

Развитие и возрастные процессы человека

Изменения тела, мышления и поведения на жизненных этапах.



Почему важно изучать возрастные изменения?

Понимание возрастных изменений помогает объяснить особенности роста и поведения школьников, учитывать влияние окружения и предвидеть трудности развития личности.



Ключевые этапы развития человека

1

Младенчество (0–3 года)

Интенсивный физический и психический рост, формирование базовой моторики и речи.

2

Раннее детство (3–7 лет)

Развитие речи, социальных навыков и первых самостоятельных действий.

3

Среднее детство (7–12 лет)

Укрепление умственных способностей, адаптация в школе и расширение интересов.

4

Подростковый возраст (12–18 лет)

Поиск идентичности, формирование абстрактного мышления и социальных ролей.

5

Взрослая жизнь и старость

Закрепление жизненных навыков, постепенные изменения в теле и мышлении.

Что такое возрастные кризисы?

- Возрастные кризисы — это резкие изменения в психике и поведении, которые помогают ребенку осваивать новые социальные роли.
- К примеру, кризис трёх лет связан с формированием автономии, а подростковый кризис — с развитием самостоятельности и изменением взглядов на авторитеты.



Физическое развитие по этапам

В младенчестве происходит бурный рост и развитие органов, формируется основа телосложения.

В раннем детстве наблюдаются умеренные темпы роста и активное развитие крупных моторных навыков.

Подростковый возраст характеризуется скачком роста, увеличением мышечной массы и появлением вторичных половых признаков.

Каждый этап отличается индивидуальными темпами созревания, зависящими от наследственности и внешних условий.

Развитие интеллекта и мышления

Переход к абстрактному мышлению

Дети воспринимают мир через конкретные действия, постепенно осваивая абстрактное мышление в подростковом возрасте. Это позволяет решать более сложные задачи и рассуждать логически.

Формирование познавательных навыков

Развиваются навыки анализа, сравнения и умения делать выводы, что проявляется в способности формулировать гипотезы и критически оценивать информацию.



Средние темпы роста тела по возрастам

В период между младенчеством и подростковым возрастом рост замедляется, отражая переход к постепенному развитию.

Два пика роста соответствуют ключевым этапам формирования организма — раннему детству и подростковому возрасту.

Институт гигиены и охраны здоровья детей РФ, 2023



Возрастные особенности памяти, внимания и мышления

Сравнительная таблица показывает развитие когнитивных способностей у детей разных возрастов.

Возраст	Память	Внимание	Мышление
7 лет	Нечёткая	Нестабильное	Наглядно-действенное
11 лет	Осознанное	Улучшенное	Переходное
15 лет	Устойчивое	Стабильное	Абстрактное

К 11 годам дети начинают осознанно запоминать, а к 15 — овладевают абстрактным мышлением и устойчивым вниманием.

Влияние семьи и школы на развитие ребёнка

■ Семья формирует базовые ценности, модели поведения и мотивацию, создавая опору для дальнейшего развития.

■ Школа развивает умения, коммуникативные навыки и социализацию, обеспечивая расширение знаний и опыта.

■ Обе среды совместно обуславливают самооценку ребёнка, его интересы и устойчивость к стрессам.

Индивидуальные особенности развития



Разнообразие темпов полового созревания

У одних подростков половое созревание начинается раньше, у других — позже, что влияет на физическое и эмоциональное состояние, а также на восприятие себя в социальном окружении.

Влияние темперамента на развитие личности

Характер и склонности ребенка определяют его интересы и реакцию на окружающий мир. Активный ребёнок легче осваивает новые виды деятельности, тогда как спокойный предпочитает стабильность.

Влияние сверстников и социальных групп

В подростковом возрасте сверстники становятся важным источником поддержки и информации, формируя новые ценности и интересы, которые влияют на самооценку и выбор поведения.

Общение внутри социальных групп помогает развить навыки сотрудничества, умение слушать и договариваться, что способствует успешной адаптации в коллективе.

Участие в группах укрепляет качества лидерства, формируя способность принимать решения и брать на себя ответственность в совместных делах.

