

## **Информационный материал для педагогов по психофизиологическому развитию детей и подростков**

В данном материале собрано общее описание психофизических особенностей разных возрастных категорий обучающихся. Эти сведения могут быть полезны при осуществлении образовательной деятельности разной направленности, а также при оформлении программно-методического сопровождения образовательного процесса. Информационный материал может быть использован при составлении дополнительных общеразвивающих образовательных программ, методических разработок частично или полностью в соответствии с направленностью, задачами и целями материала.

### **Глоссарий:**

**Социальная ситуация развития** - специфическая для каждого возраста система отношений ребёнка с окружающим миром.

**Ведущий вид деятельности** – такая деятельность ребёнка, развитие которой определяет наиболее важные изменения в психических процессах и психологических особенностях его личности.

**Возрастной кризис** - это временные периоды в развитии человека, при которых наблюдаются резкие психические изменения. Они длятся недолго, от нескольких месяцев до года и являются нормальным явлением в личностном развитии человека.

*В результате возрастного кризиса возникает:*

**Психологическое новообразование** - психические и социальные изменения определяющие сознание ребенка, его отношение к среде, внутреннюю и внешнюю жизнь. Эти изменения становятся исходными для формирования психических процессов и личности ребенка следующего возрастного периода.

### **Описание психофизиологических особенностей разных возрастных категорий обучающихся.**

#### **Дошкольный возраст: 3 (4)-6(7) лет**

До 3 лет ребенок осваивает материальный мир, свое тело. В дошкольном возрасте начинается вхождение в человеческую культуру.

Ранний возраст (и эпоха раннего детства, соответственно) заканчивается **кризисом 3 лет** (+/- 1 год) — кризисом «Я-сам». Ребёнок открывает себя как субъект деятельности, поэтому в течение кризиса происходит перестройка отношений между ребёнком и взрослым в пользу большей автономии ребёнка. Этот кризис обладает яркой симптоматикой: негативизм, упрямство, строптивость, своеволие, обесценивание взрослых, стремление к деспотизму.

**Социальная ситуация развития:** распад совместной деятельности с взрослым; поведение взрослого выступает образцом, который моделируется ребёнком в совместной со сверстником деятельности.

**Ведущим видом деятельности** дошкольного возраста является – **сюжетно-ролевая игра**. В процессе игры ребенком присваиваются смыслы межличностным отношениям. Ребенок научается договариваться, следовать правилам, выстраивать внутренний план действий и удерживать его. Это важный вид деятельности, который подготавливает ребенка к обучению в школе, где все строится на абстракции, понятийном аппарате, нежели непосредственном взаимодействии с материальными предметами.

Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными.

К 4 годам дети начинают понимать эмоции других людей.

Психические функции в большей степени **непроизвольные**, только к 6-7 годам начинается активная деятельность лобных долей, отвечающих за волевое поведение. Преобладает первая сигнальная система (восприятие мира через органы чувств) над второй сигнальной системой (познание мира через речь), соответственно поведение регулируется преимущественно импульсивностью. Дошкольники больше реагируют на яркие, динамичные картинки, смену интонации голоса, эмоциональную подачу информации.

Дошкольное детство – возраст, наиболее благоприятный для развития **памяти**. У младших дошкольников **память непроизвольна**. Ребенок не ставит перед собой цели что-то запомнить или вспомнить и не владеет специальными способами запоминания. Интересные для него события, если они вызывают эмоциональный отклик, запоминаются легко (непроизвольно). В среднем дошкольном возрасте (между 4 и 5 годами) начинает формироваться произвольная память. **Память** дошкольника является центральной психической функцией, которая определяет остальные процессы. **Мышление** ребёнка дошкольника во многом определяется его памятью.

**Мышление и восприятие** связаны настолько тесно, что говорят о наглядно-образном мышлении, наиболее характерном для дошкольного возраста. **Мыслить** для дошкольника - значит вспоминать, т. е. опираться на свой прежний опыт или видоизменять его. Никогда мышление не обнаруживает такой высокой корреляции с памятью, как в этом возрасте. Задачей **мыслительного** акта является для ребёнка не логическая структура самих понятий, а конкретное воспоминание своего опыта.

В дошкольном детстве в основном завершается долгий и сложный процесс овладения речью. К 7 годам язык для ребёнка становится действительно родным. Развивается звуковая сторона речи. Младшие дошкольники начинают осознавать особенности своего произношения. Интенсивно растёт словарный запас речи. Ребёнок 3–5 лет верно улавливает значения «взрослых» слов, хотя и применяет их иногда неправильно.

Переход от дошкольного детства к следующему периоду происходит вследствие преодоления **кризиса 7 лет (+/- 1 год)**. Кризис 7 лет, характеризуется утратой детской непосредственности, что связано с интеллектуальным опосредованием поведения, интеллектуализацией эмоций.

### **Младший школьный возраст 7-10 (11) лет**

**Социальная ситуация развития:** изменение привычной формы жизни ребёнка, появление нового взрослого — социального взрослого. Две линии развития отношений: «ребёнок - близкий взрослый» и «ребёнок - социальный взрослый (педагог)».

Развитие психики детей этого возраста осуществляется главным образом на основе **ведущей деятельности** — учебной деятельности. Учение для младшего школьника выступает как важная общественная деятельность, которая носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности младший школьник не только усваивает знания, умения и навыки, но и учится ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия. Новообразованием младшего школьного возраста являются, развивающаяся произвольность психических явлений, внутренний план действий, рефлексия.

Более эффективно функционируют лобные доли головного мозга, управляющие процессами мышления и другими психическими процессами, что помогает включаться во все более сложную, требующую высокой координации движений деятельность.

