**Информация педагога - психолога для родителей тему:**

**«Адаптация первоклассников к школе»**

 Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка. Очень сложным для первоклассников является период адаптации в школе.

 Адаптация к школе – это перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально – волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению. Обычно он составляет от 1 до 2 месяцев. В этот период некоторые дети могут быть очень шумными, носиться по коридорам, отвлекаться на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие очень скованы, робки, стараются держаться незаметно, слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче, замечании плачут. Чтобы определить, как можно помочь ребенку адаптироваться в школе, надо знать некоторые психологические особенности возраста 6-7 летнего ребенка. К 6 - 7 годам повышается подвижность нервных процессов, процессы возбуждения все еще преобладают над процессами торможения, что определяет такие характерные особенности младших школьников, как непоседливость, повышенная активность, сильная эмоциональная возбудимость. Возросшая физическая выносливость, повышение работоспособности носят относительный характер, но в целом большинство детей испытывает высокую утомляемость, вызванную еще и дополнительными школьными нагрузками (приходится много сидеть при жизненной потребности в движении). Работоспособность ребенка резко падает через 25 - 30 минут после начала урока и может резко снизиться на 2-ом уроке. С поступлением в школу в жизни ребенка происходят существенные изменения, коренным образом меняется социальная ситуация развития, формируется новый для ребенка вид деятельности - учебная деятельность. В 6-7 лет ребенок занимает статус « Я - ученик, я - школьник". На основе этой новой деятельности развиваются основные психологические новообразования: в центр сознания выдвигается мышление. Мышление становится доминирующей психической функцией и начинает определять постепенно и работу всех других психических функций (памяти, внимания, восприятия). Развитие мышления способствует появлению нового свойства личности ребенка - рефлексии, то есть осознания себя, своего положения в семье, классе, оценка себя как ученика: хороший - плохой. Необходимо перечислить трудности, с которыми сталкиваются родители и учителя в первые годы обучения детей:

1. Хроническая неуспешность

 В практике нередки случаи, когда трудности адаптации ребенка в школе связаны с отношением родителей к школьной жизни и успеваемости ребенка. Это, с одной стороны, страх родителей перед школой, боязнь, что ребенку в школе будет плохо. В период начального обучения происходит изменение в отношении взрослых к детям, к их успехам и неудачам, то есть оценки родителей бывают не всегда положительными. Под влиянием таких оценок у ребенка понижается уверенность в себе, повышается тревожность, что приводит к ухудшению и дезорганизации деятельности. А это ведет к неуспеху, неуспех усиливает тревогу, которая опять же дезорганизует его деятельность. Неуспешность становится хронической.

Причины, приводящие к неуспешности:

- Недостаточная подготовленность ребенка к школе (недоразвитая мелкая моторика - следствие: трудности в обучении письму ит.д.).

- Тревожность, которая сформировалась в дошкольном возрасте под влиянием семейных отношений, семейных конфликтов.

- Завышенные ожидания родителей.

2. Уход от деятельности

 Это когда ребенок сидит на уроке и в то же время как бы отсутствует, не слышит вопросы, не выполняет задания учителя (это связано с уходом в себя, в свой внутренний мир, фантазии).

Как помочь?

1. Необходимо уделять внимание ребенку: больше наблюдать, меньше воспитывать.
2. Дать возможность ребенку развернуть во вне деятельность воображения: творческую деятельность (рисунок, конструирование, лепка).
3. В этой деятельности обеспечить сразу успех, внимание, эмоциональную поддержку.

3. Негативистская демонстративность

 Характерна для детей с высокой потребностью во внимании со стороны окружающих, взрослых. Здесь будут жалобы не на плохую учебу, а на поведение ребенка. Он нарушает общие нормы дисциплины. Ребенку надо найти сферу, где он мог бы реализовать свою демонстративность (кружки, танцы, спорт, рисование, изостудии и т.д.).

4. Вербализм

Дети, развивающиеся по такому типу отличаются высоким уровнем развития речи и задержкой мышления. Необходимо: больше внимания уделять развитию образного мышления: рисунки, конструирование, лепка, аппликация, мозаика. Основная тактика: придерживать речевой поток и стимулировать продуктивную деятельность.

5. Психофизический инфантилизм

 Отставание в психическом развитии, которое прослеживается в дошкольных формах поведения, демонстрирует интересы и потребности дошкольника. Такой "психологический дошкольник" не считает важным и серьезным требования школы, поэтому тревожность не возникает, школьные оценки беспокоят учителя и родителей, но не его.

6. «Ребенок ленится" - Это очень частые жалобы

За этим может стоять: сниженная потребность познавательных мотивов, мотивация избегания неудач, неуспеха ("и не буду делать, у меня не получится, я не умею"), общая замедленность темпа деятельности и т.д.

