

## **Адаптация без проблем. Переходим в пятый класс.**

Переход из начальной школы в среднее звено сопряжен с большой психологической нагрузкой. Помните, что процесс школьной адаптации может длиться до 6 месяцев. Относитесь к ребенку с пониманием - ему трудно.

- Во-первых, Вашего ребенка будут учить несколько различных учителей, а не один-два, как это было в начальной школе. Расставание с первым любимым учителем огорчит ребенка. Встреча с новыми лицами, появление новых требований, возрастание ответственности окажется для ребенка так же большой неожиданностью. Педагоги относятся к пятикласснику не как к малышу, а как к сформированному школьнику, и должно пройти некоторое время, прежде чем сам ребенок осознает это.
- Во-вторых, ребята будут заниматься в разных кабинетах. Родного, домашнего уютного кабинета начальной школы, где проходили все уроки, больше не будет. В средней школе для изучения каждого предмета есть свой кабинет. Добавьте сюда встречи на переменах со "взрослыми дядями", старшеклассниками. Для привыкания к этому нужно время.
- В-третьих, у Вашего ребенка может поменяться коллектив одноклассников, даже если Вы не меняли школу. Могут появиться новички в классе, или уйти из школы одноклассники. Смена коллектива даже для взрослого человека проходит болезненно, а что говорить о малыше?

Поэтому, уважаемые родители, на Ваши плечи ложится забота о том, как помочь своему ребенку преодолеть все эти трудности. В это время он особенно нуждается в Вашей помощи.

1. Обязательно узнайте о программе обучения в 5 классе, предполагаемой нагрузке, наличии дополнительных занятий у завуча или директора школы. Сопоставьте требования с возможностями. Помните, что 8 уроков подряд ничего хорошего вашему ребенку не принесут.
2. Поинтересуйтесь, кто будет вести учебные предметы в классе Вашего ребенка. Пусть Вам заранее расскажут о требованиях педагога.
3. Наладьте контакт со школьным психологом, так как в период адаптации могут возникнуть нежелательные отклонения в поведении, с которыми Вы самостоятельно не справитесь. Вам потребуется помощь специалиста.
4. Первые три месяца следует тщательно контролировать, как дети собираются в школу. Ребята кладут в ранец совсем не то, что нужно, потому что только учатся следить за расписанием и его изменением. Поэтому, уважаемые родители, не поленитесь заглянуть в расписание

уроков и проверить содержимое ранца. Но, заметив несоответствие, не спешите сами исправлять оплошность ребенка, пусть он сделает это сам. Тем самым Вы разовьете его внимание и воспитаете в нем самостоятельность.

5. Подружитесь с родителями других детей. Тем самым Вы получите гораздо больше информации о школе, о делах класса, а также о жизни вашего ребенка в школе.
6. И самое главное - никогда не бойтесь спрашивать учителей о том, что Вам непонятно. Не стесняйтесь, когда хотите что-то уточнить. Просите совета, когда сомневаетесь. Верьте в своего ребенка, и все у него будет хорошо.

Но именно сейчас у ребенка еще есть время, чтобы стать самостоятельным в учении, определить свои учебные интересы. Он более объективно начинает оценивать свои возможности. По-другому строятся отношения с педагогами и сверстниками.

#### Причины трудностей в учении:

- Недостатки учебной подготовки при нормальном и даже хорошем уровне развития мышления и других познавательных процессов;
  - значительные пробелы в знаниях;
  - несформированность обще учебных и специальных учебных умений и навыков.
- Преимущественно эмоциональное отношение к учебному предмету. Слишком сильные и слишком длительные как позитивные, так и отрицательные эмоции могут вызывать:
  - эмоциональную усталость;
  - раздражительность;
  - капризность;
  - скандалы и плачь и т.д.

#### Причины трудностей в учении:

- Несформированность необходимых мыслительных действий и операций – анализа и синтеза, плохого речевого развития, недостатки внимания и памяти
- Формализм в усвоении знаний

#### Причины трудностей в учении:

- Неуспеваемость так же может быть связана с особенностями учебной мотивации (мотив достижения успеха и мотив избегания неудач);

- Слабая произвольность поведения и деятельности – нежелание, невозможность заставить себя постоянно заниматься.

