



Беседа для родителей

АДАПТАЦИЯ ПЯТИКЛАССНИКОВ К СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ

Адаптация



- ♦ Адаптация (лат. *adapto* — приспособляю) — процесс приспособливания.
- ♦ Обычно необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения.

В пятом классе условия обучения коренным образом меняются:

- ♦ дети переходят от одного основного учителя к системе классный руководитель—учителя-предметники;
- ♦ уроки, как правило, проходят в разных кабинетах;
- ♦ нередко дети меняют класс или даже школу, у них появляются не только новые учителя, но и новые одноклассники.

- ♦ Как показывает практика, большинство детей переживает этот переход как важный шаг в их жизни. Они гордятся тем, что “уже не маленькие”.
- ♦ Переход к нескольким учителям с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений является для них зримым показателем их взросления.
- ♦ Кроме того, определенная часть детей осознает такой переход как ***шанс заново начать школьную жизнь***, наладить не сложившиеся или не устраивающие школьника отношения с педагогами.

- ◆ С другой стороны, переход из начальной школы в среднюю связан с возрастанием нагрузки на психику ученика.
- ◆ Психологические и психофизиологические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в пятом классе школьники переживают период адаптации к новым условиям обучения, во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе.



Дезадаптация

Такое психологическое напряжение, будучи достаточно длительным, может привести к школьной дезадаптации:

- ♦ ребенок становится недисциплинированным,
- ♦ невнимательным,
- ♦ безответственным,
- ♦ отстает в учебе,
- ♦ быстро утомляется и просто не хочет идти в школу.

Ослабленные дети являются наиболее подверженными дезадаптации.



Аспекты школьной дезадаптации



- ♦ В адаптационной период дети могут стать более тревожными, робкими, или, напротив, “развязными”, чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снижаться работоспособность, повышаться неорганизованность. Они могут стать забывчивыми, иногда нарушается сон, аппетит...
- ♦ Исследовательские данные свидетельствуют о том, что подобные функциональные отклонения в той или иной форме характерны примерно для **70-80 %** школьников.

- ♦ У большинства детей подобные отклонения носят единичный характер и исчезают, как правило, через 2-4 недели после начала 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.

Адаптационный период

- ♦ **Цель** адаптационного периода — помочь ребятам познакомиться друг с другом, с учителями, с новой учебной ситуацией, со школой и школьными правилами.

Каковы же **задачи** адаптационного периода в пятых классах?

- ♦ адаптация к «разноголосице» требований учителей;
- ♦ введение самоконтроля (теперь нет постоянно рядом классной «мамы»);
- ♦ принятие новой позиции — ученик второй ступени школы.

Логика развития адаптационного периода в 5-х классах

- ♦ **Первый этап** адаптационного периода пятиклассников (который длится не более недели) посвящен знакомству ребят друг с другом или изучению друг друга (если состав класса не менялся). Они делятся информацией о том, что больше всего ценят в других людях и самих себе, чем нравится заниматься, как чувствуют себя в школе.

На втором этапе адаптационного периода ребятам предоставляется возможность взаимодействия в больших и малых группах, состав которых меняется, и выработки правил, облегчающих действие сообща.

- ♦ Некоторым классам удастся разработать и принять дифференцированные правила для различных видов взаимодействия — интеллектуального, творческого, трудового и пр. Важно, чтобы все правила конструировались в позитивной форме (без «не») и были обсуждены их необходимость и значимость.
- ♦ Еще одной важной содержательной частью данного этапа является создание портрета настоящего школьника: качества и свойства его личности, формы их проявления в поведении, действиях ученика по отношению к себе и другим людям, делу.

◆ Третий этап

адаптационного периода пятиклассников связан с осознанием появления нового сообщества — класс. Работа организуется таким образом, чтобы каждый пятиклассник внес в общее представление о классе свое индивидуальное видение. После этого действия в классах очень быстро и легко распределяются все общественные поручения.



Как помочь ребенку?

- ♦ В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, но при этом достаточно четкий режим, сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.
- ♦ При слишком длительном процессе адаптации, а также при наличии множества функциональных отклонений необходимо обратиться к школьному психологу.

- ◆ Помощь родителей на первых порах нередко нужна школьникам в *подготовке домашних заданий* (даже если в начальной школе дети делали уроки самостоятельно);
- ◆ для *преодоления трудностей в учебе*, которые нередко возникают на первых этапах обучения в средней школе;
- ◆ для приспособления к разным учителям (требования, особенности речи, методические приемы и т.п.)



Советы родителям

- ♦ Воодушевите ребенка рассказывать дома о своих школьных делах.
- ♦ Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: "Как прошел твой день в школе?" Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребенком о школе.



- ♦ Запоминайте отдельные имена, события и детали, о которых ребенок сообщает вам, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Кроме того, обязательно спрашивайте вашего ребенка о его одноклассниках, делах в классе, школьных предметах, педагогах.
- ♦ Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.



- ◆ Без колебаний побеседуйте с учителем, если вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой, или о взаимосвязи его школьных и домашних проблем. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребенка не реже, чем раз в два месяца.

- ♦ Во время любой беседы с учителем выразите свое стремление сделать все возможное для того, чтобы улучшить школьную жизнь ребенка. Если между вами и учителем возникают серьезные разногласия, прилагайте все усилия, чтобы мирно разрешить их, даже если придется беседовать для этого с директором школы.



- ◆ Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом школы . Используйте любые возможности, чтобы узнать, как ваш ребенок учится, и как его учат. Следует также иметь информацию о квалификации учителя, дисциплинарных правилах, установленных в школе и классе, различных возможностях обучения, предоставляемых школой вашему ребенку.

- ◆ 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. Проявляйте 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.

- ◆ Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений.
- ◆ Ваш ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость - как наказание. Если у ребенка учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий. Постарайтесь, насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений, например, на полчаса больше можно посмотреть телевизор за хорошие отметки, а на полчаса меньше - за плохие. Такие правила сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам.

- ♦ Выясните, что вообще интересует вашего ребенка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Или любовь ребенка к играм можно превратить в стремление узнавать что-нибудь новое.
- ♦ Ищите любые возможности, чтобы ребенок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности, например, поручите ему рассчитать необходимо количество продуктов для приготовления пищи или необходимое количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.

- ◆ Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.
- ◆ Спокойствие домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе.

