



## Скоро в школу!

### Беседа нейропсихолога с родителями будущих первоклассников



И вот он приближается – тот день, когда ваша дочка или сын впервые войдет в школьный класс. Но еще раньше начинается волнующий, тревожный и радостный этап жизни – подготовка ребенка к школе. И среди прочих, важных и не очень, забот одна, наверное, тревожит вас больше всего: А готов ли мой ребенок стать школьником? Как он войдет в школьную жизнь? Как будет учиться? Он еще такой маленький! Как помочь ему? Как справиться с первыми школьными трудностями, если они вдруг появятся? Если эти вопросы у вас возникают – значит, наш разговор необходим.

Итак, ребенку шесть лет. Если мы посмотрим на группу шестилетних детей, то увидим, что не все они кажутся одногодками. Вот этот, хоть ему и шесть лет, выглядит и ведет себя как пятилетний. А этому вполне можно дать семь лет, он явно взрослеет своих сверстников. Почему так? Оказывается, кроме так называемого паспортного возраста, у каждого ребенка есть еще и биологический. А биологические часы у всех идут немножко по-разному. Это ни хорошо, ни плохо. Просто мальчики в этом возрасте в среднем почти на целый год младше своих сверстниц – девочек.

Развитие ребенка идет скачками, и не исключено, что тот, кто сейчас как бы отстает от ровесников (по биологическому возрасту), в какой-то момент не только догонит, но и перегонит многих из них. Но в школу, к сожалению, принимают детей по паспортному возрасту. А это значит, что они оказываются не в равных условиях: одни из них старше, а другие младше. Естественно, младшим будет труднее. В этом возрасте каждый месяц значит очень много.

Давайте разберемся по порядку с особенностями шестилеток. Сначала немного физиологии и психофизиологии. У ребенка этого возраста очень слабая костная мускулатура, а значит, он может без устали бегать и прыгать, а вот сохранять одну и ту же позу в течение даже 15 минут для него сложно. Он устает, у него возникают неприятные ощущения в спине, шее, руках. Ему срочно нужно подвигаться. Если мы ему этого не позволим, то думать об учебе в таком состоянии он все равно не сможет, поэтому физкультпаузы придуманы не зря. Они очень важны не только для первоклассника, но и в той или иной мере для всех учеников начальной школы.

Дошкольник обычно слегка дальнозорок. Кроме того, у шестилеток низкие резервы аккомодации. А это значит, что если он смотрел в тетрадь или книгу, а потом перевел взгляд на доску, то какое-то время он видит нечетко, расплывчато. То же происходит, если он перевел взгляд с доски или с учителя в книгу или тетрадь. Не надо его торопить. Он не может начать читать или писать, пока его глаза не перестроются на ближнее зрение. Кроме того, для него очень важно, чтобы поверхность, на которой лежит книга или тетрадь, была наклонной и параллельной той плоскости, в которой находятся

его глаза. Если этого нет, то у ребенка возникает эффект «оптической перспективы» и он не видит четко. Это доказано исследованиями, проведенными В.Ф.Базарным. Ребенок пытается выйти из положения, наклоняя голову и все туловище, А мы его одергиваем: «А ну-ка сядь прямо!» Но одновременно и сидеть прямо, и четко видеть буквы невозможно. Мы часто требуем от ребенка невозможного. При чтении книга обязательно должна стоять на подставке, а при письме крышка парты должна иметь наклон. К сожалению, в школе вместо парт обычно стоят столы.

Если взглянуть на человека как на биологическое существо, то окажется, что он во многом уже ушел от прессинга естественного отбора. А это значит, что природа не смогла полностью приспособить наше тело к той жизни, которую мы ведем. Наше тело приспособлено в большей степени для ходьбы, бега и в меньшей – для сидения на стуле. И уж совсем противоестественной для нашего организма является поза письма. Природа не предусмотрела, что столько времени наши дети с их неокрепшим скелетом и мышцами будут проводить в такой скрюченной позе.

