**АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ИХ ЗНАЧЕНИЕ В ОБУЧЕНИИ ТАНЦАМ.**

При обучении детей классическому танцу успешное решение задач учебно-воспитательной работы возможны только при тщательном изучении их анатомо-физиологических и психологических особенностей, что позволяет делать меньше ошибок при приеме, а на занятиях проводить строгое нормирование учебной и физической нагрузки с учетом возраста ребенка. Дифференцированный подход к детям с разным уровнем возрастного развития в процессе их обучения и воспитания может дать значительный педагогический эффект.

Школьный возраст подразделяется на младший (от 7 до 11 лет), средний (от 12 до 14 лет) и старший (от 15 до 18 лет).

В 8-9 лет у девочек наступает препубертатный период. У мальчиков он наступает в 10-12-13 лет. Костная система в младшем школьном возрасте еще окончательно не сформирована. Не завершено окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей. Позвоночник гибок и податлив, при длительном неправильном положении тела возможны его искривления. Поэтому необходимо следить за правильной осанкой и походкой.

В эти годы дети обладают уже достаточным уровнем психического развития, но очень возбудимы. Характерно богатство воображения, сильно выражены эмоциональность и непосредственность реакций. Внимание относительно длительно и устойчиво, но именно в силу этой относительной устойчивости дети на занятиях быстро теряют темп и ритм, что педагогу следует постоянно иметь в виду.

Память ребенка в этом возрасте развита достаточно хорошо, особенно легко и прочно он запоминает то, что его заинтересовало или поразило, поскольку дети обладают главным образом наглядно-образным характером запоминания—поэтому в этом возрасте очень важен наглядный метод обучения: в хореографии обязателен личный показ движений педагогом. С другой стороны, особенности восприятия и запоминания детей этого возраста предоставляют ему возможность для их художественного, эстетического развития—ведь именно в эти годы дети особенно интересуются рисованием, лепкой, музыкой, танцами.

Характер в этом возрасте только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью, способны ставить перед собой определенные цели.

Следующую группу составляют дети в возрасте от 12 до 14 лет. Это средний школьный возраст. Он является пубертатным периодом, периодом полового созревания детей. В это время в их организме происходят резкие эндокринные сдвиги, меняется функциональное состояние всех органов. Начало полового созревания у девочек относится к 10-12 годам, у мальчиков—к 12-13 годам. У детей этого возраста меняются пропорции тела. У девочек после интенсивного роста нижних конечностей начинается увеличение поперечника таза и ширины грудной клетки. У мальчиков происходит максимальное увеличение поперечника таза, окончательное вытягивание туловища, увеличение объема грудной клетки. Кости утолщаются. Окончательно устанавливаются изгибы позвоночника. Нарастает мышечная масса, увеличивается сила и выносливость мышц. У девочек рост и вес в среднем больше, чем у мальчиков.

Сердце в объеме значительно увеличивается, становится более сильным, работает более мощно. С другой стороны, диаметр кровеносных сосудов отстает в развитии, что нередко приводит к временным растройствам кровообращения. Могут быть головокружения, сердцебиения, общая слабость и быстрая утомляемость.

В связи с эндокринными сдвигами отмечается неустойчивость нервных процессов. Нервная система легко переходит либо в состояние торможения, либо в состояние сильного возбуждения. Наблюдается быстрая смена настроений, эмоциональная неуравновешенность.

У детей этого возраста начинает формироваться сознательное отношение к окружающему и интересы становятся глубже и устойчивее, выявляются художественные, литературные, математические и другие способности.

И, наконец, последняя возрастная группа школьного возраста—это дети от 15 до 18 лет (старший подростковый возраст, или ранняя юность). В 14-16 лет завершается половое созревание девочек, у мальчиков этот период относится в 16-18 годам. Характерно снижение темпов роста и прибавки веса у девочек в начале этого периода, у мальчиков—в его конце. Показатели физического развития мальчиков становятся выше показателей девочек. К 17-18 годам завершается окостенение и рост скелета. Происходит нарастание массы мышц и их силы. Наступает двигательная зрелость.

Сердечно-сосудистая система оказывается более выносливой и устойчивой к нагрузкам. В связи с этим нервная регуляция становится более совершенной, нервные процессы отличаются большей подвижностью.

Происходят изменения и в психическом складе подростка. Он уже может организовать и контролировать свои действия и настроения, управлять ими. Это возраст кипучей энергии, настойчивости, упорства и достижения цели. Идет активный процесс формирования мировоззрения, нравственных убеждений, принципов, идеалов, определяется самосознание, способности к тому или иному роду деятельности.

Считают, что наиболее благоприятным возрастом для восприятия движения (кинестезии) в хореографии является возраст 10-11 лет, то есть в период первых двух лет обучения, а затем в возрасте 15-16 лет, к завершению пубертатного периода (Н.Каинина, 1970 г.). При этом отмечается, что у девочек процесс освоения движений более точный, чем у мальчиков в том же возрасте.

С точки зрения хореографии большой практический интерес имеет прогнозирование роста и изменений пропорций тела детей в процессе их развития.

Как указывает доктор Н.Дембо (1941 г.), основное значение для учащихся танцевальных коллективов имеет сложение (телосложение), необходимые пропорции тела, правильное строение как всего организма, так и различных его частей.

По всей видимости, прогноз длины и пропорций тела у детей нужно производить раздельно для детей с ускоренным и замедленным половым созреванием.

Занятия танцами не только способствуют физическому развитию детей, но и обогащают их духовно.

Уроки танца закладывают основы гармонического развития личности, учат управлять своим телом, полнее использовать заложенные в каждом человеке возможности к движению.