**"Адаптация пятиклассников ко второй ступени обучения"**

Переход обучающихся из начального звена обучения в среднее звено ***вносит изменения в привычную школьную жизнь***, именно это обстоятельство требует от ребенка приспособления к новым условиям.

**Изменения которые происходят в обучении:**

* дети переходят от одного основного учителя к системе «классный руководитель—учителя-предметники»;
* уроки, как правило, проходят в разных кабинетах (кабинетная система);
* увеличивается количество изучаемых предметов,
* появляются новые виды домашних заданий;
* объем и темп работы на уроке, отличаются от начальной школы;
* появляется необходимость адаптироваться к новым учителям.

Достаточно трудно приходится детям в первые две недели: им нелегко найти нужный кабинет, запомнить, как зовут учителя, ориентироваться по расписанию, особенно если в нем произошли изменения. И ко всему этому, именно в это время, ребенку надо завоевывать авторитет и не у одного учителя, а у многих, выработать с каждым свои отношения.

Очень часто ***усложняет период адаптации рассогласованность, даже противоречивость требований разных учителей-предметников***: по математике должно быть две тетради – для классных и домашних работ и тетрадь для контрольных работ, а по иностранному языку нужны три тетради, и каждая из них ведется по – разному; учителя по природоведению и истории требуют, чтобы, пересказывая параграф, ученик придерживался данных, изложенных в учебнике, а учителя литературы и обществознания хвалят за собственное мнение и т.п.

И все эти требования надо не только знать, но и четко им следовать, а ведь так легко запутаться, на каком уроке, что надо делать. Трудности у пятиклассников может вызвать и то, что *на каждом уроке необходимо приспосабливаться к определенному темпу работы на уроке, особенностям речи и стилю преподавания каждого учителя.*

В чем заключается помощь родителей? Главное, нужно объяснить ребенку, что есть и плюсы в этих «рассогласованностях». Ребенок старается учитывать требования, соотносить их, преодолевать трудности – а это значит, он учится взрослой жизни, где разнообразие требований – норма. Кроме того, ребенок, учась строить отношения с разными учителями, становится более гибким в общении. Важно, чтобы вы, родители, объяснили ребенку, с чем связаны эти различия, и помогли ему справиться с возникшими трудностями. Можно составить расписание уроков с указанием на требования учителя: например, природоведение – составить план ответа по учебнику, иностранный язык – всегда приносить с собой, помимо основной тетради, словарную тетрадь и тетрадь для переводов и т.п.

***У некоторых пятиклассников возникает чувство ненужности и одиночества***, т.к. такой индивидуальный подход, который был в начальной школе, невозможен в среднем звене. Дети даже могут обижаться на учителя-предметника или на классного руководителя за то, что он никак не может запомнить их имя, не говоря уже о том, чтобы запомнить и учитывать все их особенности. В этот период, определенная часть детей особенно зависима от взрослых: проявляет «прилипчивость» к классному руководителю, плач, капризы, интерес к книгам и развлечениям детей младшего школьного возраста. Иногда дети группами или по одиночке приходят к своей первой учительнице, это может происходить из-за того, что им снова хочется оказаться в таком знакомом и родном классе, рядом с учителем, который о тебе все знает, любит и переживает из-за тебя. Но, может быть и другая причина – это желание показать себя как «старшего», того, кто уже может чему-то научить малышей. Бывает так, что у одного и того же ребенка причины сочетаются.

Других детей, наоборот, очень радует ощущение полной свободы – они бегают по школе, исследуя все «тайные уголки», начинают опаздывать на уроки и пропускать занятия, т.к. считают, что этого просто не заметят, иногда они даже умудряются поссориться с ребятами из старших классов.

Следует отметить, что учителя, со своей стороны, прилагают максимум усилий для того, чтобы изучить и понять особенности новых учеников. Но, чтобы найти индивидуальный подход к каждому требуется время.

В чем заключается помощь родителей? Необходимо показать ребенку, что некоторое «обезличивание» подхода к ним – очень значимый момент для его развития и укрепления чувства взрослости. Можно на примере приема на работу рассказать о том, что сначала тоже никто не знает и не понимает какой это работник и хороший ли он человек, но потом…. Очень важно помочь ему освоить эту новую позицию.

***Помощь родителей нередко нужна на первых порах и в подготовке домашних заданий***, обязательно учитывая требования учителей (даже, несмотря на то, что в начальной школе дети делали уроки самостоятельно). 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 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 (например: подскажите ребенку, как пользоваться орфографическим словарем и др. пособиями для школьников).