Биохимия организма тоже требует высокой мышечной активности, так как только в этом случае возникают условия для нормального протекания многих биохимических реакций, для создания того «строительного материала», из которого будут «построены» клетки нашего тела. Мы с вами, взрослые, хорошо ли, плохо ли, но тело свое уже построили.

А ребёнок? Чтобы нормально расти и развиваться, он должен много двигаться. Иначе вместо крепкого здорового тела он получит некое хлипкое сооружение, в котором, образно говоря, нарушено нормальное соотношение песка и цемента. Этот дом может рухнуть при любой хоть сколько-то неординарной ситуации. Больше всего при этом страдает самый тонко устроенный орган – мозг.

Мозг шестилетнего ребенка кардинально отличается не только от мозга взрослого человека, но даже от мозга семилетнего. Рассмотрим особенности развития только двух; но зато наиболее сложно организованных ассоциативных областей: лобной и нижнетеменной. Обе они начинают функционировать очень рано, но достигают зрелости позже других. Один из скачков в их развитии приходится на семь лет. На семь, а не на шесть!

Лобные области отвечают за программирование и прогнозирование деятельности, за выстраивание гипотез и сличение того, что произошло с тем, что было задумано. Это главнокомандующие мозга. Они регулируют тонус и бодрствование, уровень активности человека.

У ребенка лобные области еще только развиваются. Они еще незрелы, поэтому ему трудно составлять и удерживать длинные программы действий, трудно выполнять многошаговые инструкции. Мы часто задаем ребенку целую цепочку инструкций и, если он пропустил какое-то звено, ругаем его за невнимательность и непослушание. А он в силу возраста просто не способен это сделать.

Он импульсивен и часто не может прогнозировать результаты своих действий. Мы говорим: «Ты что, не понимаешь, что могло бы случиться?!» А

он действительно в тот момент не понимал. Для его возраста это нормально. А вот мы, взрослые, должны были предвидеть последствия и обезопасить ребенка от принятия неверных решений, если их последствия опасны.

Кроме того, мы можем волевым усилием заставить себя что-то делать, даже если устали, не выспались или дело нам неинтересно. Ребенку это неимоверно трудно, а часто даже невозможно, так как его лобные области еще недостаточно развиты.

Нижнетеменные области тоже выполняют массу очень сложных функций, но мы рассмотрим лишь одну – восприятие пространства и пространственное мышление. Нередко мы наблюдаем, как, казалось бы, «умненький» ребенок хорошо определяет время по электронным часам с цифрами, но никак не может справиться с часами со стрелками: где 15 минут, а где без 15. Родители сердятся: «Я тебе сто раз объясняла (объяснял), ты что, запомнить не можешь?» А при чем здесь память? У ребенка еще недостаточно развита нижнетеменная область мозга, и задача с часами ему пока не по силам. То же самое происходит в отношении правой и левой сторон. Кто-то из шестилеток четко различает правое и левое, а для кого-то это пока очень трудная задача. И не потому, что он «глупый», а просто он пока маленький. Немного терпения! Нижнетеменная область не может развиваться по нашему приказу.

Попробуйте продиктовать ребенку четыре или хотя бы три цифры и попросите его повторить их в обратном порядке. Не получается? Не огорчайтесь! Более 40% пятиклассников тоже неправляются с этой задачей с первого раза. Это ведь не просто запоминание, а мысленные пространственные операции.

Первоклассник часто пишет буквы или цифры зеркально. В шесть лет это нормально. Вы уже, наверное, поняли почему. При операциях с числами, особенно при переходе через десяток, тоже могут быть трудности, связанные с незрелостью нижнетеменной области. Не сердитесь на ребенка и не ругайте его. Стыдно ругать за то, что мозг его еще находится в развитии. У него все впереди.

*Педагог-психолог Степкина Е.Е.*