

ЧТО ТАКОЕ «ШКОЛЬНАЯ ЗРЕЛОСТЬ»?

Взгляд гигиениста

Марина Степанова,

кандидат медицинских наук, заведующая отделом гигиены обучения и воспитания
НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН

Каждый новый этап в жизни ребёнка — поступление в ясли, переход из яслей в детский сад, начало обучения в школе — приносит с собой сложный комплекс непривычных переживаний. Приспособление, адаптация к новым условиям порой сопряжены с немалыми трудностями. Особое значение для ребёнка имеет начало школьной жизни. О степени адаптации ребёнка к требованиям школы врачи судят по его утомляемости, успеваемости, состоянию здоровья.

Несомненно, что первые дни обучения в школе вызывают трудности у всех детей. Непривычный режим, старание как можно лучше и быстрее выполнить задания учителя могут даже стать причиной снижения веса ребёнка. Между тем часть детей довольно быстро, уже в течение первой четверти, справляются с неблагоприятными изменениями со стороны различных функциональных систем организма, их физиологические показатели улучшаются, работоспособность повышается. Эти дети успешно учатся без ущерба для здоровья. У других детей процесс привыкания к школе растягивается на более длительное время, нередко на весь учебный год и даже дольше.

В чём же суть затруднённой адаптации детей к школе? Одной из важных причин специалисты считают несоответствие функциональных возможностей детей требованиям школы. И дело здесь не только в уровне умственного развития. Нередко при нормальном развитии интеллекта отстают в развитии другие функции, которые очень важны для успешной учёбы. В связи с неравномерными темпами развития различных систем детского организма и особенностями условий жизни дети одного хронологического возраста могут иметь значительные индивидуальные различия в уровне функциональной готовности. Причина школьной незрелости ребёнка, как правило, — это комплекс неблагоприятных социальных и биологических факторов.

Более ста лет назад были предприняты попытки определить готовность детей к обучению, или, как сейчас говорят, «школьную зрелость». «Школьная зрелость» (более точное определение — морфофункциональная готовность к обучению в школе) — это не что иное, как уровень развития у ребёнка школьно-необходимых функций, который позволяет ему без ущерба для здоровья, нормального развития и без чрезмерного напряжения справляться с учёбой в школе. Недостаточная «школьная зрелость», или функциональная неготовность к обучению чаще всего определяется не общим, а частичным отставанием в развитии, касающимся тех функций, которые испытывают напряжение в процессе учёбы. Прежде всего это касается развития психики ребёнка, быстроты и прочности создания условных связей, лежащих в основе обучения. Успешно справиться с учебной нагрузкой ребёнок может лишь в том случае, если он обладает способностью анализировать и синтезировать полученную информацию, имеет достаточно высокий уровень развития второй сигнальной системы, или, говоря иначе, — восприятия речи. Существенное значение для успешного освоения школьной премудрости имеет развитие речи самого ребёнка, отсутствие у него дефектов звукопроизношения. Важен и такой фактор, как произвольная регуляция психической деятельности. На начальном



этапе школьного обучения наиболее слабое звено в психической регуляции — контроль за выполнением поставленной перед ребёнком задачи, отвлекаемость на посторонние раздражители. Слишком велика ещё зависимость от непосредственных влияний окружающего мира, ребёнку ещё очень трудно предвидеть результаты своего труда. Взрослые нередко расценивают это как непослушание, хотя ребёнок отклоняется от заданных инструкций вовсе не из-за нежелания следовать им. Он просто ещё не умеет, не знает, как удержать себя от не одобряемых взрослыми действий. Наука «властвовать собой» часто представляется непосильной задачей, поскольку анатомическая и функциональная готовность лобных отделов *мозга*, которые отвечают за эту деятельность, к семи годам жизни только-только ещё оформляется.

Очень важна способность тормозить на определённое время высокую двигательную активность, столь свойственную детям, умение сохранять необходимую рабочую позу. А для освоения письма и рисования необходимо развитие мелких мышц *кисти*, координация движений пальцев рук.