Поддержка друзей влияет на мотивацию и способствует формированию устойчивой личности, помогая преодолевать трудности и стрессовые ситуации.

Кризис подросткового возраста

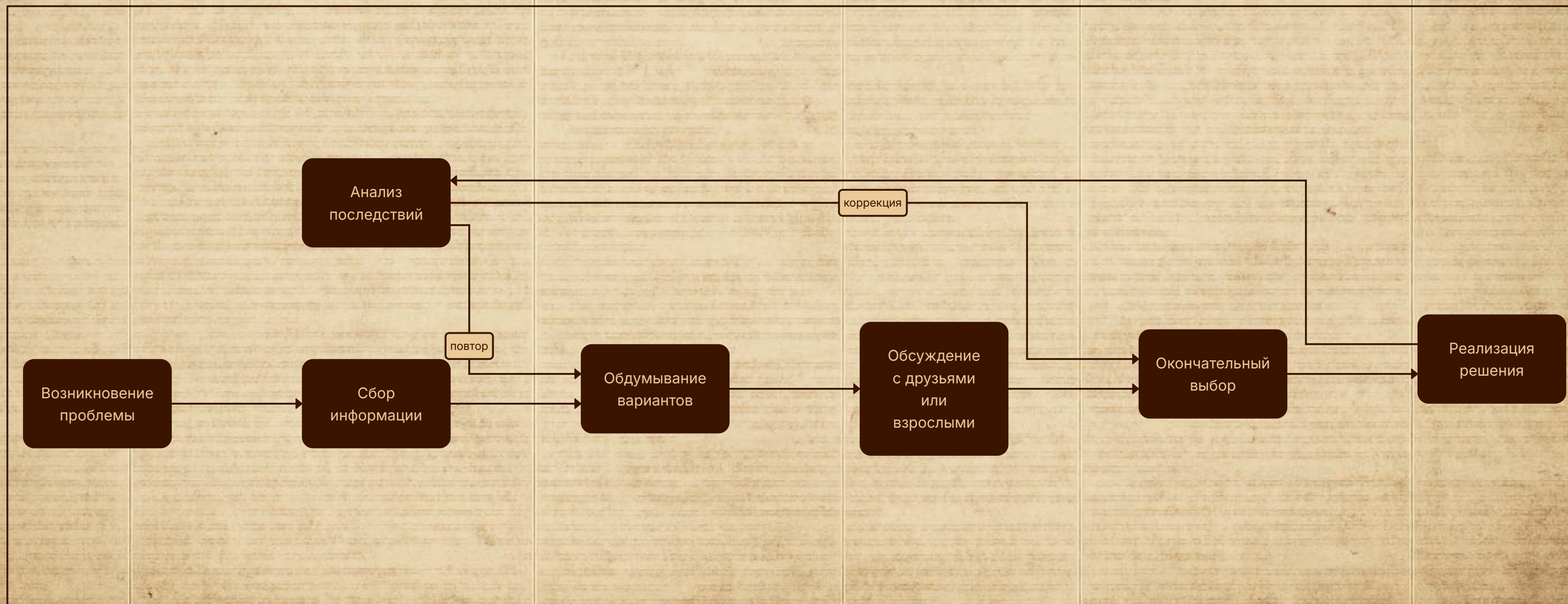
Подростки активно стремятся к самостоятельности и формированию собственной идентичности. Это приводит к новым взглядам и изменениям в отношениях с родителями и взрослым окружением.

Эмоциональная нестабильность проявляется вспышками раздражения и конфликтами. Значимость мнения ровесников возрастает, что влияет на поведение и социальные установки.