Необходимо перечислить рекомендации родителям, которые способствуют успешной адаптации первоклассников:

1) Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка (то есть его надо хвалить именно тогда, когда он что-то делает;

2) Ни в коем случае не сравнивать его результаты с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных, учеников;

3) Сравнивать ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов;

4) Необходимо создать благоприятный психологический климат по отношению к ребенку со стороны всех членов семьи;

5) Необходимо формировать интерес к школе, прожитому школьному дню;

6) Создать условия, способствующие обязательному знакомству с ребятами по классу и возможность их общения после школы;

7) Не допускать физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии третьих лиц (бабушек, дедушек, сверстников);

8) Не применять таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания;

9) Предоставлять ребенку самостоятельность в учебной работе и организовывать контроль за его учебной деятельностью;

10) Поощрять ребенка не только за учебные успехи, но и морально стимулировать его достижения;

11) Развивать самоконтроль и самооценку, самодостаточность ребенка;

12) Необходимо выработать и соблюдать режим дня (труд и отдых) во избежания переутомления.

13) Четко распределить внимание к ребенку по формуле " уделять ребенку внимание не только когда он плохой, а когда он хороший и больше, когда он хороший".

17.05.2011 год

Директор «МОУ СОШ №12 г. Энгельса Саратовской области»

Косенко Р.И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рекомендации учителям:**

1. Необходим индивидуальный подход к каждому ребенку, а также доброжелательное отношение к ребенку (доброе, ласковое);
2. Хвалите деятельность ребенка, а не его самого;

3) Для первоклассников актуальны виды деятельности, которыми они занимались в дошкольном детстве (это, прежде всего, игра, например на первом уроке можно использовать игру для знакомства с правилами школьника: - вставайте дружно каждый раз, когда учитель входит в класс);

4) Учитывая наглядно – образный характер мышления детей, полезно регулярно организовывать моделирующую деятельность (со схемами, моделями звуков, геометрическими фигурами и т.д.);

5) Первоклассники быстро утомляются, поэтому виды деятельности на уроке должны быть разными;

6) Снять усталость помогают ролевые физминутки;

7) С целью грамотной организации адаптации первоклассников необходимо провести родительское собрание, на котором может выступить психолог, который дат советы, рекомендации по адаптации.

 Педагог – психолог МОУ СОШ №12

 г. Энгельса Шистерова О.Н.

**Консультация для учителей и родителей на тему:**

**Адаптация к школьному обучению детей в возрасте 6 -7 лет и анализ**

**причин дезадаптации**

Адаптация к школе — перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при пе­реходе к систематическому организованному школьному обучению. «Благополучное сочетание социальных внешних условий ведет к адаптированности, неблагополучное — к дезадаптации» [83].

Основными особенностями систематического школьно­го обучения являются следующие. Во-первых, с поступле­нием в школу ребенок начинает осуществлять обществен­но значимую и общественно оцениваемую деятельность — учебную деятельность. Во-вторых, особенностью система­тического школьного обучения является то, что оно требу­ет обязательного выполнения ряда для всех одинаковых правил, которым подчинено все поведение ученика во вре­мя его пребывания в школе [86].

Поступление в школу требует определенного уровня развития мышления, произвольной регуляций поведения, навыков общения. Оценка уровня школьной адаптации состоит из следующих блоков:

1. Показатель интеллектуального развития — несет в себе информацию об уровне развития высших психических функций, о способности к обучению и саморегуляции ин­теллектуальной деятельности ребенка.
2. Показатель эмоционального развития — отражает уровень эмоционально-экспрессивного развития ребенка, его личностный рост.

3. Показатель сформированности коммуникативных навыков (с учетов психологических новообразований кри­зиса 7 лет: самооценки и уровня притязаний).

4. Уровень школьной зрелости ребенка в дошкольный период.

Результаты исследований Г.М. Чуткиной показали, что исходя из уровня развития каждого из перечисленных по­казателей, можно выделить три уровня социально-психо­логической адаптации к школе [43]. В описании каждого уровня адаптации нами будут выделены возрастно-психологические особенности шести- и семилетних учеников.

**1. Высокий уровень адаптации.**
Первоклассник положительно относится к школе,

предъявляемые требования воспринимает адекватно; учеб­ный материал усваивает легко; глубоко и полно овладева­ет программным материалом; решает усложненные зада­чи, прилежен, внимательно слушает указания, объясне­ния учителя, выполняет поручения без внешнего контро­ля; проявляет большой интерес к самостоятельной учеб­ной работе (всегда готовится ко всем урокам), обществен­ные поручения выполняет охотно и добросовестно; занима­ет в классе благоприятное статусное положение [43].

Как следует из описания, уровни развития всех показа­телей, перечисленных ранее, соответствуют высоким. Ха­рактеристики ребенка с высоким уровнем адаптации к школе соответствуют характеристикам ребенка, готового к школе и пережившего кризис 7 лет, так как в данном слу­чае присутствуют указания на сформированную произволь­ность, учебную мотивацию, положительное отношение к школе, развитые коммуникативные навыки. Исходя из данных некоторых исследователей [32, 43, 51], шестилет­ний первоклассник не может относиться к высокому уров­ню в силу неразвитости таких аспектов адаптации, как готовность к школьному обучению (по параметрам произ­вольности поведения, способности к обобщению, учебной мотивации и др.), несформированность личностных ново­образований кризиса 7 лет (самооценка и уровень притяза­ний) без необходимого вмешательства педагогов и психо­логов.