***Возможная причина осложненной адаптации – это пробелы в знаниях.*** За годы обучения в начальной школе, почти каждый ученик по болезни или просто не усвоив тему или не отработав умения и навыки, имеет одну или несколько непонятых и неусвоенных тем. Часто они накапливаются, т.к., не подойдя за разъяснением к учителю или родителям, ребенок может не понять и следующий материал. А ведь материал усложняется от урока к уроку. И если предыдущие темы были не усвоены, то могут возникнуть сложности. Кроме того, проблемы усвоения учебного материала могут быть из-за недостатка речевого развития, неустойчивого внимания и плохой памяти (в данном случае займитесь развитием мышления, памяти, внимания, т.к. и наблюдательность, и внимательность, и способность выделять существенное – все это поможет усвоению материала).

*Следует обратить внимание родителей на то, что ухудшение успеваемости в значительной степени связано с особенностями адаптационного периода.*

Т.о., переход из начальной школы в среднюю связан с ***возрастанием нагрузки на психику ученика***. 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... 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. ***Задача родителей в данный период*** – ежедневно наблюдать за состоянием здоровья ребенка. В период адаптации важно ***обеспечить*** ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.

***Если Вы заметили проявления повышенной тревожности, вот несколько советов по взаимодействию с таким ребенком:***

* Обязательно давайте вашему ребёнку выговориться, поделиться своими школьными страхами и тревогами.
* Попытайтесь создать ситуацию успешности (как в урочной, так и во внеурочной деятельности – вы можете помочь ему подготовить интересный доклад или найти в Интернете полезную информацию по подготовке КВН или конкурсы для классного вечера и т.д.)
* Создавайте условия для выхода активности, накопившегося напряжения, агрессивности, помогайте расслабиться.
* Заранее подготовьте ребёнка к грядущим переменам, расскажите, что его ожидает в пятом классе, заострите внимание на позитивных изменениях.
* Научите его в любой ситуации видеть плюсы, пропагандируйте оптимизм, убеждайте, что всё будет хорошо.

**Подводя итог**, ещё раз подчеркну, что адаптация в среднем звене к новым школьным условиям ***требуют повышенного внимания и постоянной поддержки со стороны родителей***. *Спокойствие и стабильность домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе. Семья обеспечивает тот психологический фон, который необходим для нормального обучения.* Если отношения в семье нарушены, то ребенок не только сам не может успешно учиться, но, и мешает другим детям. Кто поможет нашему ребёнку? В первую очередь – его родные люди! Их одобрение, поддержка, помогают ребенку искать выходы в сложных жизненных ситуациях, адаптироваться к изменившимся обстоятельствам его жизни, устоять в меняющихся условиях.