Этапы принятия жизненно важных решений у подростков

Логика процесса принятия решений по этапам развития подростка



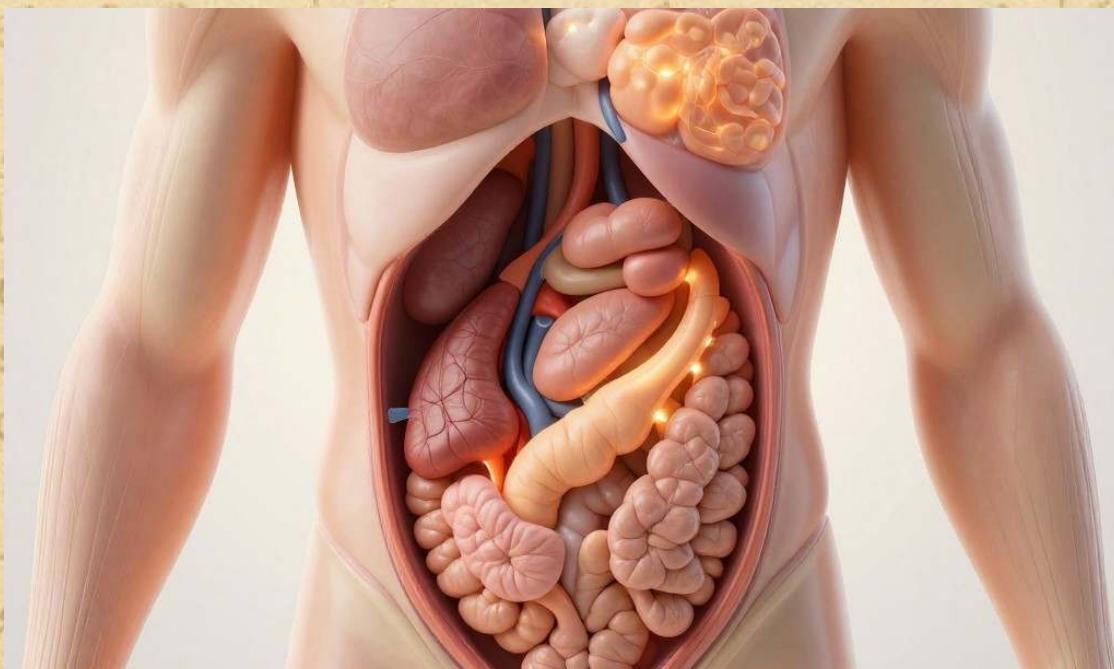
Понятие психосоциального развития

Психосоциальное развитие подразумевает формирование самоуважения и эмоциональной зрелости, что позволяет подросткам становиться уверенными и ответственными членами общества.

Важной частью развития является освоение навыков взаимодействия с окружающими, в том числе развитие эмпатии и умения строить конструктивные отношения.

Каждый возрастной этап требует решения социальных задач: от освоения норм и правил до активного участия в коллективной деятельности и социальной ответственности.

Половое созревание и его влияние на подростков



Гормональные изменения и формирование тела

В период полового созревания происходит активное выделение гормонов, вызывающих рост и появление вторичных половых признаков. Это влияет на внешность и эмоциональное состояние подростков.

Появление новых интересов и чувств

Многообразие переживаний усиливается, формируется половое самосознание. Подростки начинают чувствовать повышенную чувствительность к мнению окружающих и стремятся понять себя глубже.

Влияние окружения на восприятие себя

Семья и сверстники играют важную роль в поддержке подростка. Их реакция помогает формировать уверенность, а также адаптировать новые изменения психики и тела.

