***Особенности нервно – психического развития дошкольников.***

 Первые шесть лет мозг растет очень активно, увеличивается количество извилин, меняется их топография, форма. К семи годам теменно-затылочные структуры мозга, отвечающие за бытовые действия, практически сформированы. Развитие лобных долей, отвечающих за интеллект, логику, эмоции, начинается на шестом году жизни. С помощью лобных долей осуществляется сопоставление действующего раздражителя (то, что происходит сейчас) со следами прошлых впечатлений (то, что уже было). Поэтому детям пяти - семи лет можно задавать вопрос "почему?" или объяснять связи и зависимости, наблюдаемые между предметами и явлениями.

Например, перед дождем влажность воздуха высокая, мошкам трудно летать высоко, поэтому птицы, питающиеся насекомыми, летают тоже низко. Вывод: если птицы летают низко, значит, будет дождь. Но требовать от детей каких-то логических формулировок, выводов еще рано. Большое внимание нужно уделять накоплению сенсорного (чувственного) опыта, то есть при описании незнакомого предмета обязательно дать ребенку обследовать этот предмет, провести с ним какие-то действия, спросить, где можно его использовать. Сенсорный опыт способствует образованию связей между теменной и лобной долями коры, что положительно сказывается на развитии мозга и формировании способности к обучению.

Роль взрослых заключается в грамотно построенной работе с детьми, которая обязательно приведет к положительным результатам; если не учитывать особенности формирования и развития мозга, то у детей возникнут трудности при обучении в школе, могут даже образоваться патологии в развитии мозга.

К пяти годам у детей речь практически чистая, дети свободно оперируют понятиями, идет закрепление материала. Увеличивается объем памяти, а скорость запоминания снижается.

К семи годам мозг детей функционально сформирован и способен осуществлять сложные умственные действия: обобщения, выявления причинно-следственных связей, дифференцировки, запоминания. Речь чистая, ребенок свободно оперирует понятиями, может одновременно говорить, действовать с предметами, следить за действиями других, оценивать эти действия. Но на фоне этих возможностей остается высокой функциональная истощаемость коры головного мозга: ребенок быстро устает, особенно от однообразной и неинтересной деятельности. Сложные занятия, особенно на фоне ограничения двигательной активности, в худшем случае могут вызвать органические повреждения клеток коры (особенно если ребенок приступает к систематическим сложным занятиям с пяти-шести лет); обычно повреждение корковых клеток не наступает, а наблюдается их функциональное перенапряжение. Такие функциональные расстройства высшей нервной деятельности получили название ***неврозов***.

***Причины неврозов:***

1. Очень сложные задания, с которыми нервная система не может справиться. Парадокс в том, что взрослым это задание кажется легким и простым, потому что их кора имеет значительно большие возможности.

2. Задания не сложные, но однообразные, неинтересные, скучные.

3. Эмоциональный дискомфорт: ребенок боится, что не справится с работой, что его будут ругать, а возможно, и насмехаться над его неловкостью.

4. Перенапряжение корковых клеток, которое имеет место при систематическом утомлении, в обстановке постоянных запретов и вынужденных ограничений. Нередко «пусковым» моментом в возникновении невроза является словесный раздражитель: это может быть сравнение ребенка с кем-то из его сверстников, оскорбление, унижение.
Родители должны быть очень осторожны при выборе занятий и игр для ребенка. Подбирать их следует в соответствии с интересами ребенка; если ребенок капризничает, отвлекается, то не делать замечания, не принуждать, а лучше сменить деятельность: устал слушать сказку - предложите ему проиграть какой-то сюжет сказки. Другими словами, старайтесь интеллектуальную деятельность заменить двигательной активностью.

**К неврозам также приводят:**

1.Ссоры взрослых в семье.

2. Неровное отношение взрослых к ребенку (например, папа разрешает, а мама - нет).

3. Третирование ребенка другими детьми и взрослыми.

4. Физическое воздействие на ребенка.

5. Нарушения сна. Во время сна мозг отдыхает, идет обработка информации и кратковременная память переходит в долговременную. При нарушениях сна этого не происходит.
6. Хронические заболевания. В процессе лечения ребенок испытывает нервно-эмоциональное воздействие, физическое (токи высокой частоты, ультразвук и др.), химическое (лекарственные препараты), биологическое (вакцины, сыворотки). Воздействие этих факторов не может не сказаться на работе нервной системы. Поэтому лечить ребенка можно только под наблюдением врача, соблюдая все рекомендации.

7. Стрессовые ситуации. Организм тратит очень много сил на борьбу со стрессом (стресс - напряжение). Если стрессы возникают часто, то нервная система истощается, что провоцирует депрессию. Чаще это проявляется в гиперактивности: дети подвержены беспокойству, неуемности, все время стремятся куда-то бежать, агрессивны

8. Обилие информации, особенно получаемой через телевидение, компьютер. Нервная система не способна обработать весь поток информации, отличить реальность от виртуальности.

***Признаки неврозов:***

1. Капризы.

2. Быстрая утомляемость, вялость.

3. Навязчивые движения (подергивания головой, плечами, причмокивание, покашливание, однообразные повторяющиеся движения руками и ногами).

4. Страх темноты, одиночества.

5. Вегетативные реакции организма:

- усиленное слюноотделение,

- частые глотательные движения;

- нервный кашель;

- нервные рвоты,

- слезы без повода;

- снижение звучности голоса.

6. Заикание (логоневроз).

7. Нервные тики (непроизвольное сокращение мышц).

8. Говорение во сне.

9. Недержание мочи (энурез).

10. Отказ от пищи (анорексия вследствие потери аппетита).

***Профилактика нервности:***

1. Исключить чрезмерные нагрузки.

2. Не предъявлять завышенные требования к ребенку.

3 Здраво оценивать реальные возможности и силы ребенка.

4. Всегда найти повод похвалить ребенка.

5. Грамотно организовывать отдых (сон, прогулки, смена деятельности).

6. Адекватно относиться к болезням ребенка (не перелечивать и не запускать).
Казалось бы, мероприятия очень просты, но польза для организма огромная.
Если все-таки вы заметили у ребенка хоть один признак, характерный для невроза, необходимо лечение. Оно может заключаться не только в консультации специалиста, но и в смене обстановки, рациональном питании (витаминизация и минерализация пищи), достаточном пребывании на свежем воздухе, занятиях спортом. Иногда достаточно просто поговорить с ребенком, рассказать примеры из собственной жизни, помочь ему посмотреть на ситуацию по-другому.