**2. Средний уровень адаптации**

Первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний, понимает учебный материал, если учитель излагает его под­робно и наглядно, усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи, сосре­доточен и внимателен при выполнении заданий, поруче­ний, указаний взрослого, но при его контроле; бывает со­средоточен только тогда, когда занят чем-то для него инте­ресным (готовится к урокам и выполняет домашние зада­ния почти всегда); общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками [43].

**3. Низкий уровень адаптации.**

Первоклассник отрицательно или индифферентно отно­сится к школе; нередки жалобы на нездоровье; доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисцип­лины; объясняемый учителем материал усваивает фрагмен­тарно; самостоятельная работа с учебником затруднена; при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявля­ет интереса; к урокам готовится нерегулярно, необходимы постоянный контроль, систематические напоминания и по­буждения со стороны учителя и родителей; сохраняет рабо­тоспособность и внимание при удлиненных паузах для от­дыха, для понимания нового и решения задач по образцу требуется значительная учебная помощь учителя и родите­лей; общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен; близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников.

Фактически это уже показатель «школьной дезадапта­ции» [43].

В данном случае возрастные особенности выделить слож­но, так как мы имеем дело с нарушениями соматического и психического здоровья ребенка, что может являться определяющим фактором низкого уровня развития процес­сов обобщения, функций внимания других психических процессов и свойств, входящих в выделенные показатели адаптации.

Таким образом, в силу возрастных особенностей перво­классники шестилетнего возраста могут достигнуть только среднего уровня адаптации к школе при отсутствии специ­альной организации педагогом учебного процесса и психо­логической поддержки.

Следующим аспектом, на который следует обратить внимание, является неблагоприятный результат адаптаци­онного процесса, причины, приводящие к так называемой дезадаптации.

Дезадаптация и дезадаптациопные стили

Согласно определению, сформулированному В.В. Кога­ном, «школьная дезадаптация — психогенное заболевание или психогенное формирование личности ребенка, которое нарушает его объективный и субъективный статус в школе и семье и затрагивает учебную и внеучебную активность ученика» [15].

С этим понятием связывают отклонения в школьной дея­тельности — затруднения в учебе, конфликты с одноклассни­ками и т. д. эти отклонения могут быть у психически здоро­вых детей или у детей с разными нервно-психическими рас­стройствами, но не распространяются на детей, у которых нарушения учебной деятельности вызваны олигофренией, органическими расстройствами, физическими дефектами.

Школьная дезадаптация — это образование неадекват­ных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебы, поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.

тревожности, искажений в личностном развитии.

Изучая поведение шести- и семилетних детей, первоклас­сников, Т.В. Дорожовец обнаружила три дезадаптационных стиля: аккомодационный, ассимиляционный и незрелый.

Аккомодационный стиль отражает стремление ребенка к полному подчинению своего поведения требованиям среды.

Для ассимиляционного стиля характерно стремление ребенка подчинить социальную среду своим потребностям. В случае незрелого стиля приспособления, связанного с психологической незрелостью ребенка данного возраста, речь идет о неспособности его к принятию новой социаль­ной ситуации развития.

Повышенная степень выраженности каждого из этих стилей приспособления ведет к школьной дезадаптации.

Различно поведение этих детей в школе. Первокласс­ники с аккомодационным стилем приспособления, соответствующим типичному образу «хороший ученик», с готов­ностью подчиняются всем правилам и нормам школьной жизни, и тем самым, как правило, оказываются наиболее приспособленными к учебной деятельности и нормам школь­ной жизни.

Положительные оценки со стороны учителей, благода­ря их высокому авторитету, способствуют формированию позитивной «Я-концепции» детей и повышению их социо­метрического статуса.

Дети с ассимиляционным типом адаптации, которые игнорируют новые для них школьные правила или же вы­полняют их только в присутствии учителя, оказываются, как правило, дезадаптированными в отношении принятия учебной деятельности, требований школы. Типичные в та­ких случаях негативные оценки учителя в присутствии одноклассников ведут, как правило, к еще большему сни­жению их авторитета, статуса в классе, затрудняя тем са­мым их социальную адаптацию. Однако отмечено: относи­тельно слабая ориентация детей на авторитет учителя пре­дохраняет их от сильного занижения самооценки.

Наиболее трудно адаптируемые дети с незрелым сти­лем, когда он обусловлен недостаточным развитием воли. Такие дети неспособны координировать свое поведение в соответствие с правилами и нормами школьной жизни [43].

Главная причина школьной дезадаптации в младших классах, по мнению Г.М. Чуткиной, связана с характером семейного воспитания [43]. Если ребенок приходит в шко­лу из семьи, где он не чувствовал переживания «мы», он и в новую социальную общность — школу — входит с тру­дом [48].

