

Лекция 7

Тема: Возрастные особенности развития ДОШКОЛЬНИКОВ



ПЛАН:

1. Возрастная периодизация дошкольников.
2. Особенности анатомо-физиологического развития дошкольников.
3. Психологические особенности детей 0-7 лет.
4. Возрастные особенности развития движений детей дошкольного возраста.
5. Синсетивные периоды развития физических качеств дошкольников.
6. Контроль за физическим развитием и физической подготовленностью дошкольников.

Возрастная периодизация дошкольников

Год жизни	ПЕРИОДЫ			Группы ДОО
	По биологическим признакам	По педагогическим соображениям		
1-10 дней	Новорождѐнный	Дошкольный возраст	Ранний дошкольный возраст	Первая ясельная
1	Грудной			Вторая ясельная
2	Раннее детство			
3			Первое детство	Младший дошкольный возраст
4	Средний дошкольный возраст			средняя
5				
6	Старший дошкольный возраст			старшая
7				

Через минуту после рождения врач обследует состояние ребенка по «шкале Апгар»:

1. проверяет частоту сердечных сокращений,
2. состояние дыхательной функции,
3. тонус мышц,
4. рефлексы,
5. цвет кожных покровов.

Состояние новорожденного оценивается как:
хорошее 8—10 баллов,
удовлетворительное 6—7 баллов,
тяжелое — ниже 6 баллов.

Физиологический принцип классификации рождающихся детей не по массе и длине тела, а по признакам физиологической зрелости или незрелости обоснован профессором И.А.Аршавским.

Особенности изменения морфологических показателей ребенка от 0 до 7 лет

Показатель	Динамика изменения
Длина тела	От 50см до 75см (в 1год) до 115см (в 6-7 лет)
Масса тела	От 3,5кг до 10кг (в 1год) до 20кг (в 6-7 лет)
Окружность грудной клетки	От 33см до 48см (в 1год) до 60см (в 6-7 лет)
Окружность головы	От 35см до 45см (в 1год) до 52см (в 6-7 лет)

Особенности изменения функциональных систем организма ребенка от 0 до 7 лет

Система	Особенности динамики
Мышечная система	мышечная масса составляет около 25 % массы тела, <i>мышцы-сгибатели развиты больше (их мышечный тонус преобладает), чем разгибатели</i> , к 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц; с 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек; значительно увеличивается сила мышц туловища: от 16кг в 3-4 года до 32—34 кг к 7 годам.
Сердечно-сосудистая система	масса сердца увеличивается с 70,8 г (3-4 года) до 92,3 г (6-7 лет); увеличивается сила сердечных сокращений, повышается работоспособность сердца. ЧСС к 7 годам до 90 ударов в минуту. Артериальное давление от 80/55 — 85/60 мм рт.ст. (в 1 год), а в возрасте 3—7 лет оно уже в пределах 80/50—110/70 мм рт.ст.
Дыхательная система	уменьшается частота дыхания: к 1 году - 30—35раз в минуту, к 3-м годам — 25—30, а в 4—7 лет — 22—26; у ребенка нарастают глубина дыхания и легочная вентиляция.

Особенности изменения функциональных систем организма ребенка от 0 до 7 лет

Система	Особенности динамики
Нервная система	Унаследованные типологические особенности основных нервных процессов (сила, уравновешенность и подвижность); врожденные рефлексy; появление комплекса общего оживания у грудного ребенка при виде лица матери; постепенное созревание зрения и слуха; миелинизация нервных волокон (к 2 годам); на развитие ребенка и его нервных процессов огромное влияние оказывает становление двигательных функций, их созревание связано с деятельностью двигательного анализатора; иррадиация преобладает над концентрацией; при правильном воспитании у ребенка можно выработать множество стереотипов, что в значительной мере облегчает реагирование на окружающие внешние условия, повышает работоспособность нервных клеток; развиваются восприятие, память, мышление, эмоции.
Костная система	Богата хрящевой тканью, окостенение начинается с 2-3 лет, формирование физиологических изгибов позвоночника и свода стопы, максимальные проявления гибкости до 3 лет.

