

Консультация для педагогов:
**«ОСОБЕННОСТИ
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ
ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ К ШКОЛЬНОМУ
ОБУЧЕНИЮ».**

Педагог-психолог:

А.В. Давлетшина

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ.

В понятии «готовность к обучению в школе» выделяют три тесно взаимосвязанных аспекта: физиологический, личностный (социально-психологический) и психологический. Физиологическое развитие ребенка непосредственно влияет на школьную успеваемость и является основой формирования психологической и социальной готовности к школе. Физиологическая готовность к школе определяется уровнем развития основных функциональных систем организма ребенка и состоянием его здоровья. Часто болеющие, физически ослабленные учащиеся даже при наличии высокого уровня развития умственных способностей, как правило, испытывают трудности в обучении. С началом школьного обучения нагрузка на организм ребенка резко возрастает. Систематическая учебная работа, большой объем новой информации, необходимость длительного сохранения вынужденной позы, изменение привычного распорядка дня, пребывание в большом школьном коллективе требуют значительного напряжения умственных и физических сил ребенка. Физиологи говорят о том, что в возрасте 5-7 лет происходит существенная перестройка всех физиологических систем детского организма, но к началу обучения эта перестройка еще не закончена, и в школе активное физиологическое развитие продолжается. То есть по своим функциональным характеристикам организм ребенка 6-7 лет готов к систематическому школьному обучению, в то же время он очень чувствителен к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к чрезмерному умственному и физическому напряжению. Чем младше ребенок, тем труднее ему справляться со школьными нагрузками, тем выше вероятность появления отклонений в его здоровье. Ребенок считается готовым к школьному обучению, если по физическому и биологическому развитию он соответствует формальному возрасту или опережает его и не имеет медицинских противопоказаний.

Психологическая готовность к школе включает:

1. Уровень развития внимания.
2. Уровень работоспособности детей.
3. Соответствие физического развития возрастным нормам.
4. Учет типа нервной системы и темперамента детей.

Благодаря устойчивому вниманию повышается результативность практической деятельности человека. И у дошкольников, и у младших школьников внимание неустойчиво, произвольно. Важно учитывать это и не перетруждать детей. Особенности внимания зависят от индивидуально-типологических черт человека, от типа нервной системы (НС).

Тип НС – совокупность свойств нервной системы, составляющих основу индивидуального своеобразия деятельности человека. На их основе различают 4 типа темперамента.

Темперамент – индивидуальная характеристика человека, основывающаяся на интенсивности, скорости, темпе и ритме психических состояний. Темперамент не определяет непосредственную характеристику личности. Но он влияет на возможность и скорость формирования тех или иных черт личности.

Работоспособность – потенциальная возможность индивида выполнить целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени.

Темперамент зависит от типа НС ребенка.

Таким образом, тип НС – темперамент – внимание – работоспособность находятся в непосредственной и прямой взаимосвязи. Они являются той основой, на которой должна строиться работа с ребенком.

Критерии готовности ребенка к школе

«Психофизиологическая готовность к школе».

- 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 (зависит от скорости обменных процессов) должно приблизиться к взрослому, иначе ребенок и воспитатель живут как бы в разных измерениях.

Несоответствие уровня зрелости организма ребенка тем условиям, в которые его помещают — одна из серьезных проблем современной школы.

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

Проще всего оценить степень биологического созревания организма по изменению пропорций 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 или нет полуростовой скачок, нужно провести Филиппинский тест:

- Попросите ребенка дотронуться правой рукой до левого уха, проведя руку над головой. Полуростовой скачок и заключается в существенном удлинении рук и ног. Тест точно характеризует именно биологический возраст ребенка, так как отражает не просто характеристику развития скелета, а степень морфофункциональной зрелости организма.

Полуростовой скачок — один из важных критических периодов в жизни ребенка, когда качественно меняются многие из функций организма. В биологическом смысле организм становится надежнее, а, следовательно, 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.

При низком уровне развития крупных движений (то есть движений рук, ног, всего тела) у школьников часто возникают трудности в занятиях физкультурой, а также в общении со сверстниками (ребенок оказывается не в состоянии играть с другими детьми в подвижные игры). Поэтому развитие крупных движений — один из важных показателей степени подготовленности к школе. Его оценка производится на основе наблюдений за походкой ребенка, а также за тем, как он бросает мяч взрослому и ловит мяч, брошенный ему. 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, бросить его взрослому.

При недостаточном уровне развития крупной моторики важно добиваться повышения двигательной активности детей. В этом случае полезны занятия, не содержащие соревновательных элементов: физическая зарядка, шуточные игры типа «Каравай», «Баба сеяла горох» и т.п. Полезны

самые разнообразные игры с мячом — чем они разнообразнее, тем лучше, лазание по лестницам и деревьям. Очень полезны занятия плаванием.

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

- недостаточное развитие мелких мышц пишущей руки и нервной регуляции мелкой моторики (физиологическая неготовность к обучению письму);
- несформированность навыка выполнения графических движений (психологическая неготовность к обучению письму).

Неподготовленность руки к письму можно определить несколькими способами:

1) Ребенку предлагают нарисовать по образцу одним движением руки окружность диаметром 3 — 3,5 см. Если кисть развита слабо, ребенок склонен ее фиксировать на плоскости, поэтому не справляется с заданием: рисует вместо круга овал, либо окружность значительно меньшего размера или рисует в несколько приемов, периодически передвигая руку.