Помимо понятии (школьная дезадаптация» в литера­тура астрачаютоя термины «школьная фобии», «школьный невроз», «дидактогенный невроз». Как правило, школьные неврозы проявляются в беспричинной агрессивности, бо­язни ходить в школу, отказе посещать уроки и т. д. Чаще наблюдается состояние школьной тревожности, которая проявляется в волнении, повышенном беспокойстве в учеб­ных ситуация, ожидании плохого отношения к себе, отри­цательной оценки со стороны педагогов, сверстников.

В случаях дидактогенных неврозов травмирующей яв­ляется в первую очередь сама система обучения. В совре­менной школе, как правило, деятельность учителя имеет очень мало соприкосновений с деятельностью ученика, в то время как совместная деятельность педагога и учаще­гося является наиболее эффективным способом передачи опыта и знаний. Цели ученика и учителя изначально рас­ходятся: учитель должен учить, ученик должен учиться, т.е. слушать, воспринимать, запоминать и т. д. Учитель остается в позиции «над» школьником, и, порой, не осоз­навая этого, подавляет инициативу учащегося, его позна­вательную активность, столь необходимую учебной дея­тельности.

Дидактогенный невроз в случае обучения шестилеток может возникнуть при невнимании учителя к их возрастно-психологическим особенностям. По мнению многих авторов (Д.Б. Эльконин, Ш.А. Амонашвили, В.С.Мухина и др.) стиль и характер педагогического взаимодействия учителя и шес­тилетнего ребенка в значительной мере отличается от клас­сического подхода к обучению семилеток. Более подробно данный вопрос будет рассмотрен в следующем параграфе данной главы.

Другой причиной возникновения дезадаптивного пове­дения может быть чрезмерное переутомление и перегруз­ка. Само поступление в школу — переломный момент в жизни ребенка. Успешность обучения его в школе зависит от особенностей воспитания в семье, его уровня подготов­ленности к школе. Ряд авторов (Е.В. Новикова, Г.В. Бурменская, В.Е. Каган и др.) считают, что основной причиной школьной дезадап­тации являются не сами промахи в учебной деятельности или отношения ребенка с учителем, а переживания по по­воду этих промахов и отношений.

Для многих детей поступление в школу может стать трудным испытанием. Хотя бы с одной из следующих про­блем сталкивается каждый ребенок:

♦ режимные трудности (они заключаются в относитель­но низком уровне произвольности регуляции поведе­ния, организованности);

1. коммуникативные трудности (чаще всего наблюда­ются у детей, имеющих малый опыт общения со свер­стниками, проявляются в сложности привыкания к классному коллективу, к своему месту в этом кол­лективе);
2. проблемы взаимоотношений с учителем;
3. проблемы, связанные с изменением семейной обста­новки [18].

Таким образом, школьная адаптация — процесс пере­стройки познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому, организованному школьному обучению. Успешность такой перестройки, с психологической точки зрения, зависит от уровня развития интеллектуальных функций, эмоциональ­но-волевой сферы, сформированности коммуникативных навыков и т. д. Незрелость какой-либо из указанных сфер является одной из причин, которая может привести к той или иной форме дезадаптации.

Согласно существующей классификации форм дезадап­тации, нарушения адаптационного процесса к школе мо­гут проявляться в виде:

1. несформированности элементов учебной деятельности;
2. несформированности мотивации учения;
3. неспособности произвольной регуляции поведения, внимания, учебной деятельности;
4. неумения приспособиться к темпу школьной жизни [18].

**Рекомендации для родителей, которые могут помочь им подготовить ребенка к общению с одноклассниками в школе:**

● Не отнимай чужого, но и свое не отдавай.

● Попросили – дай, пытаются отнять – старайся защититься.

● Не дерись без причины.

● Зовут играть – иди, не зовут – спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.

● Играй честно, не подводи своих товарищей.

● Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.

● Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.

● Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

● Старайся быть аккуратным.

● Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.

● П о м н и: ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты – неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

 Очень хорошо, если родители поместят свод этих правил в комнате или в рабочем уголке своего ребенка на видном месте. Желательно в конце недели обратить внимание ребенка на то, какие правила ему удается выполнить, а какие – нет и почему. Можно попробовать придумать совместно с ребенком свои правила.

**Консультация для родителей на тему:**

**Адаптация школьников при переходе в 10 класс»**

 Если вашему ребенку придется перейти в другую школу (с конкурсным набором), то для вас будут актуальны все советы, которые даны для родителей первоклассников. Если же он просто переходит в 10 класс в своей школе, то процесс адаптации к новому статусу произойдет легче.

