

Готов ли ребенок к школе?

Знание степени биологической зрелости организма необходимо для многих практических целей.

Поэтому выработаны простые критерии, которые с известной долей вероятности могут охарактеризовать биологический возраст ребенка.

Важнее ориентироваться на его индивидуальный уровень морфофункциональной зрелости, чем на календарный возраст.

Более зрелый биологически ребенок легче справляется с физическими и умственными нагрузками, легче адаптируется к новым условиям, в том числе к школе, менее чувствителен к стрессу, к возбудителям детских инфекций и т.д.

Полуростовой скачок – морфологические критерии

Пропорции тела и темпы роста. Самый простой, но и самый грубый способ оценки биологического возраста – по пропорциям тела в периоды ростовых скачков. Так, в дошкольном возрасте (обычно в 5-6 лет) дети переживают так называемый «полуростовой скачок роста».

Для того чтобы узнать, прошел уже или еще нет полуростовой скачок, нужно провести Филиппинский тест (впервые применен антропологами при обследовании большой группы детей на Филиппинах).

Надо попросить ребенка дотронуться правой рукой до левого уха, проведя руку над головой.

У взрослого это не вызывает затруднений, у школьников – тоже, а вот 4-5-летний ребенок, оказывается, не может сделать такую про-

стую вещь: руки у него пока еще слишком коротки.

Полуростовой скачок и заключается в существенном удлинении рук и ног.

Результат Филиппинского теста достаточно точно характеризует именно биологический возраст ребенка, так как отражает не просто характеристику развития скелета, а нечто гораздо более важное – степень морфофункциональной зрелости организма.

В первую очередь это связано с уровнем созревания нервной системы и способностью головного мозга воспринимать и перерабатывать информацию.

Недаром Филиппинский тест нередко рассматривают как один из главных критериев «школьной зрелости», то есть готовности организма ребенка к многотрудному процессу школьного обучения.

Физиологами и гигиенистами совершенно твердо установлено, что, если ребенок начинает посещать школу до того, как у него прошел полуростовой скачок, это резко отрицательно сказывается на его здоровье, в первую очередь – психическом, и крайне редко приносит успех в обучении.

Паспортный возраст, в котором проходит этот полуростовой скачок, может существенно варьироваться. У некоторых детей он завершен уже к 5 годам, у других – только после 7 лет. Ясно, что в таком возрасте разница в два года – это очень много.

Но такое разнообразие является нормальным, никаких поводов для беспокойства само по себе ускорение или замедление темпов фи-



зического развития не дает, важно, чтобы это развитие было гармоничным.

И еще важно – чтобы родители осознавали степень зрелости своего ребенка и не предъявляли к нему требований, с которыми он не может справиться в силу своего уровня биологической зрелости.

Поспешность в деле воспитания и обучения губительна. Пройдет совсем немного времени – и ребенок достигнет следующего этапа в развитии, на котором, возможно, быстро догонит и перегонит опередивших его на короткое время сверстников.

Если же применить насилие и заставлять ребенка заниматься тем, к чему его организм еще не готов, можно нанести непоправимый ущерб организму и психике.

Полуростовой скачок – физиологические последствия

Полуростовой скачок – один из важных критических периодов в жизни ребенка, по ходу которого качественно меняются многие из функций организма.

В то же время физиологические последствия полуростового скачка очень просты: организм становится надежнее в биологическом смысле, а стало быть – работоспособнее. С точки зрения физиологии о работоспособности вообще можно говорить только после завершения полуростового скачка.

До этого истинной работоспособности (ни умственной, ни физической) у ребенка еще нет.

Ведь основой работоспособности является такая организация нервных, энергетических и других процессов, которая способна обеспечить работу в «устойчивом режиме».

Ни о каком устойчивом режиме до полуростового скачка говорить не приходится – клетки детского организма до 6 лет просто не годятся для этого.

После того как полуростовой скачок завершен, у ребенка появляются реальные функциональные возможности к усидчивой, достаточно длительной работе в ровном темпе (разумеется, еще небольшие – они будут быстро, но неравномерно увеличиваться по мере взросления, но основа уже заложена).

Готовность к школе. Что это с физиологической точки зрения?

Итак, готовность к школе имеет **биологические, психологические и социальные аспекты**. Мы рассматриваем только биологические, в частности – морфологические и физиологические.

Морфологически ребенок должен быть достаточного размера; чтобы поместиться за партой (рабочим столом).

Его пропорции должны соответствовать двигательным задачам, которые ему предстоит решать в процессе обучения, также должны отражать тот факт, что полуростовой скачок уже прошел.

Физиологические системы организма должны приобрести свойства, обеспечивающие необходимый уровень надежности, то есть дееспособности ребенка в режиме умеренной умственной и физической нагрузки.

Должны созреть нервные центры, управляющие разнообразными видами деятельности; в частности, способность к достаточно тонкой координации движений – это свойство нервной системы, которое реализуется только на определенном уровне ее зрелости. **Именно**

с этими способностями связано обучение письму.

И, наконец, должны произойти качественные изменения в обменных процессах, благодаря которым ребенок приближается к взрослому по внутреннему ощущению времени.

Дело в том, что наши «внутренние часы» работают не от пружинки или батарейки, а от тех биохимических реакций, которые происходят непрерывно в клетках нашего тела.

У детей до полуростового скачка скорость этих реакций намного выше, чем у взрослых.

Поэтому они не могут долго заниматься одним и тем же делом, трудно им и сидеть на уроке, даже если он укорочен до 30-35 минут.

Новое качество приобретает детьми в этом отношении именно в возрасте 6-7 лет, и очень важно успешно организовывать совместную деятельность взрослых и детей.

Критерии готовности ребенка к школе Морфологические:

- абсолютные размеры тела (масса не ниже 23 кг);
- пропорции тела (Филиппинский тест);
- смена зубов.

Физиологические:

- моторика (наличие фазы полета при беге; способность к прыжку; способность к броску);
- работоспособность (усидчивость; способность не отвлекаться, выполняя конкретное задание (как минимум) в течение 15 минут);
- чувство времени (зависящее от скорости обменных процессов) должно приблизить-

ся к взрослому – иначе ребенок и учитель живут как бы в разных измерениях.

Что делать, если ребенок физиологически не готов к школе?

Ответ простой и единственный: ждать! Но не сидеть, сложа руки, а заниматься с ребенком, стимулировать развитие тех его систем и функций, которые уже созрели или начали созревать.

Но ни в коем случае не забегать вперед, не пытаться сформировать то, что еще функционально не готово. Нет смысла сажать в землю незрелое семя – из него ничего не вырастет. А ребенок – такой же биологический объект и подчиняется тем же законам природы.

Что нужно понимать взрослым?

Если ребенок развивается медленнее, чем другие, то это может означать, что он пойдет дальше других: «Тише едешь – дальше будешь».

Считанные единицы вундеркиндов достигли чего-то стоящего во взрослой жизни. Быстрое развитие вовсе не означает, что все в организме хорошо. Оно означает лишь то, что такова природа этого юного существа.

Быстрое развитие создает множество проблем, и лишь немногим по плечу достойно с ними справиться.

Напротив, медленное развитие – это более мягкий, деликатный, щадящий режим, но от взрослых, как в том, так и в другом случае требуются уважение и забота.

Е.И. Коротких, педагог-психолог
(По материалам статьи доктора биологических наук В. Сонькина «Готов ли ребенок к школе», «Здоровье детей», № 16, 2005)