2) О развитии мелких движений пальцев можно судить, наблюдая за тем, как рисует, или закрашивает ребенок. Если он постоянно поворачивает лист, не может менять направление линий при помощи тонких движений пальцев и кисти, значит, уровень развития мелкой моторики недостаточный — необходима соответствующая тренировка, иначе отставание в овладении графическим навыком письма в школе может быть значительным.

3) Также для этого можно использовать задание «Езда по дорожке». Предложите ребенку «проехать по дорожке», соединив линией изображения машины и дома. Объясните, что он должен провести линию, не отрывая карандаша от бумаги. Инструкция звучит так: «Ты — водитель. Тебе надо проехать к этому домику. Ты поедешь вот так (на рисунке-образце взрослый показывает, как надо «ехать по дорожке»). Карандаш должен все время двигаться по бумаге, иначе получится, что машина взлетела, как самолет. Поезжай аккуратно, чтобы машина не съехала с дороги».

Результат оценивается как высокий, если отсутствуют выходы за пределы «дорожки», карандаш отрывался от бумаги не более трех раз, отсутствуют нарушения линии. Результат оценивается как низкий, если имеется три или более выхода за пределы «дорожки», а также, если есть ярко выраженные нарушения линии (неровная, дрожащая линия; очень слабая, почти невидимая; с очень сильным нажимом, рвущим бумагу; с многократными наведениями по одному и тому же месту). В промежуточных случаях результат оценивается как средний.

Часто приходится слышать сетования родителей будущего первоклассника на то, что ребенок — левша, и недостаточное развитие мелкой моторики якобы этим и объясняется. Такое мнение ошибочно. Если ребенок держит карандаш в левой руке, это надо учесть в процессе обучения, однако, леворукость сама по себе не является показателем низкого уровня развития движений.

Если вы считаете, что рука вашего ребенка недостаточно готова к овладению письмом в школе, используйте оставшееся до школы время для укрепления его руки, приобретения им необходимой умелости, точности мелких движений.

Комплекс мер, способствующих развитию рук и ручной умелости:

- 1) Пальчиковая гимнастика;
- 2) Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками;
- 3) Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками;
- 4) Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками;
- 5) Занятия с пластилином;
- 6) Занятие с конструкторами: закручивание гаек, шурупов;
- 7) Игры с мозаикой: составление картин по образцу и самостоятельное придумывание сюжетов;
- 8) Вырезывание ножницами;
- 9) Рисование различными инструментами и материалами: ручкой, простым карандашом, цветными карандашами, мелом, акварелью и т.д.;
- 10) Работа с бумагой: складывание (оригами), плетение, аппликация;
- 11) Графические упражнения: штриховка-обводка и штриховка контуров, соединение линий и фигур, рисование и раскрашивание узоров и бордюров непрерывным движением руки, дорисовывание предметов;
- 12) Раскрашивание картинок в книжках-раскрасках;
- 13) Узнавание предметов по контурному изображению и деталям рисунка, обведение по контуру, дорисовывание.

Что касается вопроса о том, *нужно ли учить ребенка до поступления в школу писать прописными буквами*, ответ однозначен — этого делать не

стоит. Можно работать с ребенком в тетради с разлиновкой. Полезны упражнения, направленные на овладение рабочей строкой (ребенок рисует фигуры — круги, квадраты и т.д., стараясь не выходить за строку), упражнения на выработку наклона. Можно учить ребенка писать основные элементы прописных букв: прямую наклонную короткую линию, прямую наклонную длинную линию, наклонные линии с закруглениями внизу, вверху, вверху и внизу, длинной наклонной с петлей, полуовал и овал. Все это является важной подготовительной работой для успешного овладения навыком письма в школе.

Таким образом, к моменту поступления в школу дети:

- знают и соблюдают гигиенические правила письма (посадка, положение рук при письме, положение ручки, тетради);
- умеют ориентироваться в тетради, на строке, на странице; выполнять штриховку, соблюдая правила штриховки; уверенно пользоваться ножницами; изготавливать простые фигурки из бумаги путем складывания.

Упражнения, облегчающие обучение письму.

1. Ладони лежат на столе. Дети поднимают пальцы по одному сначала на одной руке, затем — на другой. Повторяют это упражнение в обратном порядке.
2. Ладони лежат на столе. Дети поочередно поднимают пальцы сразу на обеих руках, начиная с мизинца.
3. Дети зажимают ручку или карандаш средним и указательными пальцами. Сгибают и разгибают эти пальцы, следя за тем, чтобы ручка или карандаш не опускались ниже большого пальца.
4. На столе лежат 10-15 карандашей или счетных палочек. Одной рукой надо собрать их в кулак, беря по одной штуке, затем так же по одной положить на стол (выполнять, не помогая второй рукой).
5. Дети зажимают ручку вторыми фалангами указательного и среднего пальцев и делают «шаги» по поверхности стола.
6. Один конец ручки дети зажимают средним и указательными пальцами правой руки, при этом другой конец направлен от груди. Перевернув ручку, дети вкладывают ее в левую руку свободным концом. Затем очередным перевертыванием вкладывают ручку в правую руку и т.д.