они переживают серьез­ные нравственные потрясения. Претендуя на признание их взрослости, под­ростки выражают стремление к самоутверждению так сильно, что оно порой приобретает нежелательный характер и приводит к конфликтам со сверст­никами и взрослыми. Ребята становятся импульсивными, колючими, дерз­кими, болезненно реагируют на любые попытки покушения на их независи­мость, стараются во всем проявлять самостоятельность, не любят опеки, снис­ходительного тона. С взрослыми предпочитают быть на равных, постоянно стремятся к самоутверждению. В то же время внутренне они часто застенчи­вы, легкоранимы, поэтому оценка, которую дает им отряд, совет отряда или вожатый, должна быть облачена в очень тактичную, мягкую форму.

В отношениях с младшими подростками надо, прежде всего проявлять максимум терпения и понимания, не дергать их мелочными замечаниями. Важно не только предъявлять требования, а показывать способы реализа­ции их требований, проявлять максимум внимания к внутреннему миру подростков. Отрицательные явления в поведении подростка легко устра­нить, если стремление детей этого возраста проявить свою «взрослость» находит удовлетворения в деятельности отряда, которая носит ярко выра­женный общественный смысл. Все, что возможно, пусть делают сами. Нужно чаще их ставить в ситуации ответственности за дело, товарищей, младших ребят, чаще прислушиваться к их мнению, постараться вызвать у них дове­рие. Предлагаемые младшим подросткам дела должны быть достаточно серьезными и общественно-значимыми. С ними надо много говорить обо всем, что их интересует, в чем они пытаются разобраться. Эти дети любят откровенные задушевные беседы о жизни, отношениях между людьми, мужчинами и женщинами, о мировых проблемах.

Физический рост и развитие: постоянный медленный рост, девочки опережают рост мальчиков; до бурного роста и мальчики и девоч­ки имеют равные силы, затем мальчики становятся сильнее.

Физиологические особенности: начинается процесс поло­вого созревания (сначала у девочек, потом у мальчиков), учащается сер­дцебиение, учащается головная боль, повышается раздражительность, по­является неуступчивость, проявляется повышенное стремление к спорам, происходит ускорение темпов развития скелета, рук, ног, центральная не­рвная система отличается повышенной возбудимостью.

Характерные черты: менее уравновешенны, бурно проявляют эмоции, склонны к конфликтам со сверстниками, взрослыми, родителями, стремятся ^испытать себя».

Девочки: более спокойны, рассудительны, послушны, любят обще­ственные дела.

Мальчики: энергичны, непоседливы, более эмоциональны, чаще ук­лоняются от общественных дел, настойчиво ищут пример для подражания.

Особенности поведения: агрессивность у мальчиков, подчи­ненность у девочек; энергичны, быстры в действии, настойчивы, облада­ют энтузиазмом, часты беспокойные состояния, нуждаются в постоянной деятельности, стремятся к большой двигательной активности, любят мас­совые игры, шумны, спорят, влюбчивы, боятся поражения, чувствитель­ны к критике, интересы постоянно изменяются, комфортнее чувствуют себя в микрогруппе, мальчики любят играть с мальчиками, девочки — с девочками, часто стремятся к соперничеству, начало осознания мораль­ных устоев, интерес и любопытство ко всему вокруг, стремятся к незави­симости вне семьи.

Советы для взаимодействия: не стоит скупиться на поощ­рение и похвалу, используйте всю активность тела ребенка, играйте с ними в спортивные игры, чаще предоставляйте время для занятий по интересам, разумно отвечайте на их вопросы.

**13—15 ЛЕТ**

Первая задача вожатых — помочь в фор­мировании у них специфичной для данного возраста жизненной позиции: в любом другом лагере они были самыми старшими, а здесь нет, здесь есть дети старше них. С восьми—девятиклассниками вожатым работать особен­но сложно. Не все проблемы возрастного перехода разрешены, но подрос­ток действительно повзрослел. В этом возрасте они несколько спокойнее и уравновешеннее. У них явственнее проступают черты собственного ми­ропонимания и его оценки, формируется своя система нравственных отно­шений. Старший подросток уже способен управлять собственным поведе­нием, может дать достаточно аргументированную оценку поведения дру­гих, особенно взрослых. У них углубляется интерес к окружающему, дифференцируются интересы, появляется потребность определиться в вы­боре профессии. Их больше интересуют причины явлений и поступков, чем их внешнее проявление, они начинают задумываться о смысле жизни. Они стремятся иметь собственное представление о природе и обществе, взаимо­отношениях людей, о товарищах, свою точку зрения они способны отстаи­вать страстно и упорно, вступая в споры, как со сверстниками, так и с взрос­лыми. Зачастую внешне это выглядит как неповиновение, а на самом деле подросток стремится любыми средствами защитить то, что им продумано и сформулировано с большим трудом, что составляет его личное достояние.