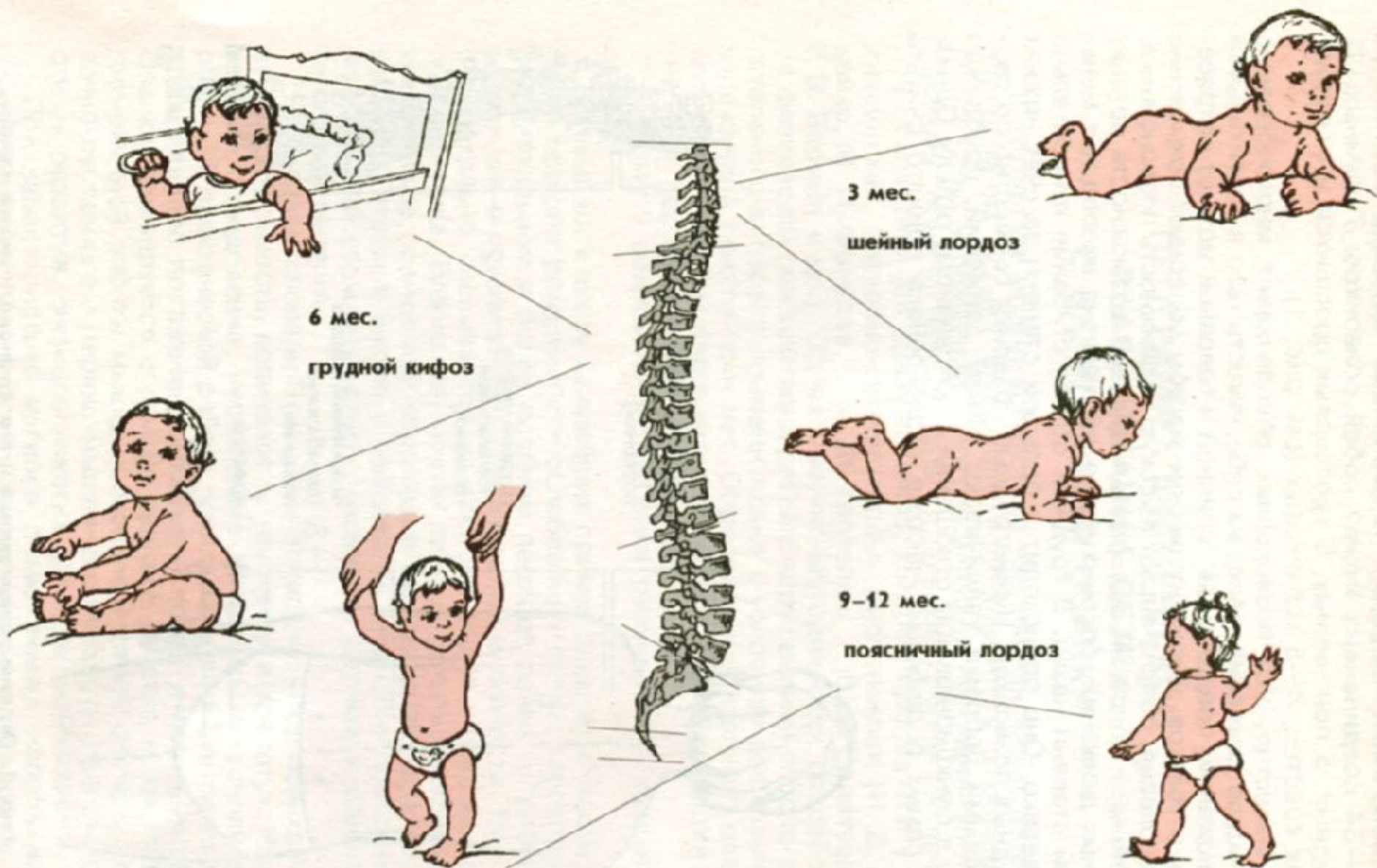


Рис. 2. Средние сроки формирования физиологических изгибов у ребенка первого года жизни