Некоторые дети в этом возрасте определилась со своими профессиональными предпочтениями, хотя психологи обращают особое внимание на тот факт, что выбор профессии - это развивающийся процесс, который проходит в течение длительного периода. По словам Ф.Раиса, этот процесс включает в себя серию "промежуточных решений", совокупность которых и приводит к окончательному выбору. Однако старшеклассники делают этот выбор не всегда осознанно и зачастую принимают решение о предпочитаемой области будущей трудовой деятельности под влиянием момента. Следовательно, они явно дифференцируют предметы на "полезные" и "ненужные", что вызывает игнорирование последних. Если это так, попробуйте внимательно отнестись к возникшему интересу в какой-то области, помогите углубить ребенку свои знания в ней, обязательно найдите возможность познакомить ребенка с привлекательной профессией - а вдруг он ошибся с выбором? Лучше своевременно переориентировать человека, чем позже расплачиваться за "мимолетное увлечение".

Другой особенностью старших подростков становится возврат интереса к учебной деятельности, что не может не радовать родителей. Как правило, в это время дети и родители становятся единомышленниками, активно обмениваются взглядами на выбор профессионального пути. Большинство родителей хотели бы, чтобы их дети пошли учиться дальше, получить высшее образование. Но немногие задумываются о том, насколько у старшеклассника присутствуют общеучебные навыки, умеет ли он учиться? Чрезмерная акцентуация на объеме приобретаемых знаний, а не на способе их получения может привести к тому, что после поступления в вуз для ребенка это и станет главной трудностью. Поэтому постарайтесь пронаблюдать: умеет ли будущий абитуриент конспектировать, владеет ли элементарными умениями по оформлению письменных работ, написанию реферата. Если есть возможность, обучите его работе в сети Интернет, познакомьте с различными информационными технологиями. Все это окажется для него очень полезным в будущем.

Однако существуют и некоторые сложности во взаимодействии взрослых и детей. Это касается личной жизни подростков, куда вход родителям зачастую запрещен. При умелом дозировании общения, уважении права ребенка на личное пространство этот этап проходит достаточно безболезненно. Обратите внимание, что мнение сверстников в данный возрастной период представляется детям гораздо более ценным и авторитетным, чем мнение взрослых. Но только взрослые могут продемонстрировать подросткам оптимальные модели поведения, показать им на собственном примере, как надо строить отношения с миром.

**Рекомендуем книги, в которых затронуты проблемы адаптации детей к школе.**

1. Безруких М., Ефимова С, Круглов Б. Почему учиться трудно? М.1996.
2. Боно Э. Учите вашего ребенка мыслить. Минск. 1998.
3. Коренева Е.Н. Ох уж эти первоклашки! Ярославль. 1999.
4. Фуллер Ч. Подберите ключ к обучению своего ребенка. Минск. 1998.
5. Хилтунен Е. Когда ребенок учит самого себя.М.1999.
6. Чудинова Е.В. Младшие школьники в учебной деятельности. Рига. 1999.

**Консультация для педагогов и родителей на тему: «Адаптация детей в среднем звене» (ПОМОЩЬ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ В АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ)**

**Цель:** повышение психологической компетент­ности родителей и учителей.

Любой педагог подтвердит, что начало пятого класса - сложный пе­риод не только для ребенка, но и для учителей, и для родителей. Сложно­стей много, и связаны они не только с учебным процессом, но и с органи­зацией жизни в школе. И хотя каждая школа - сложный и своеобразный «организм», но многие проблемы, испытываемые пятиклассниками, по­хожи. Так, в большинстве случаев, сами *пятиклассники указывают, что в школе стало сложнее, потому что:*

1. очень много разных учителей (и их надо запомнить);
2. непривычное расписание (новый режим);
3. много новых кабинетов, которые неизвестно как расположены (или даже новое здание средней школы);
4. новые дети в классе (или я сам в новом классе);
5. новый классный руководитель;
6. в средней школе мы - самые маленькие, а в начальной были уже большими;
7. проблемы со старшеклассниками (например, в буфете или в туалетной комнате).

Для пятиклассника первого сентября зачастую новое все: и здание школы, и дети в классе, и учителя, и даже обучение другое - предметное. Возникает ситуация новой системы образования. Интересно, но тревож­но, хочется быть активным, умным и независимым, а трудно; хочется быть нужным и успешным в группе своих одноклассников, чтобы каж­дый новый учитель оценил и увидел все самое лучшее, что есть во мне, ведь я не хуже других.

Лет двадцать назад дети целым классом переходили на следующую
ступень обучения. Тогда не было отбора учащихся из всей параллели
третьих классов в специальные: разноуровневые или профильные. Это
облегчало адаптацию к средней школе, так как межличностные отноше­ния со сверстниками были налажены, сформирован коллектив Конечно, есть дети, которые легко и свободна вписываются в школьную систему требований норм и социальных отношений, но боль­шинство учащихся 5-х классов, как показали результаты диагностики, подвержены дезадаптации, т.е. ребенок становится невнимательным, ме­нее ответственным, тревожным, хуже учится по сравнению с начальной школой. Осложняется сам учебный процесс, продуктивность работы снижается, со своим высоким уровнем тревожности ребенок неадекватен в восприятии отношений с новыми одноклассниками и неизвестными учителями, появляется чувство неуверенности.

