

Адаптация пятиклассников

Переход ученика из начальной школы в среднюю совпадает со своеобразным концом детства – стабильным периодом в развитии ребенка. В 5 классе ребенка ждет новая система обучения: классный руководитель и учителя-предметники, преподающие новые дисциплины.

Одни пятиклассники гордятся тем, что быстро повзрослели и быстро втягиваются в учебный процесс, а другие переживают изменения в школьной жизни более трудно. В такой период дети нередко меняются, тревожатся без явных причин, или, наоборот, становятся развязными, сильно суетятся. Как результат – у ребят снижается работоспособность, они становятся забывчивыми, неорганизованными, иногда у детей ухудшается сон и аппетит.

Какие же *возрастные и психологические особенности* этого возраста?

Новая система представлений о себе, смотрят на себя как бы извне, сопоставляя себя с другими взрослыми и сверстниками.

Повышенная утомляемость.

Стремление к общению со сверстниками, желание утвердить свою самостоятельность, независимость.

Ярко выраженная эмоциональность.

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того, дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба. У многих детей в этот период повышается тревожность. В этот адаптационный период детям необходима помощь педагогов, родителей и психологов.

Пятиклассник – это ребенок, находящийся на переходе к подростковому возрасту. В 5-м классе ко всем проблемам подросткового возраста добавляется проблема адаптации к новым условиям обучения. Под *адаптацией* принято понимать – в широком смысле – *приспособление к окружающим условиям*.

Выделяют следующие *виды адаптации*:

- "легкая адаптация или высокий уровень" - 3-4 недели учёбы
- "адаптация средней тяжести или средний уровень" – 2-3 месяца
- "тяжелая адаптация или низкий уровень" до 6 месяцев
- "затяжная адаптация или дезадаптация" до 1 года.

Особенности адаптационного периода:

Много разных учителей.

Кабинетная система.

Новые дети в классе, классный руководитель.

Увеличение объема работ в классе и домашних заданий.

Необходимость на каждом уроке приспосабливаться к различным требованиям педагогов.

Признаки успешной адаптации:

Удовлетворенность процессом обучения.

Ребенок легко справляется с программой.

Готовность прибегнуть к помощи взрослого после попыток выполнить задание самостоятельно.

Удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

Признаки дезадаптации:

Усталый, утомлённый внешний вид ребёнка.

Нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне.

Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.

Нежелание выполнять домашние задания.

Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.

Жалобы на те или иные события, связанные со школой.

Беспокойный сон.

Трудности утреннего пробуждения, вялость.

Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Итак, рассмотрим проблемы школьной адаптации.

Изменение условий обучения и изменение требований.

Учась в начальной школе, ребенок был ориентирован на одного учителя. Именно у него надо было завоевать авторитет. Уже через некоторое время после начала учебы этот учитель знал, на что способен ваш ребенок, как его ободрить, поддержать, помочь разобраться в сложной теме. Ребенок спокойно развивался: приобретал знания в ОДНОМ кабинете, с ОДНИМ основным учителем, его окружали ОДНИ и те же ребята, и требования к выполнению заданий и ведению тетрадей были ОДИНАКОВЫЕ. Все было привычно. А учитель - практически вторая мама, которая и подскажет, и направит.

При переходе же в 5-й класс ребенок сталкивается с проблемой **множественности**. Во-первых, стало МНОГО учителей-предметников. Во-вторых, каждый предметник выдвигает свои требования и таких требований МНОГО. И все эти требования надо не только ВYЧИТЬ, но и СОБЛЮДАТЬ, и не запутаться, где что надо делать. Ко всему прочему, необходимо помнить, что ребенку надо заново завоевывать авторитет, и не у одного учителя, а у многих, со многими учителями выработать свои отношения. Поневоле заволнуешься, испугаешься - а в итоге повышается тревожность.

Чем можно помочь?

Во-первых, увидеть плюсы этих "рассогласованностей". Эти "мелочи", которые поначалу так затрудняют ребенку школьную жизнь, приносят и пользу.

Он учится учитывать все требования, соотносить их, преодолевать трудности, а значит, учится взрослой жизни, где "многопотребовательность" в порядке вещей.

Во-вторых, это учит подростка строить отношения с разными людьми, становясь более гибким.

Помогите ребенку запомнить все требования и правила, предъявляемые учителями. Один из путей - совместное с подростком составление расписания с указанием особенностей выполнения заданий

Будьте терпеливы. Чаще спрашивайте ребенка о школьной жизни. Контролируйте поначалу выполнение домашних заданий с учетом требований учителей.

Если увидите проблемы, не затягивайте: подойдите к учителю, выясните причину появившихся сложностей. Расскажите об особенностях своего ребенка.

Помощь родителей на первых порах нередко нужна школьникам и в подготовке домашних заданий (даже если в начальной школе дети делали уроки самостоятельно), и в преодолении трудностей в учебе, которые нередко возникают на первых этапах обучения в средней школе.

Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

Установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно выполнять домашние задания, полученные в школе, и следите за выполнением этих установок. Это поможет вам сформировать хорошие привычки к обучению. Проявите свой интерес к этим заданиям и убедитесь, что у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Однако если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

Советы родителям в период адаптации

первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться;

обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню, неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня;

обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы;

недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников);

исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания;

учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению (медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу,

быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость);

предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью;

поощрение ребенка, и не только за учебные успехи (моральное стимулирование достижений ребенка);

развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.

Напоследок еще одна простая истина: помочь ребенку адаптироваться в средней школе и пережить все кризисы подросткового роста может любовь. Ребенок, которого любят, никогда не уйдет из дома, не совершит суицид, не попадет в психологический тупик. Любите своего ребенка открыто, а не в глубине души, старайтесь давать ему ощущение стабильности в семье, постоянно разговаривайте с детьми. А если у вас появятся вопросы, проблемы, идите за советом к учителям, привлекайте психологов. С большой работой или проблемой легче справиться всем миром, тем более что ставка уж очень высока - жизнь и счастье ваших детей!