

Изучение проблемы физической подготовки детей к школе

Эффективное решение проблемы подготовки детей к обучению в школе может осуществляться в полной мере при условии соблюдения преемственности педагогического процесса детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Однако, перемены, произошедшие в последнее время в системе образования (альтернативные школы, авторские программы), значительно усложнили осуществление преемственности воспитательно-образовательного процесса. Дошкольное учреждение и школа зачастую существуют как отдельные субъекты, как правило, взаимодействуя друг с другом только в момент набора детей в школу.

Проблема преемственности воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении и школе трудноразрешима по нескольким причинам: отличие учебных планов разных школ, поступление выпускников одного дошкольного учреждения в разные школы, поступление в школы детей, не посещавших дошкольное учреждение и т.п. Однако основным препятствием, которое затрудняет осуществление преемственности, является разное отношение дошкольного учреждения и школы к понятию готовности детей к обучению.

Многие исследователи убеждены, что главное на дошкольном этапе развития - обеспечить предпосылки к школьному обучению, иными словами, общую готовность ребенка к школе, чтобы ребенок плавно, безболезненно, без каких-нибудь негативных последствий для здоровья вошел в школьную жизнь.

В то же время, учителя хотят видеть у своих будущих учеников ряд уже сформированных учебных навыков. Однако большинство из них не

только не знакомы с содержанием образовательных программ для дошкольного учреждения, но и не стремятся его узнать.

Еще 20 лет назад фундаментальные исследования, проводимые под руководством М.В. Антроповой, М.М. Кольцовой, убедительно доказали, что поступление ребенка в школу сопровождается ломкой динамического стереотипа, сложившегося за дошкольный период воспитания. Приходя в школу, ребенок получает информацию, которая неадекватна его стереотипу и не обеспечивает уверенного поведения. Его переход в новую среду приводит к недостатку информации и требует интенсивной ориентировки в новых условиях, что связано с напряжением и определенными трудностями.

Длительные и систематические учебные занятия, снижение двигательной активности, значительная статическая нагрузка, новые обязанности и требования дисциплины - все это представляет для учащихся первых классов большие трудности. У многих детей, особенно в первые недели и месяцы обучения, возникают такие изменения в организме, которые позволяют говорить о «школьном шоке», «школьном стрессе» и «адаптационной болезни».

Приспособление организма ребенка к новым условиям социального существования, к новому режиму при поступлении в школу сопровождается изменениями поведенческих реакций, расстройством сна, аппетита. К этим симптомам присоединяются сдвиги в иммунной реактивности, сначала однократные, затем частые заболевания верхних дыхательных путей, констатируется нарушение процессов роста и развития.

Таким образом, чем более готов организм ребенка преодолеть возникшие трудности в связи с поступлением в школу, тем легче протекает у него процесс адаптации.

С поступлением в школу новому виду деятельности детей - умственной работе - неизбежно сопутствует статическое напряжение. Соотношение между статическими и динамическими нагрузками по сравнению с предшествующим периодом жизни у первоклассников резко изменяется в сторону преобладания в режиме наиболее утомительного статического компонента. У детей вообще и, особенно, у детей 6-7 лет из всех видов нагрузок при обучении в школе, статическая нагрузка, связанная с необходимостью длительное время удерживать вынужденное положение тела во время учебных занятий, чрезвычайно тяжела.

Исследователи, изучающие проблему преемственности, считают, что среди многих факторов, влияющих на успешность обучения в школе, ведущее место занимают здоровье, уровень развития физических качеств, физическая работоспособность. Давно доказано, что дошкольники, имеющие низкий уровень физической подготовленности в дальнейшем плохо приспосабливаются к школьному режиму, а те из них, кто хорошо учится, «платят» за успехи здоровьем, понижением резистентности.

Именно поэтому, так важно создание и реализация системы укрепления здоровья ребенка на дошкольном этапе.

Функции физической культуры в дошкольном учреждении разнообразны. На подготовку ребенка к обучению в школе занятия физической культурой оказывают как опосредованное, так и непосредственное влияние. Опосредованное влияние состоит, прежде всего, в том, что занятия физическими упражнениями создают необходимый фундамент в виде крепкого здоровья, которое позволяет ребенку полноценно проявлять себя в жизни.

