[**Адаптация пятиклассников к новым условиям учёбы. Родителям на заметку.**](http://myclass9.jimdo.com/2012/08/22/%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F-%D0%BF%D1%8F%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2-%D0%BA-%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%BC-%D1%83%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%8F%D0%BC-%D1%83%D1%87%D1%91%D0%B1%D1%8B-%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC-%D0%BD%D0%B0-%D0%B7%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BA%D1%83/)

Переход учащихся из начальной школы в среднюю справедливо считается кризисным периодом. Многолетние наблюдения педагогов и школьных психологов свидетельствуют о том, что этот переход неизбежно связан со снижением успеваемости, хотя бы временным. Учащимся, привыкшим к определенным порядкам начальной школы, необходимо время, чтобы приспособиться к новому темпу и стилю жизни.

Одни пятиклассники гордятся тем, что повзрослели, и быстро втягиваются в учебный процесс, а другие переживают изменения в школьной жизни, и адаптация у них затягивается. В такой период дети нередко меняются - тревожатся без явных на то причин, становятся робкими или, наоборот, развязными, слишком суетятся. Как результат - у ребят снижается работоспособность, они становятся забывчивыми, неорганизованными, иногда у детей ухудшаются сон и аппетит.

Часто внешние изменения по времени совпадают с началом физиологических изменений в организме детей. Все это в первую очередь отражается на качестве успеваемости. Например, отличник в начальной школе вдруг в пятом классе начинает получать четверки и тройки. Хотя бывает и так, что ребенок, еле-еле учившийся в начальных классах на тройки, вдруг становится твердым хорошистом.

Период адаптации к новым правилам и требованиям может занимать у ребенка от одного месяца до целого года. Критерием успешности адаптации выступает, прежде всего, степень сохранности психологического и физического здоровья обучающихся.

***Признаки успешной адаптации:***

• удовлетворенность ребенка процессом обучения;

• ребенок легко справляется с программой;

• степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому;

• удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

***Признаки дезадаптации:***

• усталый, утомлённый внешний вид ребёнка.

• нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне.

• стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.

• нежелания выполнять домашние задания.

• негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.

• жалобы на те или иные события, связанные со школой.

• беспокойный сон.

• трудности утреннего пробуждения, вялость.

• постоянные жалобы на плохое самочувствие.

***Причины медленной адаптации в 5 классе:***

1. Разные требования со стороны учителей-предметников, необходимость все эти требования и учитывать, и выполнять.

2. Большой поток информации, незнакомые термины, слова. Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых.

3. Чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы, воспитателя, а классному руководителю не удается уделить всем необходимое внимание. Все переживания этого возраста естественны и помогают ученику взрослеть, поэтому родителям и учителям надо просто быть внимательнее и добрее к ребятам в новом периоде их школьной жизни.

**Чем можно помочь? Советы родителям.**

* Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
* Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.
* Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
* 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. Важно, чтобы у ребенка была возможность обсудить свои школьные дела, учебу и отношения с друзьями в семье, с родителями.
* Помогите ребенку выучить имена новых учителей.
* Если вас, что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.
* Обязательно проявляйте интерес к школе, классу, в котором учится ребёнок.
* Воодушевите ребёнка на рассказ о своих школьных делах.
* Регулярно беседуйте с учителями вашего ребёнка о его успеваемости, поведении и взаимоотношении с другими детьми.
* Обязательно познакомьтесь с одноклассниками и предоставляйте им возможность общаться.
* Не связывайте оценки за успеваемость ребёнка со своей системой поощрений и наказаний.
* Предоставляйте ребёнку самостоятельность при выполнении домашнего задания, помогите, если это необходимо, но не делайте домашнее задание за него.
* Помогите ребёнку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.
* Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную, стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни происходят изменения.
* Развивайте самоконтроль, самооценку, самодостаточность ребёнка.
* Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.

21

Авг