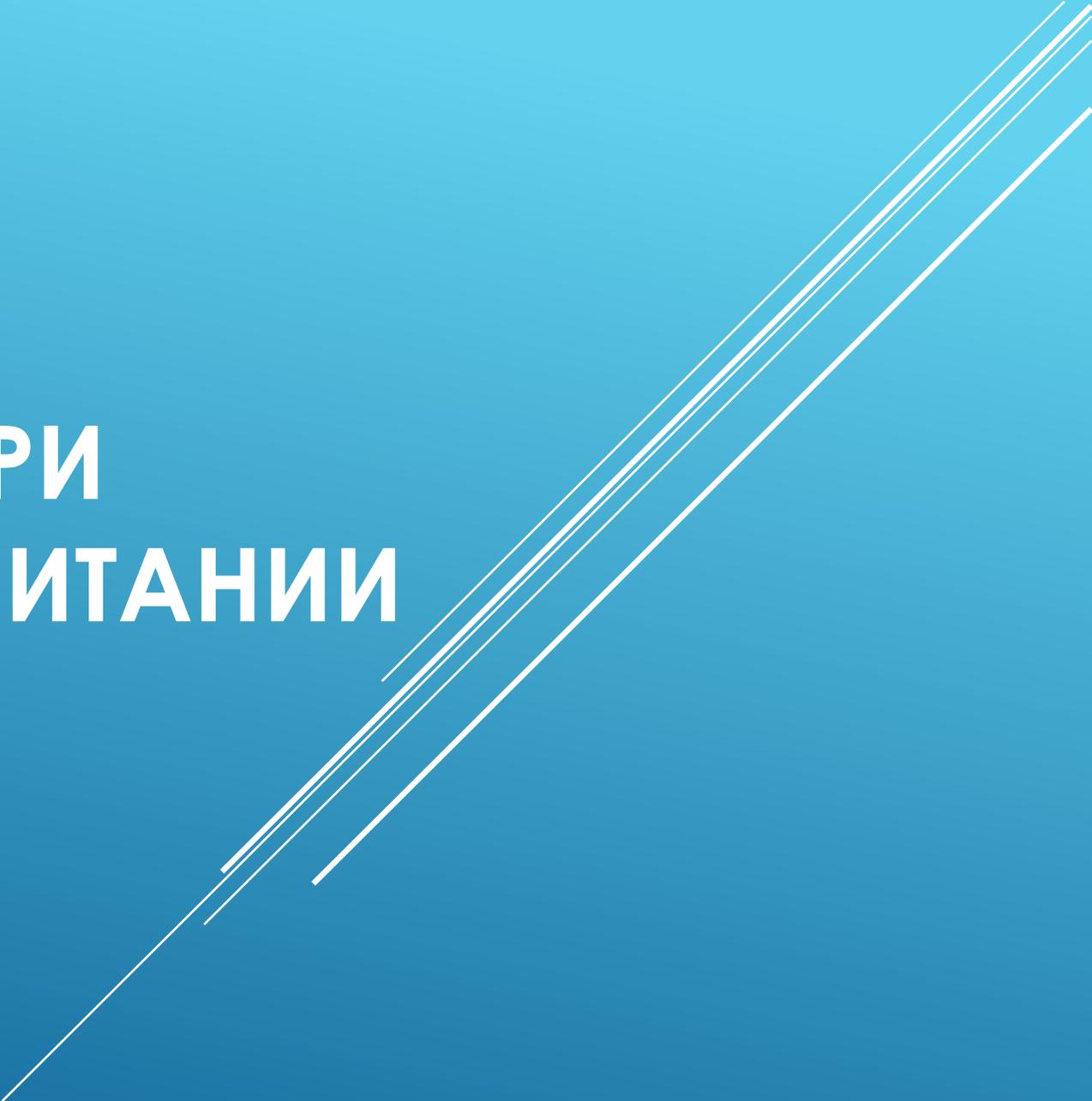


# УЧЁТ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРИ ОБУЧЕНИИ И ВОСПИТАНИИ

The image features a solid blue background. On the right side, there are several white, parallel diagonal lines that create a sense of movement and depth, extending from the bottom left towards the top right.

# ВОЗРАСТНАЯ ПЕРИОДИЗАЦИЯ В ПЕДАГОГИКЕ

- до 1 года – младенческий возраст
  - 1-3 лет – предшкольный возраст
  - 4-7 лет – дошкольный возраст
  - 8-11 лет – младший школьный возраст
  - 12-14 лет – средний школьный возраст
  - 15-18 лет – старший школьный возраст
- 

# МЛАДЕНЧЕСКИЙ И ПРЕДШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ



- В этом возрасте происходит интенсивное развитие органов чувств и двигательных навыков
- необходима свобода движений с обеспечением безопасности
- желательно манипулирование различными по форме и цвету предметами, прослушивание музыки и звуков, интонаций

# ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ



- это период формирования норм нравственности, таких как доброта и честность
- преобладают произвольные движения крупной и мелкой моторики
- основной вид деятельности в этом возрасте – игровая
- длительные физические нагрузки противопоказаны

# МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

это смена образа и стиля жизни: новые требования, новая социальная роль ученика, новый вид деятельности — учебная



- большое внимание следует уделять упражнениям на формирование правильной осанки из-за больших статических напряжений, связанных с деятельностью в школе
- ограниченное использование силовых напряжений
- разнообразность упражнений

# СРЕДНИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

переходный, от детства к юности, в этом возрасте происходит бурный рост и развитие всего организма



- хорошо развиваются координация, сила
- сложно поддается развитию гибкость
- требуется осторожность в упражнениях на выносливость
- углубленное обучение базовым видам двигательных действий (гимнастика, легкая атлетика, лыжный спорт, спортивные игры, плавание)

# СТАРШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

в этом возрасте завершается физическое развитие, заканчивается первый период полового созревания, идёт общее созревание организма



- период выработки мировоззрения, убеждений, характера и жизненного самоопределения
- потребность в значимых для жизненного успеха знаниях
- мышцы и скелет набирают прочность
- период специализации в спорте