Непосредственное влияние занятий физическими упражнениями на подготовку детей к школе может осуществляться в трех направлениях:

1) высокий уровень развития физических качеств и сформированности двигательных навыков даст возможность ребенку успешно овладеть школьной программой по физической культуре;

2) средствами физической культуры могут развиваться качества, обеспечивающие успешность учебной деятельности вообще, в частности по предметам, не имеющим отношение к физической культуре;

3) привлечение дошкольников к занятиям различными видами физических упражнений в режиме рациональной смены деятельности способствует формированию у них умения эффективно использовать время отдыха и организовывать свой досуг.

Уровень физического развития и физической подготовленности детей определяется качеством физического воспитания, осуществляемого в дошкольный период. Этот уровень, как правило, различен у детей, воспитывавшихся до школы в дошкольном учреждении и в семье.

Родители детей, не посещающих дошкольное учреждение, заботятся о подготовке ребенка к школе, но подготовка эта, как правило, сводится к раннему овладению учебными навыками. Большинство родителей переоценивает значение интеллектуальной (прежде всего специальной) готовности, недооценивая значение других аспектов готовности. Физическому воспитанию ребенка зачастую не придается должного значения. Считается, что двигательной деятельностью ребенок может овладеть самостоятельно и отставание ребенка в этой области от сверстников не принимается родителями во внимание.

Адаптация детей к систематическому обучению во многом зависит от качества подготовки к школе. При прочих равных условиях, здоровый, хорошо развитый ребенок обладает более высоким уровнем функциональной активности всех систем организма. Однако даже хорошо подго-

товленные дети испытывают значительные трудности в первые месяцы обучения в школе.

Адаптация - естественный процесс при смене ситуации развития, однако взрослые должны, исходя из того, что ресурсы здоровья и обучаемости детей в этот период снижены, контролировать в период адаптации учебную нагрузку и следить, чтобы она была щадящей.

Решению этой задачи служат предметы, предполагающие игровую деятельность детей и творчество (рисовании, пение, физическая культура).

В то же время, уроки физической культуры не всегда служат смягчению адаптации. Проведенные исследования показали, что большинство учителей физической культуры не только не знакомо с программой воспитания и обучения в детском саду по разделу «Физическая культура», но и воспринимают как аксиому, что пришедшие к ним ученики ничего не знают и не умеют. Невысокие результаты, показываемые первоклассниками в начале учебного года, как правило, объясняются реакцией адаптации. Тем не менее, большинство учителей не принимает этот факт во внимание.

Многими авторами доказано, что методика проведения уроков физической культуры в первом классе (особенно в начале учебного года) должна иметь существенные отличия от методики проведения уроков во втором и третьем классе. Эти отличия связаны, во-первых, с различным уровнем физического развития и физической подготовленности начинающих учеников и, во-вторых, с периодом адаптации детей к условиям школы.

К сожалению, забота о здоровье детей, красной нитью проходящая через всю деятельность дошкольных учреждений, в школе не только уходит на второй план, но и вообще зачастую принимает декларативный характер.

Не трудно предположить, что осуществление преемственности физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения и шко-

лы повысило бы эффективность учебно-воспитательного процесса и сохранило здоровье детей.

Преемственность дошкольного и начального школьного образования должна рассматриваться как двусторонний процесс, в котором на дошкольной ступени образования сохраняется его «самоценность» и формируются фундаментальные личностные качества ребенка - те достижения, которые служат основой его успешного обучения в школе. В то же время школа как преемник дошкольной ступени образования не строит свою работу «с нуля», а подхватывает достижения ребенка-дошкольника и строит свою педагогическую практику, опираясь на его потенциал. Такое понимание преемственности позволяет реализовывать непрерывность в развитии и образовании детей.

Эффективное взаимодействие дошкольного учреждения и школы, безусловно, оказывает значительное влияние на сохранение и укрепление здоровья ребенка. Однако, наибольших результатов можно добиться, привлекая к тесному сотрудничеству семью. Причем, чем раньше начнется это сотрудничество, тем больше возможностей создать для каждого ребенка программу развития, предусматривающую как развитие его творческой индивидуальности, так и оптимальные условия жизнедеятельности, формирующие его здоровье и позволяющие полностью реализовать потенциал, заложенный природой.