У старших подростков начинают складываться в определенную систему взгляды, оценки. Они уже могут устанавливать связь между отдельными яв­лениями общественной жизни, поступками людей, их моральными качества­ми, подростки начинают мыслить более логично, пытаются обобщать получа­емые ими сведения, но маленький жизненный опыт часто мешает им правиль­но разобраться в конкретных ситуациях, с которыми они сталкиваются. Отсюда несправедливость суждений, прямолинейность, а иногда и «критиканство». В связи с этим особое место занимает нравственное воспитание, всевозмож­ные дела на морально этические темы, обязательное внимание к каждому про­явлению негативизма в поведении и взглядах детей.

В своих коллективных делах старшие подростки способны к большой активности. Они готовы к сложной деятельности, включающей в себя и ма­лоинтересную подготовительную работу, упорное преодоление препятствия. Вожатые должны быть готовы предложить ребятам программу жизни, мак­симально деятельную, помочь войти в ее ритм. При этом следует помнить, что физические возможности подростков не всегда соответствуют их стрем­лениям, поэтому следует оберегать их от чрезмерных перегрузок.

В этом возрасте значительно усложняются их отношения со взрослыми. Ведь теперь более не существует того естественного авторитета, которым обладал в глазах младших школьников каждый взрослый. Дети этого воз­раста склонны признавать только настоящий, по праву завоеванный авто­ритет. Они зорки и наблюдательны, чутко улавливают противоречия во взглядах и позициях старших, болезненно относятся к расхождениям меж­ду их словами и делами. Они все более настойчиво начинают требовать от старших уважения к себе, к своим мнениям и взглядам, и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

Физический рост и развитие: период замедленного роста; девочки обычно выше мальчиков, созревание половых органов; быстрый рост мускулатуры; опасность переутомления; девочки менее активны.

Характерные черты: остро ощущаемая потребность в актив­ности; горячий энтузиазм, но быстро гаснет, если не может вылиться в ка­кое-либо действие; формируется собственная точка зрения на взаимоот­ношения между людьми, на моральные требования и оценки, развивается самооценка, самосознание, стремление определить свое место среди свер­стников и взрослых; не принимает на веру все, что слышат от взрослых, способны противостоять влиянию окружающих; могут воздействовать на сверстников, утверждая среди них то, что они сами считают несомненным и правильным; стремление к объединению в различные группы, быть как все, не отстать от друзей, выделиться среди сверстников, занять место лидера.

Особенности поведения: мальчики склонны к групповому по­ведению, дети чувствуют себя постоянно беспокойно и неудобно; развитие антагонизма между мальчиками и девочками, дразнят друг друга, мнение группы более важно, чем взрослых; сопротивление критике; появляется ин­терес к заработку; кумиро-мания; усиление любви к некоторым взрослым.

**15—17 ЛЕТ**

Это пора достижений, стремительного наращива­ния знаний, умений, становления нравственности и открытия «Я», обрете­ния новой социальной позиции. Но это и возраст потерь детского мироощу­щения, более беззаботного и безответственного образа жизни, пора мучи­тельных и тревожных сомнений в себе и в своих возможностях, поиски правды в себе и в других. Это шаг в зрелость, нора выбора своего места в жизни, определения и реализации своих планов, пора всепоглощающего стремления к общению. Юность бескомпромиссна и ее ведущей чертой яв­ляется жажда самовыражения и самораскрытия. Конечно же, юность сум­бурна и противоречива. Это время первой любви, пора становления друж­бы. Цена дружеской верности, преданности, чести, как никогда высока. Они хотят больше самостоятельности, любят осознавать свою нужность, потому что как никогда хотят разобраться в себе, почувствовать силу сво­его «Я», пытаются оценить себя сами. Будучи очень чуткими и ранимыми, старшеклассники часто бывают, прямолинейны и бескомпромиссны до бес­тактности. Стремление к максимализму («все или ничего») зачастую при­водит к потере чувства реальности. Для них характерна повышенная кри­тичность, часто в позиции «со стороны».

Физический рост и развитие: половая зрелость, сопровож­даемая физическими и эмоциональными изменениями (в среднем заверша­ется у мальчиков к 15 годам, у девочек — к 13 годам); завершение роста скелета; усиливаются различия, т.к. некоторые дети уже повзрослели, а некоторые только начинают взрослеть; мальчики отстают в развитии от девочек на 2 года; очевидно стремление следить за кожей лица.

Особенности поведения: девочки интересуются мальчиками раньше, чем мальчики девочками; беспокойство о внешности, рост соци­альной активности; привыкание к своему телу; проблема достижения неза­висимости от своей семьи; поиск себя; определение в выборе профессии; возникновение первой любви; появляются крайности в поведении, напри­мер, «Я знаю все!».

Советы для взаимодействия: руководство поведением дол­жно быть без излишнего вмешательства и угроз со стороны взрослых; необходимы условия для отдыха; необходимо понимание взаимоотноше­ния полов