



### АДАПТАЦИЯ ПЯТИКЛАССНИКОВ

**Цель:** выявление особенностей адаптационного периода у учащихся пятых классов.

**Задачи:** - рассмотреть особенности адаптационного периода;  
- выявить проблемы, возникшие в период адаптации;  
- разобрать ситуации, возникающие в процессе учебной деятельности;  
- определить пути решения проблем.

В жизни человека любые переходные периоды всегда связаны с проблемами. Переход учеников из начальной школы - это сложный и ответственный период. От того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача - разобраться в том, что происходит сейчас с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Подростковый возраст (10-15 лет) - период бурного роста и развития организма. Границы подросткового периода совпадают с обучением в 5-9 классах школы. Родители считают детей этого возраста трудными, «неслухами», педагоги и психологи называют этот период «переходным», «критическим».

Многочисленные житейские наблюдения за подростками и не менее многочисленные научные исследования подтверждают действительную сложность происходящих в этом возрасте процессов развития.

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. Адаптация имеет два спектра - биологический и психологический. Мы поговорим именно о психологической адаптации учащихся, так как им в настоящий период

необходимо приспособиться к новым условиям школьной действительности, начиная от внешних (кабинетная система), и заканчивая внутренними (установление контактов с разными учителями, усвоение новых предметов).

Надо заметить, что с понятием «адаптация» тесно связано понятие «готовность к обучению в средней школе». Не все учащиеся начальной школы подготовлены к переходу в среднюю школу одинаково.

Можно выделить следующие составляющие понятия «готовность к обучению в средней школе»:

1. Сформированность основных компонентов учебной деятельности, успешное усвоение программного материала.
2. Умение самостоятельно работать, осмысливать материал.
3. Качественно иной, более «взрослый» тип взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

Большинство проблем, трудностей адаптации вызвано двумя группами причин: недостатками в обучении школьников и нарушениями характера их общения со значимыми людьми.

В 5-м классе дети переходят к новой системе обучения: «классный руководитель - учителя-предметники». Иногда дети даже меняют школу, у них появляются новые одноклассники. К тому же переход из начальной школы в среднюю совпадает с концом детства - достаточно стабильным периодом развития.

Большинство детей переживает это событие как важнейший шаг в своей жизни. Некоторые гордятся тем, что они повзрослели, другие мечтают начать «новую жизнь». Адаптация в 5-м классе во многом сходна с адаптацией в 1-м классе. Что вызывает стресс у пятиклассников? Резкие изменения условий обучения, разнообразные и усложненные требования, предъявляемые пятиклассникам, даже смена статуса «старшего» в начальной школе на «самого младшего» в средней - все это является довольно серьезным испытанием.

В этот период дети могут стать неузнаваемым: тревога, робость или, наоборот, развязность, чрезмерная суетливость, возбуждение охватывает их. В связи с этим у них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными. Иногда нарушается сон, аппетит.

Уважаемые родители! Постарайтесь обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, сделайте так, чтобы пятиклассник ощутил Вашу поддержку и помощь.

### **ЧТО ЗАТРУДНЯЕТ АДАПТАЦИЮ?**

1. Противоречивость и рассогласованность требований разных педагогов. К школьнику впервые предъявляют много требований и много человек. И он должен научиться учитывать эти требования, соотносить их друг с другом, преодолевать связанные с этим трудности, потому что эти умения необходимы во взрослой жизни.
2. На пятиклассника обрушивается поток информации, насыщенный терминами, непонятными словами. Выход простой: разъясните ребенку, что неполное, неточное понимание слов нередко лежит в основе непонимания школьного материала и в связи с этим необходимо обращаться к справочникам, словарям.

3. В пятом классе многие дети ощущают одиночество, так как любимой первой учительницы нет рядом, а классному руководителю часто не хватает времени уделять им внимание в той же мере. А другие «шалеют» от свободы и носятся по всей школе, задирая даже старшекласников. Отсюда неуправляемость одних и «прилипчивость» к классному руководителю, плач, капризы, интерес к книгам и играм для маленьких детей, посещение первого класса с любимой учительницей - других. Важно понять, что все это - естественные переживания, которые необходимы для развития школьника, так как они помогают ему стать взрослым.

Нам следует стать более внимательными, благожелательными, таким образом, помогая школьнику освоить эту позицию.