## **Причины и следствие неполной адаптации**

### Причины:

- Продолжительная неуспеваемость или её снижение,
- невозможность соответствовать прежним результатам и требованиям родителей в системе оценок,
- проблемы в сфере общения, недовольство своим положением в коллективе сверстников,
- неудовлетворённость потребностей и желаний и т.д.

### Следствие (нарушения в личностной и функциональной сферах):

- Низкая или напротив защитно-высокая самооценка;
- Прямая или косвенная оборонительно – защитная агрессия;
- Чувство беспомощности и обиды;
- Формируется мотив избегания неудач;
- Нервных процессы (частые заболевания, «школьный» невроз);
- Повышенная возбудимость и импульсивность или напротив инертность, закрытость;
- Формирование чувства неполноценности.
- Проявление асоциальных форм поведения (закрытость, агрессия, импульсивность, раздражительность, обидчивость нарушение правил поведения или полное их игнорирование и т.д.)

## **Обратитесь за помощью к педагогам и психологам!**

### Признаки успешной адаптации:

- удовлетворенность ребенка процессом обучения;
- ребенок легко справляется с программой;
- степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий,
- готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому;
- 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, связанные со школой.
- беспокойный сон.
- трудности утреннего пробуждения, вялость.
- постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Основными задачами методической работы являются:

1. Управление развивающейся системой дополнительного профессионального образования педагогов.
2. Повышение качества профессионального уровня и педагогического мастерства учителя;
3. Обобщение и освоение передового педагогического опыта;
4. Инициирование педагогического творчества;
5. Освоение педагогами современных образовательных технологий.

### **Памятка для родителей пятиклассников.**

Переход из начального звена в среднее - важный этап в жизни ребенка.

Успешность адаптации:

- интеллектуальная готовность;
- умение общаться со сверстниками и учителями;
- соблюдение школьных правил;
- умение ориентироваться в новых ситуациях;
- эмоциональная гибкость.

Трудности адаптационного периода:

- возросший темп работы: дети не успевают быстро писать;
- возросший объем работы на уроках и дома;
- новые учителя и требования к оформлению работ;
- необходимо самостоятельно находить дополнительную информацию и работать с ней;
- новое расписание и новые кабинеты;
- трудности со старшеклассниками.

Некоторые проблемы пятиклассников:

- в письменных работах пропускают буквы;
- не умеет применять правила, хотя знает их формулировку;

- с трудом решает математические задачи;
- невнимателен, рассеян, забывчив;
- с трудом понимает объяснения учителя;
- плохо ориентируется в пространстве;
- испытывает страх перед уроками, учителями, ситуациями проверки знаний;
- часто меняет друзей.

#### Кризисные периоды:

- первые 4-6 недель (сентябрь, октябрь)
- середина декабря;
- неделя после каникул в феврале;
- середина марта (особенно после каникул).

#### Признаки дезадаптации:

- усталый, утомленный вид ребенка;
- беспокойный ночной сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие;
- нежелание выполнять домашнее задание;
- негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;
- нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне;
- повышенная тревожность, страх не соответствовать ожиданиям окружающих;
- жалобы на события, связанные со школой;
- стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы.

#### Особенности возраста:

- предподростковый возраст;
- постепенное обретение чувства взросления;
- проявление негативизма;
- с взрослыми возможные конфликты;
- эмоциональная нестабильность;
- пытается найти свою уникальность и собственное «Я»;
- замена ведущей учебной деятельности на ведущую деятельность общения;
- развитие способностей и мотивация зависят от ситуации успеха;
- возраст нарциссов.

#### Как помочь ребенку?

- безусловное принятие ребенка, несмотря на неудачи, с которыми он может столкнуться;
- создание условий для развития самостоятельности (домашние обязанности);
- спланировать свободное время ребенка;
- ненавязчивый контроль со стороны родителей;
- создание ситуации успеха;
- возможность обсудить свои школьные дела, отношения со сверстниками в семье;
- возможность общения с одноклассниками вне школы.