

Консультация для родителей **«Важная составляющая школьной готовности** **или О физиологической готовности к школьному обучению»**

Материал подготовлен

педагогом – психологом МБДОУ № 37 «Теремок» Корнеевой А.В.

Нередко современные родители, наблюдая, как любимое чадо проявляет любознательность, легко осваивает гаджеты, задаются вопросом о том, а не надо ли поторопиться записать ребенка в школу, не дожидаясь возраста 7 лет. Они ориентируются на высокую познавательную и социальную активность дошкольника. Но немногие из родителей задумываются о еще одной важной составляющей готовности ребенка к систематическому школьному обучению.

Физиологическое развитие - это фундамент школьной деятельности.

Часто болеющие, физически ослабленные дети даже при наличии высокого уровня развития умственных способностей испытывают трудности в обучении.

С началом школьного обучения резко возрастает нагрузка на организм:

- систематическая учебная работа (когда нельзя пропускать ни одного занятия);
- большой объем новой информации;
- необходимость длительного сохранения вынужденной позы;
- изменение привычного распорядка дня (где нет места дневному сну и привычным утренним прогулкам);
- пребывание в большом школьном коллективе.

Такие нагрузки вызывают значительное напряжение умственных и физических сил ребенка. Готов ли детский организм в 6 - 7 лет к таким нагрузкам? Способен ли он справиться с напряжением?

Физиологи констатируют, что в возрасте от 5 до 7 лет происходит существенная перестройка всех физиологических систем детского организма. И даже к 7 годам эта перестройка не завершена. И получается, что, с одной стороны, ребенок как бы вырос, возмужал, с другой стороны, он очень чувствителен в этот период к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к чрезмерному умственному и физическому напряжению.

Чем младше ребенок, тем труднее ему справляться с нагрузками, тем выше риск появления отклонений в здоровье!

Как показывают многолетние наблюдения физиологов, среди шестилеток половина мальчиков и одна треть девочек не достигают необходимого для школы уровня физиологического развития. А уже через год резко возрастает количество среди них "зрелых" детей.

Этот скачок в развитии с 6 до 7 лет обусловлен нейроэндокринными перестройками в детском организме. Медики называют этот период критическим, отмечают снижение физической и психической выносливости и повышения риска возникновения заболеваний!!!

Как же определить физиологическую готовность ребенка к школе?

Надо рассмотреть три критерия:

1. **Уровень физического развития.** Его определяем по таким показателям: длина тела, масса тела, окружность грудной клетки.

Таблица 1

Возраст ребенка	Отношение окружности головы к длине тела (x 100)	
	Мальчики	Девочки
5,0	49,4 - 45,0	48,1 - 44,5
5,5	47,9 - 44,3	46,7 - 43,2
6,0	46,6 - 43,1	45,7 - 42,1
6,5	45,4 - 41,9	44,9 - 41,6
7,0	44,7 - 41,3	43,9 - 39,7

2. **Уровень биологического развития.** Его определяем по следующим показателям: количество прорезавшихся постоянных зубов, пропорции отношения окружности головы к длине тела.

Таблица 2

Возраст ребенка	Количество постоянных зубов	
	Мальчики	Девочки
5,0	0 - 1	0 - 2
5,5	0 - 3	0 - 4
6,0	1 - 4	1 - 5
6,5	2 - 8	3 - 9
7,0	6 - 10	6 - 11

3. Состояние здоровья. Все дети по состоянию здоровья распределяются на пять групп:

1) дети без функциональных отклонений с хорошим физическим развитием, редко болеющие. Таким детям будут по плечу значительные нагрузки в школе с углубленным изучением ряда дисциплин.

2) дети, имеющие некоторые функциональные отклонения, но не перешедшие в хронический процесс;

3) дети с хроническими заболеваниями и выраженными отклонениями в здоровье, с недостаточным физическим развитием. Раннее обучение и повышенные нагрузки противопоказаны.

4) дети с хроническими заболеваниями, требующие длительного лечения. Рекомендуется обучение в санаторных школах или получить временную отсрочку от обучения.

5) дети с существенными отклонениями здоровья. Не подлежат обучения в массовой школе.

Еще раз стоит обратить внимание на то, что в период с 6 до 7 лет идет активное развитие всех систем организма:

- повышаются надежность и резервные возможности сердечно - сосудистой системы;

- совершенствуется регуляция кровообращения;

- перестраиваются и активно развиваются дыхательная и эндокринная системы.

А бурные изменения в организме всегда сопровождаются некоторым временным снижением выносливости. Что мы можем наблюдать по росту заболеваемости, утомляемости.

У физиологически "зрелого" дошкольника физическое и биологическое развитие соответствует формальному возрасту или опережает его, и ребенок не имеет в медицинской карточке записей о медицинских противопоказаниях.