***Успешность адаптации младшего подростка в большей степени зависит не только от интеллектуальной готовности, но и от:***

*●* его способности к установлению межличностных отношений с педаго­гами;

*●* навыков ориентации в пространстве школы;

*●* навыков достойного поведения со своими новыми одноклассниками и

умения общаться с ними, дружить;

*●* способности принимать и соблюдать классные и школьные правила

жизни;

*●* отношения к себе и положительного отношения к школьному миру.

Важно также, насколько психологические качества детей, их уме­ния и особенности соответствуют требованиям конкретного учителя в связи с особенностями предметного обучения.

Преподаватели также, в свою очередь, нуждаются в психологиче­ской поддержке. Им трудно сразу запомнить всех учеников в условиях большой школы и быстро узнать детей, чтобы успешнее организовать обу­чение и общение, переключиться с психологических особенностей выпуск­ников школы 17-летнего возраста на возможности детей 10-11 лет.

***Среди трудностей школьной жизни пятиклассников, по результа­там родительского анкетирования, наиболее часто указываются:***

*●* темп работ, и, видимо, как следствие - неумение быстро записывать,

конспектировать;

 ● объем работы, как на уроке, так и дома;

 ● новые, непривычные требования к оформлению работ;

 ● необходимость самостоятельно находить и работать с дополнительной литературой.

 По данным психологов, ***ситуация адаптации вызывает у большей части пятиклассников повышенную тревожность, как школьную, так и личностную, а также зачастую - появление страхов.***Например, страх несоответствия ожиданиям окружающих, который при этом доминирует над страхом самовыражения в индивидуальных показателях. И это явля­ется нормой, так как это - возрастная проблема. Ребенок младшего подросткового возраста задумывается: «А что про меня подумают другие, и одноклассники, и учителя!» Поэтому иногда и способный ребенок не проявляет в должной мере свои возможности. Кстати, дети очень способ­ные живут в быстром режиме, увлекаются шахматами, английским язы­ком, информатикой, и, может быть, поэтому испытывают низкую физио­логическую сопротивляемость стрессу. Родители, заботясь об образова­нии детей и их успешности в будущей жизни, кроме того, беспокоясь «как бы чего не случилось на улице, время такое сложное», предпочита­ют загружать свободное время ребенка образованием, хотя именно эти дети нуждаются в щадящем режиме и специальных навыках управления стрессом, и, может бьггь, - в особом внимании медиков.

Кроме того, проблемы и страхи в отношениях с учителями испы­тывают от трети до половины всего числа пятиклассников. В свою оче­редь, родители, все больше и больше принуждая детей работать на оцен­ку, провоцируют школьные страхи, связанные у детей с неуверенностью в своих силах, тревогой по поводу негативных оценок или их ожидания. Этот факт особенно настораживает в период адаптации пятиклашек к школьной жизни, когда наличие у ребенка мотива хорошо выполнять все предъявляемые школой требования, показать себя с лучшей стороны по­буждает его проявлять активность.

Очень важна для пятиклассника ситуация с новым классным руко­водителем. Ведь при переходе из младшей в среднюю школу дети особо нуждаются в установлении адекватных ролевых отношений с педагогами на уроках и вне их. Принятие и соблюдение классных и школьных социальных и этических норм также осуществляется в первую очередь класс­ным руководителем. У некоторых детей появляются сложности просто в информированности и организации школьной жизни, и здесь тоже очень важна поддержка классного руководителя. **Компетентность классного ру­ководителя в вопросах жизнедеятельности класса, его эмоциональное от­ношение к учащимся, к своим обязанностям, проявляющимся в поведе­нии и общении с детьми, т.е. характер межличностного контакта - одно из главных условий успешной адаптации детей.**

Проблемы привыкания, приспособления неизбежно возникают у детей (в той или иной степени) в начале обучения как в начальной, так и в средней, и в старшей школе. Каждый такой переходный период обладает своей спецификой, связанной, в первую очередь, с психологическим своеобразием возраста.

Возраст пятиклассников можно назвать переходным от младшего школьного возраста к младшему подростку (отрочеству). **Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости, главного личностного новообразования, которое, в первую очередь, свиде­тельствует о развитии личности подростка.**

Путь осознания себя сложен, стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждения от всех, кто до этого привычно оказы­вал на ребенка влияние, и, в первую очередь, - от родительской семьи. Внешне это отчуждение выражается зачастую в негативизме - в стремлении противостоять любым предложениям, суждениям, чувствам взрослых. От­сюда такое количество конфликтов со взрослыми. При этом негативизм - первичная форма механизма отчуждения, она же является началом поиска, подростком собственной уникальности, познания собственного Я. Этому же способствует и ориентированность подростка на установление доверительно - дружеских отношений со сверстниками. В этой дружбе происходит моделирование социальных взаимоотношений, усваиваются навыки рефлексии на возможные последствия своего и чего – то поведения, социальные нормы взаимодействия людей, нравственные ценности. Познание другого, похожего на меня, дает возможность как в зеркале увидеть и понять свои собственные проблемы. **Именно в силу психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности на ведущую деятельность общения. Таким образом, постепенно меняются приоритеты и в стенах школы. Умственная активность подростка высока, но способности будут развиваться только в деятельности с положительными эмоциями, успех или неуспех оказывают ведущую роль в поддержании мотивации учения. Оценки играют важную роль в этом: высокая оценка дает возможность эмоционального благополучия подростка. В противном случае неизбежен внутренний дискомфорт и даже конфликт. Учитывая при этом физиологиче­ские особенности пубертатного возраста (рассогласование темпов роста и развитии различных функциональных систем и т.п.), можно понять и край­нюю эмоциональную нестабильность подростков.**

