

«Трудности адаптации ребенка к обучению в 5 классе. Роль семьи и ее значение в адаптации школьников в связи с новым качеством обучения и возрастными особенностями».

«Люди вместе могут совершить то, чего не могут в одиночку: единение умов и рук, сосредоточение сил может стать почти всемогущим»
Джон Уэбстер

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. Наша задача — разобраться в том, что происходит сейчас с ребятами, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Сложность этого периода заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, 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.

Советы и рекомендации специалистов.

1. Физиологические трудности адаптации пятиклассников к школе.

- 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 трудности адаптации пятиклассников к школе.

- 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;

Степень адаптации ребенка зависит от:

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

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.

Тест «Как вы думаете, все ли благополучно у вашего ребенка в школе?»

Попробуйте определить, есть ли у вашего ребенка проблемы в школе.

Если Вы согласны с утверждением, то поставьте “+”

Если утверждение к Вам не относится, то поставьте “-”

Моему ребенку нравится учиться в школе.

Я думаю, что мой ребенок охотно перешел бы в другую школу.

Если бы был выбор, он хотел бы учиться дома.

К сожалению, мой ребенок никогда не рассказывает мне и родственникам о школе с радостью.

В классе у него много друзей.

В школе мало учителей, которые нравятся.

Он активно участвует во внеклассных мероприятиях, вечерах, походах в театр, музей ...

Мой ребенок не расстраивается, когда отменяют уроки (по болезни учителя или др. причине).

Мой ребенок редко делает уроки без напоминания.

Другие интересы и хобби не мешают его учебе в школе.

Подсчитайте количество положительных ответов.

8-10 баллов - У вашего ребенка хорошее отношение к школе и скорее всего у него в ближайшее время не возникнет проблем. Учиться ему интересно, все ладится.

Вам пока не приходится опасаться неожиданностей из школы.

6-7 баллов - В школе дела обстоят неплохо. Чтобы закрепить это положение, чаще давайте понять ребенку, что вы внимательны к его успехам и радуетесь вместе с ним.

4-5 баллов - Будьте внимательны! В школьной жизни что-то неблагополучно. Постарайтесь выяснить сейчас, пока ситуация не ухудшилась, в чем или в ком источник школьных переживаний вашего ребенка.

1-3 балла - Ребенку крайне необходима ваша помощь. У него негативное отношение к школе, связанное с конфликтами, снижением успеваемости. Нужно срочно выяснить причины, поговорить с учителями, другими специалистами и совместно наметить конкретные шаги к исправлению ситуации.

А сейчас давайте вместе с вами рассмотрим одну жизненную ситуацию. Ребенок - подросток приходит после уроков домой, бросает портфель и кричит: **«Не пойду я больше в эту школу!»**.

Как правильно отреагировать? Что сказать ребенку? Как сохранить спокойствие, особенно если вы сами в этот момент устали, раздражены, поглощены своими проблемами?

Чаще всего в этот момент приходят обычные, автоматические ответы, из которых можно составить внушительный список наших ошибок:

- приказы, команды, угрозы

«Что значит не пойду?! Ты хочешь остаться неучем? Стать дворником? Не будешь учиться - ни копейки от меня не получишь!»;

- морали, нравоучения, ведущие к так называемой «психологической глухоте», когда ребёнок просто перестаёт вас слышать;

- критика, выговоры

«У всех дети как дети, а у меня... И в кого ты такой уродился? Что ты там опять натворил?!»,

«Если ты еще раз так сделаешь, то ...!»;

- высмеивания, обвинения

«Ты сам виноват! Не спорь с учителем! Двоечник!» и т.д.;

- «стирание» проблемы и безоговорочное оправдание ребенка во всем без учета особенностей ситуации, позиции учителя;

- а также предложения готовых решений

«Сделай так ...», «Скажи завтра учителю это...», которые ведут к тому, что ребенок не учится самостоятельности, растет инфантильным.

И это далеко не полный перечень наших неправильных реакций. Возможно, мы поступаем так из лучших побуждений, желая объяснить, научить, воззвать к совести, указать на ошибки и недостатки. А на самом деле - выплёскиваем свои негативные эмоции. И, конечно, такое наше поведение не способствует установлению лучшего контакта, формированию гармоничной личности ребенка

и разрешению проблемы, а только ухудшает сложившуюся конфликтную ситуацию.

Существуют ли какие-нибудь практические приёмы, позволяющие улучшить отношения в семье и достичь взаимопонимания, которыми можно воспользоваться в повседневной жизни?

Да, есть один очень важный и действенный прием – умение и желание слушать и слышать своего ребенка.

Ритм сегодняшней жизни, неумение и нежелание слушать, понять то, что происходит в детской душе, нежелание, а зачастую неумение взглянуть на проблему глазами ребенка, а чаще всего - самодовольная уверенность в своем жизненном опыте – вот что в первую очередь создает психологический барьер между родителями и растущими детьми.

И поэтому эпиграфом сегодняшней встречи я выбрала слова Джона Уэбстера:

**«Люди вместе могут совершить то, чего не могут в одиночку:
единение умов и рук, сосредоточение сил может стать почти всемогущим»**

Ваш педагог-психолог: И. Д. Бухтоярова.

Если необходима консультация , всегда рада помочь 8(918)3041600.