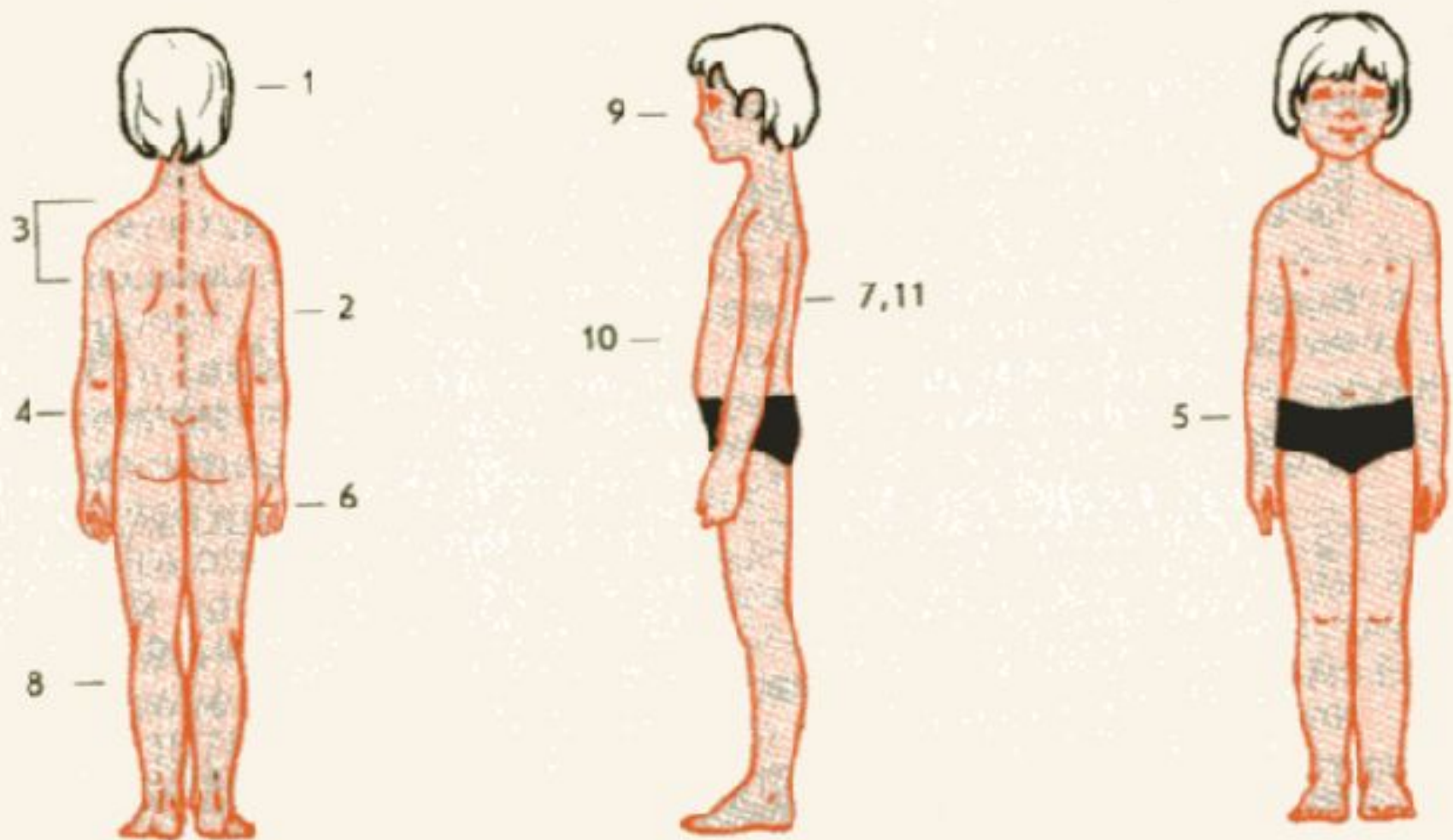


Рис. 3. Правильная осанка ребенка в трех проекциях

Критические этапы совокупности морфологических и функциональных особенностей

с 3 до 7 лет выделяются
третий, пятый и седьмой годы жизни.

**В этот период происходит не только
количественный рост, но и существенная
перестройка функций организма.**

**Возраст от 4 до 5 лет отличается наибольшей
интенсивностью и гармоничностью физического и
умственного развития.**

Психологические особенности развития дошкольников

Возрастной период	Ведущая деятельность	Объект познавательной деятельности	Какая сфера психики преимущественно развивается	Новообразования возраста
<i>Младенческий возраст (0–1 год)</i>	Непосредственное эмоциональное общение	Отношения	Личностная (потребностно-мотивационная)	Потребность в общении. Эмоциональные отношения
<i>Раннее детство (1–3 года)</i>	Предметно-манипулятивная	Предметы	Познавательные процессы	Речь и наглядно-действенное мышление
<i>Дошкольный возраст (3–7 лет)</i>	Сюжетно-ролевая игра	Отношения	Личностная (потребностно-мотивационная)	Потребность в общественно-значимой и общественно-оцениваемой деятельности

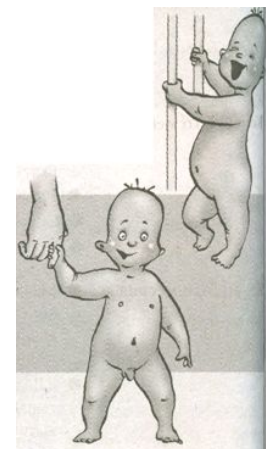
Периоды психологических кризисов дошкольников

- К 1 году жизни – восприятие мамы как отдельного биологического объекта.
- К 3 годам – «Я сам» – восприятие себя отдельной социальной единицей.
- К 6 годам – формирование общественной направленности личности ребенка.