Все эти психологические особенности начинают постепенно проявляться как раз в возрасте 10 -11 лет, при переходе в среднюю школу, достигая апогея к 13 -14 годам. Поэтому процесс адаптации в этом возрасте может оказаться весьма непростым. **Соучастие педагогов в этом процессе просто необходимо. И оно, на наш взгляд может быть самым разным. Для того, чтобы облегчить участь пятиклашек необходимо перечислить некоторыми чисто организационные меры:**

1. Дети не знают имен учителей – учителям необходимо надевать визитки (имя и отчество большими буквами) на урок на протяжении первой четверти.

2. Дети не знают новеньких по именам - в первую неделю классному руково­дителю надо познакомить класс с новичками в неформальной обстановке.

1. До первого сентября хорошо бы организовать встречу классного руко­водителя с новеньким ребенком. Рекомендуется совместная деятель­ность с целью знакомства друг с другом.
2. Детям необходимо носить визитки с именами и номером класса.
3. Классный руководитель должен озвучить правила для дежурных.

6. На первое родительское собрание должны приходить все учителя с целью ознакомления родителей с программой и требованиями по предмету.

7. Категорически запретить задерживать детей после звонка на перемену.

8. С целью организации готовности детей к уроку, рекомендуем учителям в течение месяца проверять готовность ребенка к уроку, наличие необходимых учебных пособий.

9. Выработать единые требования к урокам по разным предметам:

А) по вопросу обязательных дисциплинарных требований (правил):

● здороваемся стоя;

● при ответе вставать необязательно;

● поднятая рука — сигнал о вопросе или ответе;

● отсутствие опозданий;

Б) по вопросу организации учебного процесса:

●наличие необходимых учебных пособий;

● записи даты, «классная и домашняя работы»;

● наличие полей;

В) по вопросу этических ценностей в отношениях детей между со­бой и между учителем и ребенком:

● уважение друг к другу;

● уважение к ответу товарища;

● умение слушать и слышать друг друга;

● умение не перебивать друг друга.

10. Решить, для чего нужен дневник. Записывать домашнее задание и (или) выставлять оценки? Кто их ставит - классный руководитель или учитель предметник?

11. Классный руководитель должен обеспечить каждого ребенка информацией о телефонах, днях рождения, именах и отчествах родителей одноклассников.

1. Осуществить особую подготовку учителя к тому, что он берёт малышей.
2. Провести специальные мероприятия тина тренингов по групповой сплоченности в первые дни учебного года, снимающие основные про­блемы в общении детей внутри класса.

14. Осуществить коррекцию и возможную координацию учебной нагруз­ки по разным (всем) предметам.

15. Обеспечить гуманизирующее и оберегающее вмешательство всех пе­дагогов в отношения старшеклассников и малышей.

Это лишь возможные варианты. Их реализация зависит, конечно, от условий конкретной школы. Сделать это можно, например, так: вся группа учителей разбивается на мини-группы по 3-4 человека, каждая из которых за определенное время (30-40 мин.) разрабатывает и представля­ет свои предложения по системе адаптации пятиклассников. Затем от группы выступает 1 человек, «защищая» разработанный проект, осталь­ные слушают, задают вопросы, обсуждают. В результате такого обсужде­ния создается совместный проект, включающий наиболее приемлемые и осуществимые идеи, в котором - в этом случае - будут участвовать прак­тически все педагоги этой параллели, являя уже собой некую сплоченную команду, возможно, представляющую общий педагогический подход к детям.

**Кроме этого, можно предложить нетрадиционные формы работы с детьми на классных часах, которые в силу своей игровой специфики спо­собствуют знакомству детей, их сплоченности, развитию позитивного от­ношения друг к другу. Некоторые игры мы приводим ниже.**

**игры для использования на классных часах в 5-х классах**

*ВОТ Я КАКОЙ!*

*Цели:* Эта игра превосходно подходит для нача­ла учебного года. Дети могут представить себя не­большому кругу своих одноклассников, рассказать им о своих предпочте­ниях и интересах. Если дети- пишут еще недостаточно бегло, то им стоит раздать предварительно размноженную анкету. Для детей постарше боль­ше подходят открытые вопросы, позволяющие им давать развернутые и де­тальные ответы. В таком случае они могут сами сочинить вопросы, на ко­торые им хотелось бы ответить. Например: «Какое событие твоей жизни в этом году затронуло тебя сильнее всего?», «Когда тебе нравится учиться?», «Каким должен быть другой человек, чтобы ты захотел стать его другом?», «С каким взрослым тебе интереснее и легче общаться?». *Материалы:* Каждому ребенку нужен экземпляр анкеты «Вот я какой!»