**Приложение**

**Рекомендации родителям пятиклассников в период адаптации**

* В период адаптации очень важно для ребенка, чтобы дома была спокойная, щадящая обстановка, доверительная атмосфера, кроме того, обязательно соблюдение режима дня, нужно сделать все для того, чтобы пятиклассник постоянно чувствовал поддержку и помощь со стороны родителей. Если Вы заметили проявления повышенной тревожности, вот несколько советов по взаимодействию с таким ребенком:
* Обязательно давайте вашему ребёнку выговориться, поделиться своими школьными страхами и тревогами.
* Попытайтесь создать ситуацию успешности (как в урочной, так и во внеурочной деятельности – вы можете помочь ему подготовить интересный доклад или найти в Интернете полезную информацию по подготовке КВН или конкурсы для классного вечера и т.д.)
* Создавайте условия для выхода активности, накопившегося напряжения, агрессивности, помогайте расслабиться.
* Заранее подготовьте ребёнка к грядущим переменам, расскажите, что его ожидает в пятом классе, заострите внимание на позитивных изменениях.
* Научите его в любой ситуации видеть плюсы, пропагандируйте оптимизм, убеждайте, что всё будет хорошо.
  + Если вы видите, что процесс адаптации затянулся более чем на 3-4 месяца и замечаете ухудшение самочувствия ребенка, постоянное нежелание идти в школу на фоне пониженного настроения и снижения успеваемости, то Вам просто необходимо обратиться с данной проблемой к школьному психологу.
  + Никогда не ограничивайте свой интерес обычным вопросом: «Как прошел твой день в школе?». Каждый день находите время для беседы с ребенком. Спрашивайте о том, какие сложности или трудности возникли сегодня, чем, наоборот он доволен, что удалось сделать лучше, чем раньше? Какие предметы вызывают положительные эмоции, с какими связаны негативные переживания? Как складываются взаимоотношения с педагогами? Интересуйтесь делами в классе, тем, как у вашего ребенка складываются отношения с одноклассниками.
  + Проконтролируйте то, заполнен ли список преподавателей в дневнике.
  + Если возникает необходимость, побеседуйте с учителями-предметниками и классным руководителем вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми. Если увидите проблемы, не затягивайте, подойдите к учителю, выясните причину появившихся сложностей. Обязательно расскажите об особенностях своего ребенка.
  + Вам нужно объяснить ребенку, что есть и плюсы в «рассогласованностях» разных учителей. Ребенок старается учитывать требования, соотносить их, преодолевать трудности – а это значит, он учится взрослой жизни, где разнообразие требований – норма.
  + Вам необходимо показать ребенку, что некоторое «обезличивание» подхода к ним в 5 классе – очень значимый момент для его развития и укрепления чувства взрослости. Можно на примере приема на работу рассказать о том, что сначала тоже никто не знает и не понимает какой это работник и хороший ли он человек, но потом…. Очень важно помочь ему освоить эту новую позицию.
  + Не забывайте и про помощь классному руководителю в организации досуга детей, ведь Вы хорошо знаете не только детей, но и друг друга.
  + Ваша помощь нередко нужна на первых порах и в подготовке домашних заданий, обязательно учитывая требования учителей (даже, несмотря на то, что в начальной школе дети делали уроки самостоятельно). Помните, только помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их за него. Лучше всего заранее обговорить вместе с ребенком время, когда он будет выполнять домашние задания, и следите за выполнением этих условий. Это поможет вам сделать ребенка более организованным и научит его планировать день.
  + Следите за тем, чтобы у ребенка было все необходимое для обучения. Очень часто из-за того, что ребенок не готов к уроку (не купил вовремя миллиметровую бумагу для выкройки или не приобрел контурные карты и т.д.) он отстает от класса, не приобретает практических навыков работы и не может дома выполнить задание на высокую оценку.
  + Наблюдайте за правильной позой, соблюдением светового режима. Обязательно в этот период увеличить в рационе объем витаминных препаратов, фруктов и овощей.
  + Никогда не связывайте оценки за успеваемость со своей системой наказаний и поощрений, ребенок должен воспринимать свою хорошую успеваемость как награду, а плохую успеваемость – как наказание. Если у ребенка в учебе все хорошо, проявляйте чаще своё одобрение и радость, хвалите его. Но, если у ребенка не очень хорошо в школе, обязательно выразите свою озабоченность. Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, запрет на любимые виды деятельности.
  + Постарайтесь заинтересовать ребенка тем, что преподают в школе. Предварительно выясните, какие интересы у вашего ребенка, а затем попытайтесь установить связь между его интересами и школьными предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Создайте ситуацию, в которой ребенок может применить свои знания, полученные в школе, в быту.
  + Если в вашей семье произошли или скоро произойдут какие-либо события, способные повлиять на психологическое состояние ребенка (развод, работа вахтовым методом одного из родителей, смерть близкого человека, рождение еще одного ребенка и т. д.) всегда сразу сообщайте об этом классному руководителю. Ведь очень часто именно изменениями в семейной жизни объясняются внезапные перемены в поведении детей. Если ваш ребенок «новичок» в классе, то обязательно сами познакомьтесь с одноклассниками, предоставьте им возможность общения после школы.
  + Посоветуйте вашему ребенку в любых трудных для него ситуациях обращаться за помощью к классному руководителю.
  + Родители, помните, что в данном возрасте одна из важных сфер жизнедеятельности подростка – общение со сверстниками, учеба отходит на второй план. Для детей главное не просто быть рядом со сверстниками, но и занимать среди них удовлетворяющее его положение – лидер, авторитет, друг.
  + Важно научить детей быть лично ответственными за успешность общения с окружающими.
  + Задача родителей – воспитать силу воли у подростка (часто дети не умеют управлять своим поведением), для этого нужно научить его ставить перед собой цели, которые бы отвечали актуальным потребностям (например, закончить четверть без троек). Научите ребенка составлять план своих действий. После этого ребенок психологически уже будет готов к его выполнению.