«Незрелые» дети часто становятся неуспевающими. Причём нередко это неуспевание в учёбе растягивается на несколько лет. Но если бы «школьная незрелость» вызывала у детей лишь отставание в учёбе, то эта проблема так и осталась бы педагогической. Однако у этих детей, особенно у тех, кто ценой чрезмерного напряжения старается выполнить требования школы, страдает здоровье: они чаще болеют, у многих формируются невроз, страх перед школой и нежелание учиться. Чтобы предотвратить такую ситуацию, необходимо прогнозировать готовность ребёнка к обучению ещё до его поступления в школу.

Более 20 лет назад учёные-гигиенисты разработали специальные диагностические приёмы, которые позволяют с высокой степенью точности судить о том, насколько ребёнок готов к обучению в школе. Особую актуальность они получили, когда встал вопрос о приёме в школу детей 6-летнего возраста. Вполне понятно, что готовность к школе неразрывно связана с общим уровнем развития организма. Специалисты, которые занимались диагностикой готовности к школе, установили, что среди детей 6-летнего возраста количество «незрелых» весьма велико — почти половина. Год, отделяющий 6-летнего ребёнка от 7-летнего, очень важен для его развития. В этот период, как правило, происходит значительный скачок в психическом и физическом развитии малышей. И, как показали специальные исследования, в возрасте 6,5 лет «незрелых» детей 23–30%, а среди 7-летних — 10–15%.

В современной ситуации проблема «школьной зрелости» вновь обострилась. Это связано, во-первых, с уменьшением числа первоклассников, посещавших до поступления в школу дошкольные образовательные учреждения; во-вторых, — с утратой единых образовательных программ в ДОУ и отсутствием современных образовательных стандартов, ориентированных на развитие и коррекцию школьно-необходимых функций (утрата преемственности); в-третьих, — со значительным ухудшением состояния

здоровья детской популяции, снижением функциональных возможностей детей; в-четвёртых, — с усложнением учебных требований, предъявляемых школой. Кроме того, несмотря на существующее требование об обязательном тестировании уровня школьной зрелости поступающих в первый класс детей, проводится оно чаще всего тогда, когда есть конкурс на зачисление ребёнка в школу, при приёме в те учебные заведения, где программы обучения, как правило, отличаются большей сложностью.

Между тем результаты гигиенических исследований показали, что среди нынешних детей 7-го года жизни школьно-незрелые составляют более 40%, а это в 3 раза больше количества таких детей в 70-е годы и в 2 раза больше, чем в 80-е годы. Причём среди мальчиков таких детей значительно больше, чем среди девочек (48,6% против 28,6%). Эти результаты были получены у детей, посещающих ДОУ, полагаем, что среди детей, не посещающих детский сад, их количество будет значительно больше.

Успешное начало и продолжение школьного обучения невозможны без достаточного речевого развития. В норме правильным произношением всех звуков дети овладевают к пяти-шести годам. Однако исследования, проведённые в 44 массовых детских садах Санкт-Петербурга, показали, что дефекты звукопроизношения отмечены у 52,5% детей 6–7 лет. Слуховая дифференциация звуков была нарушена у 10,5% детей, фонематический анализ слов был недоступен 25% обследованным, словарный запас отставал от возрастной нормы у 21,5%, т.е. у каждого пятого ребёнка. Ко всему следует добавить, что у 45,8% детей оказались несформированными зрительно-пространственные представления, которые определяют усвоение графических образов букв. Подводя итог проведённому исследованию, логопед Л. Парамонова (2001) утверждает, что «примерно половина детей, поступающих в первые классы общеобразовательных школ, не готовы к началу систематическо-



го изучения русского языка ввиду явного отставания в речевом развитии». Аналогичные данные о том, что среди детей 7-го года жизни 50% не готовы к школьному обучению, приводят и нейропсихологи.

