

«Адаптация пятиклассников»



- первое условие школьного успеха – безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться;
- если родителя что-то беспокоит в поведении ребенка, необходимо как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом. Если в семье произошли какие-то события, повлиявшие на психологическое состояние ребенка, стоит сообщить об этом.

- со стороны родителей обязательное проявление интереса к школьным делам, обсуждайте сложные ситуации, совместный поиск выхода из конфликтов. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня;

- не следует сразу ослаблять контроль за учебной деятельностью ребенка, если в период начальной школы он привык к вашему контролю. Приучайте его к самостоятельности постепенно.

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

- исключение такого наказания, как лишение удовольствий (например, запрет на пользование ПК);

- необходимо поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка. Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.

- необходимо учитывать темперамент ребенка (медлительные и малообщительные дети гораздо труднее и дольше проходят период адаптации);

- создание условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность;

- для пятиклассника учитель – уже не такой непререкаемый авторитет, как раньше, в адрес учителей могут звучать критические замечания. Важно обсудить с ребенком причины его недовольства, поддерживая при этом авторитет учителя. Пятикласснику уже не так интересна учеба сама по себе, многим в школе интересно бывать потому, что там много друзей.

- Иногда родители считают, что у ребенка все в порядке, а если и есть какие-то проблемы, то в них виноваты окружающие. Ребенок привыкает считать виноватыми в своих проблемах окружающих, не умеет признавать свои ошибки, относится к сверстникам с чувством превосходства, не желает считаться с их интересами и мнением. Научите ребенка давать правильную оценку своим поступкам.

Пятый класс относится к одному из кризисных периодов жизни ребенка. Переходя в него, школьники сталкиваются с многообразием проблем и сложностей, которые теперь приходится разрешать самостоятельно. Адаптация к учебе в пятом классе – это настоящее испытание, которое ложится на плечи не только детей, но и их родителей, классных руководителей и учителей-предметников. Возникающие трудности затрагивают не только учебный процесс и школьную жизнь, но и психологический климат семьи. Младшим подростковому возрастом считают 10-11 лет. В это время дети в основном уравновешенны, спокойны, они доверчиво относятся ко взрослым, признают их авторитет, ждут от них помощи и поддержки. В этот период родителям важно стать своему ребенку настоящим другом, советчиком и соратником. Правильно организованное поведение позволит не только с легкостью пережить детям данный период, но и не «замкнуться в себя». Именно семья должна стать детям настоящей опорой и надежным тылом, куда пятиклассники с радостью будут приходить после учебных занятий, делиться полученными впечатлениями и восстанавливать силы.

Понятие «Адаптация» непосредственно связано с понятием «Готовность ребенка к школе» и включает 3 составляющие: адаптацию физиологическую, психологическую и социальную (личностную). Все составляющие тесно взаимосвязаны, недостатки формирования любой из них сказываются на успешности обучения пятиклассника, его самочувствия и состояния здоровья, работоспособности, умении взаимодействовать с педагогами, одноклассниками и подчиняться школьным правилам.

Физиологические трудности адаптации:

- изменение режима дня ребенка в сравнении с начальной школой, увеличение физической и умственной нагрузки;
- быстрое физиологическое взросление многих детей, гормональные изменения в организме;
- изменения в питании ребенка, связанные с его большей самостоятельностью.

Психологические трудности адаптации:

- повышение уровня тревожности семьи, связанной с обучением ребенка в пятом классе;
- повышение уровня тревожности самого ребенка;
- зависимость степени адаптации ребенка к новым условиям от тех требований, которые предъявляет ребенку семья, его ближайшее окружение.

Социальные (личностные) трудности адаптации:

- трудности в увеличении нагрузки и темпа обучения, умении слушать, реагировать на действия учителя, планировать свою работу, анализировать полученный результат;
- умения налаживать контакт с другими детьми, выстраивать отношения со взрослыми, быть общительным и интересным – то есть умений, позволяющих устанавливать межличностные отношения со сверстниками и педагогами.

Психологические и психофизические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в 5-м классе школьники переживают период адаптации к новым условиям обучения, во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе. Это проявляется в возрастании тревожности, снижении работоспособности, повышенной робости или, напротив, «развязности», неорганизованности, забывчивости. У большинства детей это исчезает через 2-3 недели учебы. Однако, есть дети, у которых процесс адаптации затягивается на 2-3 месяца и даже больше. С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей. Подобные заболевания носят психосоматический характер.

Проблемы, с которыми сталкиваются ребята при переходе в пятый класс.

- Проблема 1: изменение условий обучения. Участь в начальной школе, ребенок был ориентирован на одного учителя. При переходе же в 5 класс ребенок сталкивается с проблемой множественности: много учителей-предметников, разные кабинеты, новые учебные предметы. Кроме этого ребенок должен привыкнуть к новой школьной обстановке, сменив уют своей родной классной комнаты на необходимость постоянно перемещаться из кабинета в кабинет.

- Проблема 2: изменение требований. Еще усложняет период адаптации рассогласованность требований разных учителей-предметников. Один просит завести тетрадь в 48 листов, другой тоненькие тетрадки, но их должно быть 3 штуки. Как быть в этом случае? Во-первых, постарайтесь увидеть плюсы этих «рассогласованностей». Эти «мелочи», которые по началу так затрудняют школьную жизнь ребенку, приносят и пользу. Ребенок учится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать трудности – а значит, учится взрослой жизни, где «многопотребительность» - норма вещей. Во-вторых, это учит ребенка строить отношения с разными людьми, становясь более гибким.

- Проблема 3: отсутствие контроля. Всю начальную школу вашему ребенку помогал один учитель. Он выполнял функцию и учителя, и классного руководителя, и контролера. Учитель мог отслеживать выполнение всех заданий всеми учениками. Вам, родители, нужно стараться быть более терпеливыми. Чаще спрашивайте ребенка о школьной жизни. Контролируйте выполнение домашних заданий с учетом требований учителей. Если увидите проблемы, не затягивайте, подойдите к учителю, выясните причину появившихся сложностей. Расскажите об особенностях своего ребенка.

- Проблема 4: пробелы в знаниях. Не усвоив тему в пятом классе, ребенок рискует не понять материал следующий. Материал усложняется от урока к уроку. И если предыдущие темы были не усвоены, то школьник потянет этот шлейф дальше, затягивая узел незнаний. Перед выполнением домашних заданий проверьте, усвоен ли классный материал. Если ребенок все понимает, но проблема успеваемости стоит, то займитесь развитием мышления, памяти, внимания, поскольку и наблюдательность, и внимательность, и способность увидеть мельчайшие детали – все это поможет разбору и усвоению материала. Или обратитесь за этой помощью к школьным психологам.

В период физиологического взросления дети утрачивают ту самооценку, которая была до этого. В младшей школе она складывалась из оценки взрослых и того же учителя. Баллы за ответ на уроке дети воспринимали как оценку своей личности. Но в пятом классе такое представление о «хорошисте» уже начинает меняться. Прибавьте к этому гормональную разбалансировку организма, которая беспощадно «бьет» по нервной системе, и вы поймете, почему ребенок неуравновешен, раздражителен, более утомляем и вообще переживает не самые счастливые дни своей жизни.