Преобладает **непроизвольное внимание**. Удержание внимания возможно благодаря волевым усилиям и высокой мотивации. Внимание активизируется, но еще не стабильно.

Доминирующей функцией в младшем школьном возрасте становится **мышление**. Завершается наметившийся в дошкольном возрасте переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению.

**Память** развивается в двух направлениях – произвольности и осмысленности. Дети **непроизвольно** запоминают учебный материал, вызывающий у них интерес, преподнесенный в игровой форме, связанный с яркими наглядными пособиями и т. д. Но, в отличие от дошкольников, они способны целенаправленно, **произвольно** запоминать материал, им не интересный.

В начале младшего школьного возраста **восприятие** недостаточно дифференцировано. Из-за этого ребенок иногда путает похожие по написанию буквы и цифры (например, 9 и 6 или буквы d и b). Хотя он может целенаправленно рассматривать предметы и рисунки, им выделяются, так же как и в дошкольном возрасте, наиболее яркие, «бросающиеся в глаза» свойства – в основном цвет, форма и величина.

У младших школьников нормативно может снижаться самооценка, т.к. ребенок оказывается во все БОльших ситуациях оценивания, и одобрение взрослых получить уже не так просто как в дошкольном возрасте.

Завершается данный период (и эпоха детства) **кризисом 11 (12) лет**. Происходит изменение представления ребёнка о себе в связи с началом полового созревания и появлением способности к рефлексии своих чувств и действий.

### **Подростковый возраст (средний школьный возраст) 10 (11)- 15(16) лет**

**Социальная ситуация развития:** общей характеристикой является расширение сферы социальной активности и изменение отношений с педагогами, сверстниками, родителями. Переход в среднюю школу сопровождается увеличением числа и разнообразия преподавателей, с которыми необходимо выстраивать отношения; отношения со сверстниками выходят за рамки учебной деятельности. Оформляются подростковые сообщества, в которых осваиваются нормы социальной жизни, нравственные нормы регуляции отношений.

Переход от детства к взрослости составляет главный смысл и специфическое различие этого этапа. Подростковый период считается «кризисным», такая оценка обусловлена многими качественными сдвигами в развитии подростка. Анатомофизиологические сдвиги в развитии подростка порождают **психологические новообразования**: чувство взрослости, развитие интереса к противоположному полу, пробуждение определенных романтических чувств, стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов.

**Ведущим видом деятельности** в этом возрасте является – интимно-личностное общение, направленное на познание другого человека, себя, межличностных отношений, на усвоение норм социального поведения.

Вместе с тем в психической сфере нередко выявляются **признаки эмоциональной неустойчивости**: немотивированные колебания настроения, сочетание повышенной чувствительности, ранимости в отношении собственных переживаний и известной черствости и холодности к другим, застенчивости и подчеркнутой развязности, самоуверенности. Повышается интерес к своей внешности, чрезмерно остро воспринимаются любые критические замечания по этому поводу.

У подростков развивается **абстрактно-логическое мышление**, благодаря активному развитию префронтальной коры лобных долей головного мозга. В мышлении подростков часто отмечается стремление к мудрствованию, разрешению сложных философских проблем, наблюдается склонность к фантазированию, вымыслам. В психике подростков отчетливо выступает противоречивость, связанная с неравномерностью психического и физического созревания. Черты «детскости» сочетаются у них с проявлениями «взрослости» и потому поведение часто выглядит непоследовательным, возможны и его нарушения.

**Кризис 15 лет** связан с необходимостью изменить своё место в обществе в связи с новым пониманием себя. У ребёнка к этому возрасту появляется желание видеть себя в

роли взрослого, он хочет, чтобы к нему относились как к взрослому, а родители (и другие взрослые в окружении) оказываются ещё не готовы к этому.

### **Юношеский возраст (старший школьный возраст) 15 - 18 лет**

**Социальная ситуация развития:** изменение характера учебной деятельности, она приобретает характер деятельности по самообразованию, подросток среди многообразия секций, курсов, возможных профессий, репетиторов и хобби находится перед профессиональным выбором.

**Ведущая деятельность:** учебно-профессиональная, которая предполагает овладение системой научных понятий в рамках предварительного профессионального самоопределения, приобретение профессиональных знаний и умений (операционно-техническая сфера).

Из-за нестабильности общественного сознания юношеству очень трудно выделить и усвоить нормы взрослой жизни. Отсюда — смятение в мыслях и неуверенность в завтрашнем дне.

В результате кризиса 15 лет возникают **новообразования психики:** профессиональное и личностное самоопределение, система ценностных ориентаций.

Психологическую базу для профессионального самоопределения в юности составляет, прежде всего, социальная потребность юношей и девушек занять позицию взрослого человека, осознать себя в качестве члена общества, определить себя в мире, т.е. понять себя и свои возможности наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

Важнейшим фактором, составляющим психологическую базу профессионального самоопределения и обеспечивающим готовность юношества к вступлению во взрослую жизнь, является наличие способностей и потребностей, которые позволяют с возможной полнотой реализовать себя на гражданском поприще, в труде, в будущей семейной жизни. Это, во-первых, **потребность в общении** и овладение способами его построения; во-вторых, **теоретическое мышление** и умение ориентироваться в различных формах теоретического познания (научном, художественном, этическом, правовом), что выступает в виде сложившихся основ научного и гражданского мировоззрения, а также развитой рефлексии, с помощью которой обеспечивается осознанное и критическое отношение к себе; в-третьих, **потребность в труде** и способность трудиться, овладение трудовыми навыками, позволяющими включиться в производственную деятельность, осуществляя её на творческих началах.

Эпоха подростничества завершается **кризисом 17 (18) лет**, который связан со вступлением ребёнка во взрослую жизнь, сменой стиля жизни, вида деятельности, и круга общения.