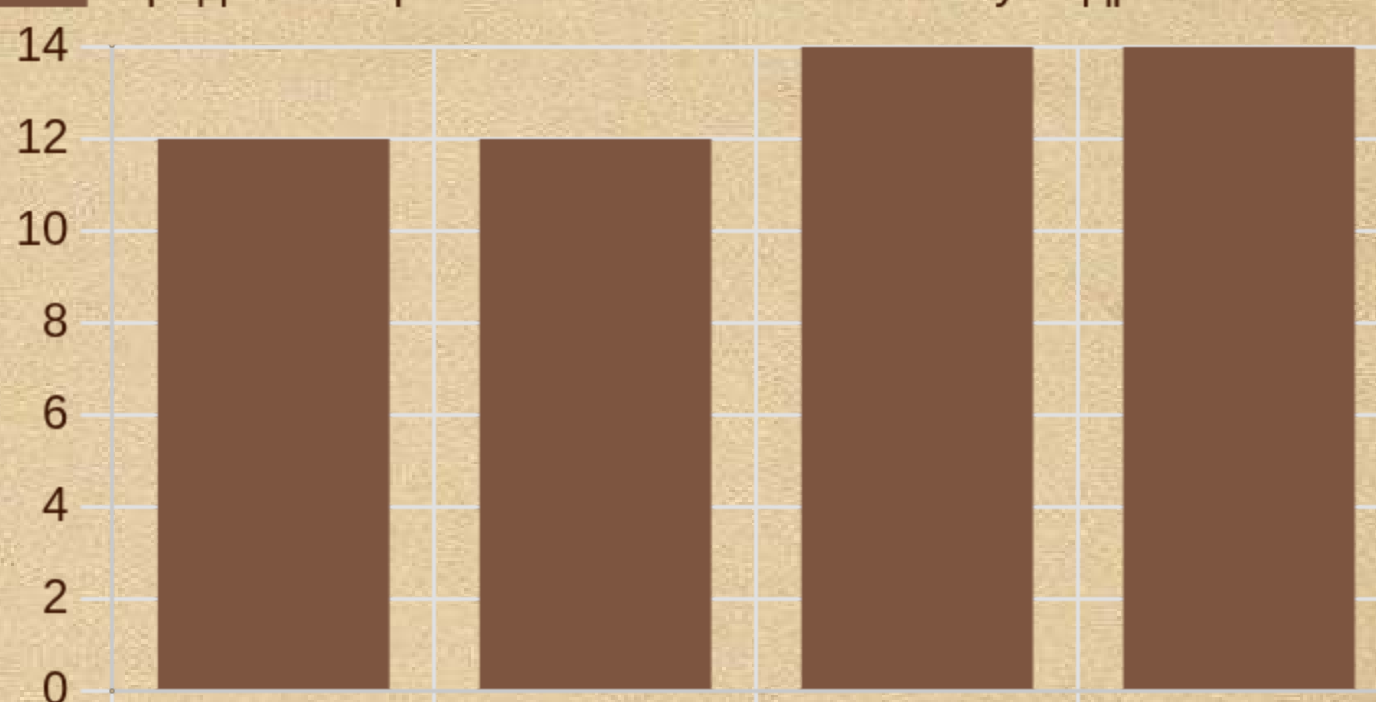
Средний возраст наступления ключевых изменений

График отражает усреднённые значения с учётом пола и индивидуальных различий для подростков России.

Возрастные изменения следуют определённой последовательности, взаимно влияя на физическое и психическое развитие.

Министерство здравоохранения РФ, 2022

Средний возраст ключевых изменений у подростков



Начало скачка роста

Половое созревание

Развитие абстрактного мышления

Пик эмоциональных изменений

Bus

Trade Rev

They

Issue

Making A

THE PLAN

Влияние технологий на возрастные процессы

Положительные аспекты цифровых технологий

Технологии ускоряют доступ к информации, развивают навыки многозадачности и расширяют возможности для обучения и общения среди подростков. Они формируют новые умения и подходы к решению задач.

Риски и вызовы использования гаджетов

Избыточное время с гаджетами приводит к недостатку сна, снижению концентрации и уменьшению реального общения, что способствует развитию тревожности и социальной изоляции в подростковом возрасте.



Роль спорта и активности в развитии

Физическая активность улучшает состояние опорно-двигательного аппарата, способствуя правильному формированию мышц и костей в период интенсивного роста.

Регулярные упражнения укрепляют сердечно-сосудистую систему и улучшают общее здоровье, снижая риск хронических заболеваний в будущем.

Спорт помогает управлять стрессом, развивает силу воли и повышает самооценку, что важно для психологического благополучия подростков.

Значение творчества и хобби в развитии

- Творческие занятия расширяют мышление и способствуют развитию нестандартных подходов к решению проблем, формируя у подростков уверенность и самостоятельность.
- Хобби и кружки дают возможность исследовать интересы, строить социальные связи и развивать навыки, полезные как в учёбе, так и в жизни.



Возрастные процессы как основа формирования личности

Понимание возрастных изменений помогает поддержать гармоничное развитие и успешную социализацию подростков, учитывая их индивидуальные потребности и особенности в разных сферах жизни.

THE PLAN