Родителям важно знать!

*Почему физиологическое развитие старшего дошкольника влияет на будущую успеваемость в школе.*

 Физиологическая готовность к школе определяется уровнем развития основных функциональных систем организма дошкольника и состоянием его здоровья. Часто болеющие дети, физически ослабленные, даже при наличии высокого уровня умственных способностей испытывают трудности в обучении. В медицинских картах будущих первоклассников есть подробные сведения о соматическом развитии ( пропорции тела относительно возрастной нормы, рост, вес). *Но ничего не говорится о состоянии нервной системы. Между тем значительная часть детей старшего дошкольного возраста страдают неврозами.*

 С позиции психического развития эти дети соответствуют норме и обучаются в обычной школе. В благоприятных условиях эти органические нарушения нервной системы с возрастом могут компенсироваться. Но таким детям свойственны особенности в поведении и деятельности, которые необходимо учитывать при организации обучения: снижение памяти, внимания, раздражительность, трудности в общении со сверстниками, гиперактивность или медлительность, трудности в принятии учебной задачи и снижении самоконтроля.

 *Причины отклонения в развитии нервной системы разные: тяжелая беременность, тяжелые заболевания в младенчестве и раннем возрасте, травмы и ушибы головы, стрессовые ситуации, неблагоприятные условия в семье.*

 С началом обучения в школе нагрузка на организм резко возрастает.

 - Систематическая учебная работа;

 - большой объем новой информации;

 - необходимость длительно сидеть;

 - изменения в привычном распорядке дня;

 - пребывание в большом школьном коллективе.

 Вся это система требует от первоклассника значительного напряжения физических и умственных сил.

Готов ли организм 6-7 летнего ребенка к таким нагрузкам?

Необходимо помнить о том, что все дети развиваются по–разному. Фактический возраст ребенка не всегда соответствует биологическому. Один ребенок и в 6 лет готов, а другому в 7 лет школьная обычная нагрузка в тягость.

Ребенок считается готовым к школьному обучению, если по показателям физиологического и биологического возраста он соответствует формальному или опережает его и не имеет медицинских противопоказаний.

Одна из проблем современной школы - это несоответствие уровня зрелости организма ребенка к условиям, в которые его помещают.

Биологически зрелый ребенок легче справляется со школьными нагрузками, легче адаптируется к новым условиям, менее чувствителен к стрессу, возбудителям детских инфекций.

 Самый простой способ оценить биологическое созревание по изменению пропорций тела в период ростовых скачков. Обычно в 5-6 лет дети переживают полуростовой скачок роста.

Для того. Чтобы узнать прошел или нет полуростовой скачок, нужно провести Филиппинский тест.

Пусть ребенок дотронется правой рукой до левого уха, заведя руку над головой. Рука должна полностью достать до мочки уха. Голову нельзя наклонять, она должна быть прямая.

 Полуростовой скачок заключается в существенном удлинении рук и ног. Этот тест показывает именно биологический возраст ребенка. Он показывает характеристику развития скелета и степень морфофункциональную зрелость организма. Это связано с уровнем созревания нервной системы и способностью головного мозга воспринимать и перерабатывать информацию. Физиологами 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.

Возраст, в котором проходит полуростовой скачок, может варьироваться. У одних детей он завершается к 5 годам, у других – только после 7 лет. И это нормальное явление. Полуростовой скачок – это критический период в жизни ребенка, в котором качественно меняются многие функции организма. 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 организация нервных, энергетических процессов, которая способна обеспечить работу в « устойчивом режиме».

После завершения полуростового скачка у ребенка появляются функциональные возможности к усидчивой и длительной работе в ровном темпе.

Физиологические системы организма должны приобрести свойства, обеспечивающиеся дееспособность ребенка в режиме умеренной 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**. У ребенка должны произойти и изменения в обменных процессах, благодаря которым ребенок приближается к взрослому. Наши « внутренние часы» работают и от биохимических реакций, которые происходят непрерывно в клетках нашего тела. У детей до полуростового скачка скорость этих реакций намного выше, чем у взрослых. Поэтому дети не могут долго заниматься одним и тем же делом, им трудно сидеть на уроке 30-35 минут.

Наибольшую проблему при обучении первоклассников представляет неподготовленность руки к письму. Основными причинами являются:

1. Недостаточное развитие мелких мышц пишущей руки и нервной регуляции мелкой моторики (физиологическая неготовность к обучению письму);
2. Несформированность навыка выполнения графических движений (психологическая неготовность к обучению письму).

Кроме развития тонких мышц необходимо развивать и крупные движения. Понаблюдайте за походкой ребенка. Показателями низкого уровня развития крупных движений служат:

- неустойчивая, неровная походка (ребенок спотыкается, падает, задевает ногой за ногу, шаркает ногами);

-наличие большого количества лишних движений, сопутствующих основному движению и мешающих его выполнению;

- существенное нарушение координации движений, приводящее к невозможности поймать и удержать мяч.

При недостаточном уровне развития крупной моторики важно добиваться повышения двигательной активности ребенка. Полезно чаще играть с ребенком в мяч, стимулировать лазание по лестницам. Очень полезны занятия плаванием.

Что делать. Если ребенок физиологически не готов к школе?

Заниматься с ребенком, стимулировать развитие тех его систем и функций, которые уже созрели или начали созревать. Не забегать вперед, не пытаться сформировать то, что функционально не готово. Ребенок такой же биологический объект и подчиняется тем же законам природы. Он способен лишь на то, для чего созрел.

Полезную информацию для вас подготовила педагог-психолог:

 Приваловская Лариса Владимировна.