В настоящее время существуют разнообразные тесты, с помощью которых можно оценить наличие характеристик, свидетельствующих об умственных и физических возможностях обучаться в условиях школы. Среди них есть и довольно простой, так называемый «филиппинский тест» (оценка способности ребёнка достать через голову правой рукой левое ухо). Он основан на том, что «школьная зрелость» наступает, как правило, одновременно с полуростовым скачком — увеличением интенсивности роста конечностей (в первую очередь рук).

Таким образом, весьма несложная процедура тестирования уровня школьной зрелости позволяет медицинской сестре или педагогу получить достаточно ясное представление о готовности будущего первоклассника к систематическим учебным занятиям. В арсенале медицинских работников есть утверждённая Министерством здравоохранения методика для определения функциональной готовности к обучению. Она изложена в методическом пособии «Организация медицинского контроля за развитием и здоровьем дошкольников и школьников на основе массовых скрининг-тестов и их оздоровление в условиях детского сада, школы». (М., 1993). В основу методики положены психофизиологические критерии, отобранные на основании исследования развития уровня функций и тесно связанные с успеваемостью, работоспособностью и динамикой состояния здоровья детей в первом классе.

Определение готовности детей к обучению в школе проводится в детском дошкольном учреждении или в детской поликлинике (если ребёнок не посещает детский сад). Мы рекомендуем проводить диагностику «школьной зрелости» дважды. Первый раз в октябре — ноябре года, предшествующего поступлению в школу. Эта диагностика — один из фрагментов

углублённого медицинского осмотра детей (плановой диспансеризации). У дошкольников, у которых выявлено отставание в развитии школьно-необходимых функций (например, моторика, речь), есть необходимый резерв времени для проведения коррекционных мероприятий. Если у ребёнка имеются дефекты звукопроизношения, ему рекомендуются занятия у логопеда. Если у ребёнка 4–5 лет стойкий дефект речи, его следует направить в логопедическую группу детского сада. Эффективность коррекционных занятий, если они начинаются в этом возрасте, значительно выше, чем у 6-летних детей.

Тем, у кого недостаточно развита координация движений пальцев рук, преодолеть это отставание помогут систематические занятия рисованием, лепкой, конструированием. Установлено, что больше всего различий в уровне зрелости у мальчиков и девочек обнаружено в уровне развития моторики. Девочки гораздо успешнее выполняют тесты, требующие высокого уровня развития моторных функций. У них координация движений пальцев рук, как правило, лучше. Поэтому в школе у девочек меньше проблем с выполнением письменных работ, у них обычно лучше почерк.

Повторная диагностика (в апреле — мае) позволяет окончательно сформировать мнение о готовности ребёнка к обучению в школе. По разным причинам описанный выше порядок определения уровня готовности ребёнка к обучению в школе выполняется далеко не всегда. Однако реалии сегодняшней жизни таковы, что довольно много 6-летних детей садятся за парты. Это связано со многими причинами, в том числе и с тем, что продолжительность обучения в начальной школе увеличена сейчас до 4 лет. Согласно современному законодательству (Закон РФ «Об образовании», Санитарные правила и нормативы 2.4.2. 1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях»), ребёнок может быть принят в первый класс, если к началу учебного года ему исполнилось не менее 6 лет 6 месяцев и даже ранее. Однако гигиенисты уверены в том, шестилетние дети (до 6,5 лет) могут быть приняты в школу, учебно-воспитательный комплекс (УВК) или любое другое образовательное учреждение, реализующее программы начального обучения, только в том случае, если учреждение располагает необходимыми условиями для организации обучения таких детей. Министерство образования прилагает усилия, чтобы адаптировать школы для обучения шестилеток, но наши наблюдения показывают, что необходимые требования для их обучения не столь просто соблюдать. Речь идёт о сокращении продолжительности урока, организации динамической паузы в середине учебного дня, постепенном наращивании учебной нагрузки (ступенчатый режим обучения в начале учебного года), организации дневного сна и трёхразового питания для тех, кто остаётся в школе на продлённый день и др. А таких школ на сегодняшний день очень мало.

Однако следует помнить о том, что «незрелость» ребёнка не может быть причиной отказа приёма ребёнка на обучение в школу. Но в этом случае ответственность за его здоровье несут родители. ■