

Об адапционном периоде пятиклассников.

Любые переходные периоды в жизни человека всегда связаны с проблемами. Переход учеников из начальной школы в среднюю — это сложный и ответственный период. От того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Одна из важнейших задач для родителей и учителей в этот период - понять, что происходит с ребятами, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь нужно оказать ребятам.

Сложность этого периода заключается в том, что дети переходят от одного учителя к нескольким педагогам, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе. Кроме того, дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба. У многих детей в этот период повышается тревожность. И именно сейчас, как ни когда им необходима помощь педагогов и родителей.

Степень адаптации ребенка зависит:

- от его внутреннего состояния;
- от его характера;
- от его успеваемости в начальной школе;
- от его физического здоровья;
- от психологического климата в классном коллективе;
- а также от его самооценки (чем ниже самооценка, тем больше трудностей у ребенка в школе).

Какие же изменения происходят с пятиклассниками? Их можно условно разделить на 2 группы.

1. Физиологические.

- 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.

Рекомендации для родителей:

- создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий: создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря, запись ребенка в спортивную секцию. Во время выполнения домашнего задания следить за осанкой и освещением;
- организация правильного питания: обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей;
- воспитание самостоятельности и ответственности у ребенка за свое здоровье.

2. Психологические.

- 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;

Рекомендации для родителей:

- первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться;

- со стороны родителей обязательное проявление интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню, неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня;
- обязательное знакомство с его одноклассниками и предоставление возможности общения ребят после школы;
- 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 учитывать темперамент ребенка (медлительные и малообщительные дети гораздо труднее и дольше проходят период адаптации);
- обязательное предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью;
- моральное стимулирование достижений ребенка и не только за учебные успехи;
- развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.