Особенности развития движений у детей дошкольного возраста

Возраст	Состав развивающихся движений и качество их выполнения	Основные физиологические и психологические процессы, обеспечивающие изменения качества движений
1-10 дней	Отсутствие оформленных движений. Имеются в наличии рефлексы, связанные с питанием и приспособлением к окружающей среде	Воспитательное влияние взрослых благотворно воздействует на головной мозг
Конец 2-го месяца	«Комплекс оживления» (ответная реакция в форме улыбки, неорганизованных движений рук и ног, произнесения звуков при появлении взрослого, ухаживающего за ребенком)	Значительные сдвиги в развитии зрения, слуха. Изменяется характер общих движений
3 месяца	Овладевает умением самостоятельно поднимать и удерживать голову. Лежа на животе, приподнимается и переворачивается со спины на бок, но движения неосознанные	Усиленное кровоснабжение коры головного мозга, резкое увеличение поступающей информации
6 месяцев	Самостоятельно садится. Свободно переворачивается с живота на спину. Играет с игрушками, перекладывая их из одной руки в другую. Важнейшим моментом развития движений является ползание	Укрепление крупных мышц, совершенствование органов чувств
1 год	Происходит качественный скачок в развитии и освоении основных движений. Учится относительно самостоятельно выполнять движения. Самостоятельно ходит. Приседает и выпрямляется без опоры. Наклонившись, может поднять предмет	Активное развитие ребенка, расширение двигательного опыта и усиление интереса к окружающему миру
2 года	Соединяет с ходьбой различные простейшие движения, овладевает лазаньем и перелазаньем, бросает предметы. Оформляются все основные движения, за исключением бега и прыжков	Слабость мышц нижних конечностей, высокое расположение центра тяжести, недостаточное развитие центральной нервной системы (ЦНС) вызывают недостаточную координацию рук и ног. Развитие движений существенно влияет на психику



Особенности развития движений у детей дошкольного возраста

Возраст	Состав развивающихся движений и качество их выполнения	Основные физиологические и психологические процессы, обеспечивающие изменения качества движений
3-4 года	Бегают, прыгает на одной и двух ногах. Ходьба становится экономичной. Двигательные задачи осмыслиются. Ездит на трехколесном велосипеде, катается на лыжах	Чувствует потребность в частой смене движений. Условные рефлексы легко вырабатываются, но медленно закрепляются
5 лет	Овладевает целостными двигательными действиями. Движения становятся более точными и экономичными. Способен удерживать исходное положение, сохранять временно-пространственные характеристики основных движений, участвовать в подвижных играх	Совершенствуются психические процессы. Внимание и восприятие становятся устойчивыми, развивается способность к пониманию признаков предметов. Способен к наблюдению и воспроизведению упражнений со слов
6 лет	Интенсивно формируются двигательные навыки. Осваивает прыжки в длину и высоту с разбега, прыжки со скакалкой, лазанье по канату, метания на дальность и в цель. Катается на двухколесном велосипеде, коньках, лыжах, плавает. Движения координированы, экономичны, ритмичны	Изменяются пропорции тела, улучшается координация движений. Интенсивно развивается ЦНС

Параметры двигательной активности детей в день

- 3 года – 9 – 9.5 тыс. шагов
- 4 года – 10-10.5 тыс. шагов
- 5 лет – 11-12 тыс. шагов
- 6 лет – 13-13.5 тыс. шагов

Объем двигательной активности у детей с различной потребностью в движении

- Дети *большой* подвижности - 2.5-3.5 часа
- Дети *средней* подвижности – 2.3-3 часа
- Дети *малой* подвижности – 30-40 минут

Гетерохронность и синхронность развития физических качеств у детей 1-6 годов жизни (Кравчук А.И., Омск, 1999)

Физические качества	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	Сенситивный период, годы
<i>Ловкость</i>							1, 4, 5-й
<i>Выносливость</i>							1, 2, 4-й
<i>Динамическая сила</i>							1, 2, 4-й
<i>Статическая сила</i>							1, 2, 3, 4-й
<i>Быстрота</i>							1, 2, 3, 4-й
<i>Скоростная сила</i>							2, 3-й
<i>Гибкость</i>							2, 3-й
<i>Ускоренный и умеренный рост</i>	5	6	4	5	1	0	1-4-й

 - замедленный рост

 - умеренный рост



Таблица 1

Результаты выполнения норм ГТО детьми 6-8 лет

№	Тест из норм ГТО для детей 6-8 лет	Средний показатель девочек	Средний показатель мальчиков	Разница с нормой (золот. знак) девочки	Разница с нормой (золот. знак) мальчики
1	Челночный бег 3*10м, с	10,9	10,5	1.2	1.3
2	Бег на 1км без остановок, % выполнений	56	61	44	39
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз	3,6	5,2	-8	-12
4	Наклон вперед из положения стоя (касание ладонями до пола), % выполнений	43	38	57	62
5	Прыжок в длину с места, см	100	107	35	33
6	Метания теннисного мяча в цель, дистанция 6 м, (кол-во раз)	1,1	1,3	2,9	2,7
7	Плавание без учета времени (10м), % выполнений	54	58	46	42



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!