## **ПРОБЛЕМЫ В УЧЕБЕ ПЯТИКЛАСНИКОВ**

Пятиклассники страстно желают хорошо учиться, чтобы радовать окружающих. Но, столкнувшись с первыми трудностями, часто разочаровываются. Несколько слов об учебных проблемах пятиклассников:

1. слабая учебная подготовка в начальных классах;
2. несформированность умения анализировать и синтезировать (неразвитые мыслительные действия и операции), плохое речевое развитие, слабые внимания и память;
3. неразвитая воля - нежелание, «невозможность», по словам ученика, заставить себя постоянно заниматься. Их не привлекает цель, так как для пятиклассников характерно преимущественно эмоциональное отношение к своей деятельности.

## **ПУТИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ**

1. Помогайте школьнику в учебе, добивайтесь, чтобы он досконально понял даже мельчайшие детали выполнения трудного задания. Пусть ребенок выполнит одно - два подобных задания и подробно объяснит, что и как он делает.
2. Развивайте внимание, мышление и память ребенка, играйте с ним в игры на развитие наблюдательности (в разведчиков, охотников, индейцев на охоте и т.д.), решайте посильные головоломки, разгадывайте шарады, кроссворды. Делайте это все как можно чаще.
3. Развивайте волю ребенка, приучайте его к режиму дня, эмоционально окрашивайте его учебную деятельность, но не переусердствуйте, иначе может возникнуть так называемая «эмоциональная усталость»: ребенок может стать капризным, раздражительным, плаксивым. Используйте юмор, но не сарказм и насмешки! Терпите их шутки, какими бы глупыми они вам не казались, используйте юмор в целях разрядки и привлечения ребенка на свою сторону.
4. Очень важно в учебных и во всех других занятиях помочь школьнику выработать объективные критерии собственной успешности и неуспешности; с помощью взрослых следует развивать у него стремление совершенствовать свои способности. Начните с выработки привычки хорошо выполнять домашние задания.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ**

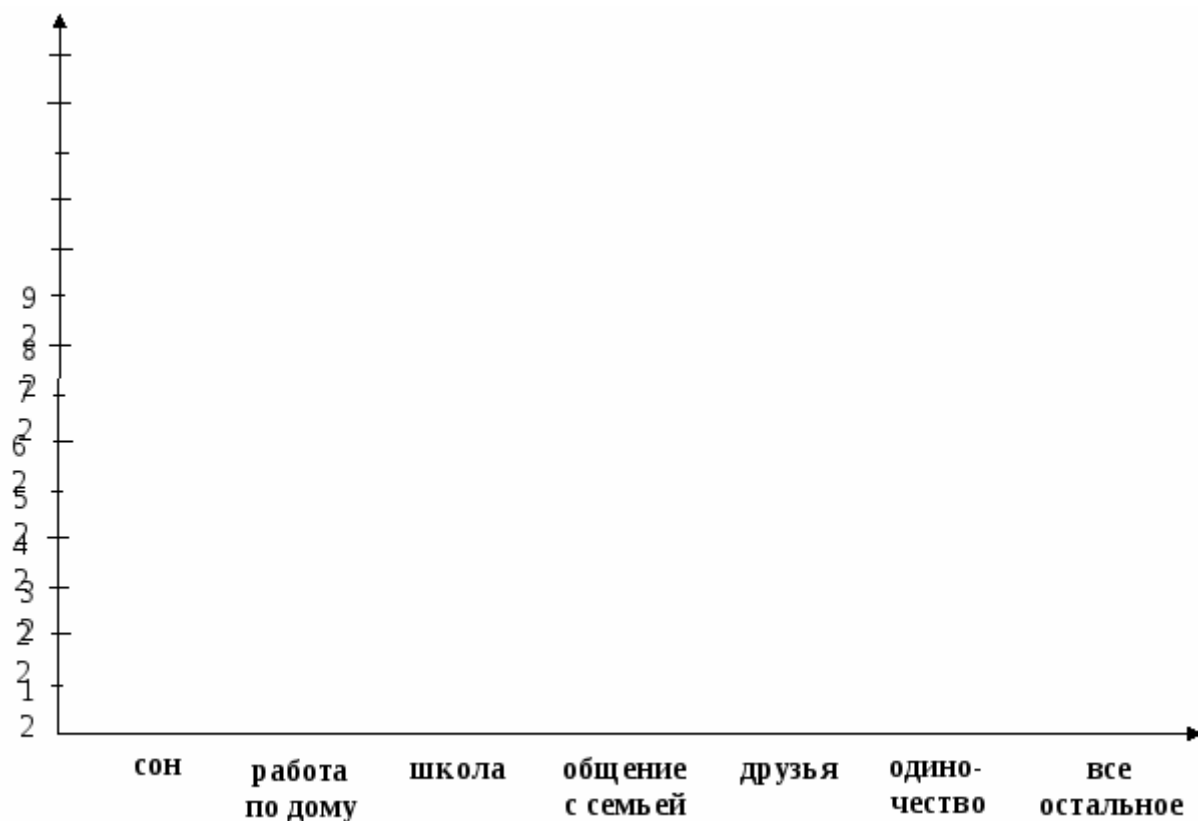
1. Не ругайте детей за плохие отметки, тогда они не будут хитрить и обманывать. Напротив, между вами установятся доверительные отношения.
2. Интересуйтесь успеваемостью своего ребенка постоянно, а не в конце четверти, когда уже поздно исправлять двойку на тройку.
3. Если ребенок уже пытался вас обмануть, мол, в школе все хорошо, но на поверку выходило иначе, почаще получайте информацию «из первых рук». Учитель скажет вам правду.
4. Никогда не говорите плохо об учителе в присутствии ребенка. Тем более не выносите поспешных приговоров. Лучше отправиться в школу и самостоятельно разобраться с проблемной ситуацией. Помните, моральные нормы в ребенке закладывает не столько школа, сколько семья. Неуважительное отношение к старшим (будь то незнакомый человек или учитель в школе) – плохая черта. От нее лучше избавиться уже в детстве.

