

Трудности адаптации к пятому классу и помощь родителей

В настоящее время переход из начальной школы в среднюю совпадает с концом детства. С точки зрения общего развития ребенка — это достаточно стабильный период. Бурные процессы физиологических изменений еще впереди. Но в этот период есть особенности, которые надо знать родителям и своевременно оказать помощь ребенку. Моя задача: рассказать вам об этих особенностях, предложить конкретные рекомендации.

В пятом классе условия обучения коренным образом меняются.

Первое изменение (временное) - связано 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. Резкое изменение условий обучения, разнообразие и качественное усложнение требований, предъявляемых к школьнику разными учителями, и даже смена позиции «старшего» в начальной школе на «самого маленького» в средней — все это является довольно серьезным испытанием для психики школьника.

Как эти изменения могут проявиться?

В адаптационной период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, «развязными», чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными, иногда нарушается сон, аппетит... 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.

Поэтому родителям в период адаптации важно обеспечить ребенку **спокойную, стабильную, щадящую обстановку дома, попытайтесь избежать больших изменений в домашней атмосфере**

Это дает пятикласснику **постоянное ощущение поддержки и помощи** со стороны родителей. 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.

Разговаривайте **о чувствах ребенка**, о том что его радует, что беспокоит, **как конкретно он может решить ту или иную ситуацию**. Помните, что повзрослевший ребенок нуждается в изменении отношений со стороны взрослых.

Второе изменение в жизни ребенка - изменение социальных условий и первые шаги взросления.

Как показывает практика, большинство детей переживает это событие как важный шаг в своей жизни. Они гордятся тем, что «уже не маленькие». У некоторых пятиклассников возникает ощущение одиночества: никому из взрослых в школе они не нужны. Другие, наоборот, как бы «шалеют» от внезапной свободы — они бегают по школе, исследуя «тайные уголки», иногда даже задирают ребят из старших классов.

Появление нескольких учителей с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений является для них зримым показателем **их взросления**. Они с удовольствием и с определенной гордостью рассказывают родителям, младшим братьям, друзьям о «доброй» математичке или «вредном» историке. Желание хорошо учиться, делать все так, чтобы взрослые были довольны, достаточно сильно у пятиклассников.

Снижение интереса к учебе к концу занятий в начальных классах, «разочарование» в школе сменяются ожиданием перемен. Дети ждут, что им станет в школе интересно.

Кроме того, определенная часть детей осознает свое новое положение как шанс заново начать школьную жизнь. Но, по большей части они всё же остаются детьми. Для пятиклассников характерно преимущественно эмоциональное отношение к любой деятельности, которую они выполняют. Исследования показывают, что практически все пятиклассники считают себя способными к тому или иному учебному предмету, причем критерием такой оценки служит не реальная успешность по этому предмету, а субъективное отношение к нему. Такое отношение к собственным возможностям создает благоприятные условия для развития способностей, умений, интересов школьника. Дети охотно берутся за многие дела, будучи уверены, что они смогут это сделать, но при первой же трудности их бросают, не испытывая при этом особых угрызений совести. Стандартное объяснение этому - «разонравилось, не хочется, не смогу». Так же и столкновение с учебными трудностями может быстро привести к ухудшению успеваемости и погасить это столь похвальное желание.

Поскольку пятиклассники видят изменение обстановки в сторону признания их взрослости и большей самостоятельности, то им кажется, что взрослость несёт за собой только плюсы. Родителям же важно знать возможные причины трудностей, возникающих у пятиклассника в учении, и помогать ему их преодолеть.

Трудности, возникающие у детей при переходе в средние классы, могут быть связаны с определенным изменением отношений со стороны педагогов, возможным обезличиванием подхода педагога к школьнику. Родителям необходимо знать, что некоторое «обезличивание» подхода к школьнику — очень значимый момент для его развития, укрепления у него **чувства взрослости**. Важно только помочь ему освоить эту новую позицию.

Рассогласованность требований разных педагогов нередко существенно затрудняют жизнь школьника. Вам, родителям, важно видеть позитивную сторону такого рассогласования. Школьник впервые оказывается в ситуации множественности требований и, если он научится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни.

Поэтому надо, чтобы вы объяснили, с чем связаны эти различия, помогли подростку справиться с возникающими трудностями:

- **составить расписание приготовления д\з с указанием на требования,**
- **поддерживать четкий режим дня.**

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. **Продемонстрируйте свой интерес к этим заданиям и убедитесь, что ребенок знает** как их выполнять наилучшим образом. Однако если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

Стремитесь не делать за ребенка то, что он может сделать сам. Обсуждайте с ребенком не только его планы, его «хочу», но и его «надо». (иду на день рождения торт поесть или поздравить товарища). Важно, чтобы родители размышляли вместе с пятиклассником, что стоит за «хочу» это «надо». Такая позиция родителей побуждает ребенка к самостоятельным усилиям. И конечно же замечайте усилия ребенка, его успехи.

Полезно говорить:

-Мне было приятно наблюдать за тем, как ты старался

-Все мы люди, все совершают ошибки. В конце концов исправляя их, ты тоже учишься.

Задачи родителей:

1. Помочь безболезненно адаптироваться детям в пятом классе посредством создания стабильной обстановки дома, проявлением заинтересованности и сочувствия (погоревать-порадоваться вместе).
2. Способствовать укреплению чувства взрослости помощью в организации режима дня и усвоении множества новых требований.

Для того чтобы дети успешно освоились в роли пятиклассников, а также для оказания им своевременной помощи в школе существует специальная программа, комплекс мероприятий.

1. Чтобы изучить особенности детей психологом намечена адаптационная программа, включающая ряд классных часов. Проводится анкетирование о восприятии новой для них ситуации, диагностика уровня школьной тревожности. У вновь пришедших пятиклассников изучаем особенности интеллекта. С результатами данного исследования все вы будете ознакомлены.
2. С учащимися испытывающими трудности будет проводиться индивидуальная работа.