### **ДИАГРАММА ТИПИЧНОГО ШКОЛЬНОГО ДНЯ УЧЕНИКА:**

Вопрос родителям (для составления диаграммы): сколько времени уходит у вашего ребенка:

- на сон
- на работу по дому
- на школу
- на общение с семьей
- на друзей
- на одиночество
- на все остальное?

Что Вам хочется изменить в этой диаграмме? Обсуждение.



## АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (самоанализ)

### Можете ли вы:

- В любой момент оставить все свои дела и заняться ребенком?
- Посоветоваться с ребенком, несмотря на его возраст?
- Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?
- Извиниться перед ребенком в случае, если вы были неправы?
- Овладеть собой и сохранить самообладание, даже если поступок ребенка вывел вас из себя?
- Поставить себя на место ребенка?
- Поверить хотя бы на минутку, что вы добрая фея или прекрасный принц?
- Рассказать ребенку поучительный случай из детства, представляющий вас в невыгодном свете?
- Всегда воздерживаться от слов и выражений, которые могут ранить ребенка?
- Пообещать ребенку, исполнить его желание за хорошее поведение?
- Выделить ребенку один день, когда он может делать, что желает, и вести себя, как хочет, а вы при этом ни во что не вмешиваетесь?
- Не прореагировать, если ваш ребенок ударил, толкнул или незаслуженно обидел другого ребенка?
- Устоять против слез, капризов, просьб, если известно, что это прихоть?

### Варианты ответов:

**A** – могу и всегда так поступаю – 3 балла.

**Б** – могу, но не всегда так поступаю – 2 балла.

**В** – не могу – 1 балл.

### **Анализ результатов:**

**От 30 до 39 баллов** – вы придерживаетесь правильных принципов воспитания.

**От 16 до 30 баллов** - ваш метод воспитания – кнут и пряник.

**Менее 16 баллов** - у вас нет педагогических навыков и желания воспитывать ребенка.

### **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАК ПОМОЧЬ ДЕТЯМ УЧИТЬСЯ»**

1. Будьте ребенка спокойно; проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».
2. Не прощайтесь, предупреждая и наставляя: «смотри, не балуйся», «веди себя хорошо», «чтобы сегодня не было замечаний о твоём поведении» и т.п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.
3. Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладываете на потом, выслушайте, это не займет много времени.
4. Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится и расскажет сам.
5. Лучшее время для домашних занятий с ребенком с 15 до 17 часов – первая смена, с 9 до 11 – вторая смена. Занятия вечерами бесполезны, т.к. ребенок уже устал от насыщенного учебного дня.
6. Не заставляйте делать все задания в один присест, это должно занимать не больше 15-20 минут времени, и только после 20 минутного отдыха можно вернуться к заданию.
7. Во время занятий с ребенком необходимы: спокойный тон, поддержка («не волнуйся, все получится», «давай разберемся вместе», «я тебе помогу», похвала даже, если не очень получается).
8. Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности учебы.
9. Помните, что все дети любят сказку перед сном, песенку, ласковые слова. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном о неприятностях.

**УДАЧИ ВАМ!**