-

**Консультация для педагогов и родителей на тему:**

**«Адаптация детей в среднем звене»**

**Цель:** повысить психологическую компетент­ность родителей и учителей путем информирования по предлагаемой теме и дачи необходимых рекомендаций.

Любой педагог подтвердит, что начало пятого класса - сложный пе­риод не только для ребенка, но и для учителей, и для родителей. Сложно­стей много, и связаны они не только с учебным процессом, но и с органи­зацией жизни в школе. И хотя каждая школа - сложный и своеобразный «организм», многие проблемы, испытываемые пятиклассниками, по­хожи. Так, в большинстве случаев, сами *пятиклассники указывают, что в школе стало сложнее, потому что:*

1. очень много разных учителей (и их надо запомнить);
2. непривычное расписание (новый режим);
3. много новых кабинетов, которые неизвестно как расположены (или даже новое здание средней школы);
4. новые дети в классе (или я сам в новом классе);
5. новый классный руководитель;
6. в средней школе мы - самые маленькие, а в начальной были уже большими;
7. проблемы со старшеклассниками (например, в буфете или в туалетной комнате).

Конечно, есть дети, которые легко и свободно вписываются в школьную систему требований норм и социальных отношений, но боль­шинство учащихся 5-х классов, как показали результаты диагностики, подвержены дезадаптации, т.е. ребенок становится невнимательным, ме­нее ответственным, тревожным, хуже учится по сравнению с начальной школой. Осложняется сам учебный процесс, продуктивность работы снижается, со своим высоким уровнем тревожности ребенок неадекватен в восприятии отношений с новыми одноклассниками и неизвестными учителями, появляется чувство неуверенности.

***Успешность адаптации младшего подростка в большей степени зависит не только от интеллектуальной готовности, но и от:***

*●* его способности к установлению межличностных отношений с педаго­гами;

*●* навыков ориентации в пространстве школы;

*●* навыков достойного поведения со своими новыми одноклассниками и умения общаться с ними, дружить;

*●* способности принимать и соблюдать классные и школьные правила жизни;

*●* отношения к себе и положительного отношения к школьному миру.

Важно также, насколько психологические качества детей, их уме­ния и особенности соответствуют требованиям конкретного учителя в связи с особенностями предметного обучения поэтому учителя тоже, в свою очередь, нуждаются в психологиче­ской поддержке. По данным психологов, ситуация адаптации вызывает у большей части пятиклассников повышенную тревожность, как школьную, так и личностную, а также зачастую - появление страхов. Компетентность классного ру­ководителя в вопросах жизнедеятельности класса, его эмоциональное от­ношение к учащимся, к своим обязанностям, проявляющимся в поведе­нии и общении с детьми, т.е. характер межличностного контакта - одно из главных условий успешной адаптации детей.

 Необходимо сказать о том, что психологически младший подростковый возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости, главного личностного новообразования, которое, в первую очередь, свиде­тельствует о развитии личности подростка. Именно в силу психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности на ведущую деятельность общения. Таким образом, постепенно меняются приоритеты и в стенах школы. Умственная активность подростка высока, но способности будут развиваться только в деятельности с положительными эмоциями, успех или неуспех оказывают ведущую роль в поддержании мотивации учения. Оценки играют важную роль в этом: высокая оценка дает возможность эмоционального благополучия подростка. В противном случае неизбежен внутренний дискомфорт и даже конфликт. Соучастие педагогов в этом процессе просто необходимо.

**Для того чтобы облегчить адаптацию пятиклассников необходимо дать следующие рекомендации учителям:**

1. Дети не знают имен учителей – учителям необходимо надевать визитки (имя и отчество большими буквами) на урок на протяжении первой четверти.

2. Дети не знают новеньких по именам - в первую неделю классному руково­дителю надо познакомить класс с новичками в неформальной обстановке.

3. До первого сентября хорошо бы организовать встречу классного руко­водителя с новеньким ребенком. Рекомендуется совместная деятель­ность с целью знакомства друг с другом.

4. Детям необходимо носить визитки с именами и номером класса.

5. Классный руководитель должен озвучить правила для дежурных.

6. На первое родительское собрание должны приходить все учителя с целью ознакомления родителей с программой и требованиями по предмету.

7. Категорически запретить задерживать детей после звонка на перемену.

8. С целью организации готовности детей к уроку, рекомендуем учителям в течение месяца проверять готовность ребенка к уроку, наличие необходимых учебных пособий.

9. Выработать единые требования к урокам по разным предметам:

А) по вопросу обязательных дисциплинарных требований (правил):

● здороваемся стоя;

● при ответе вставать необязательно;

● поднятая рука — сигнал о вопросе или ответе;

● отсутствие опозданий;

Б) по вопросу организации учебного процесса:

●наличие необходимых учебных пособий;

● записи даты, «классная и домашняя работы»;

● наличие полей;

В) по вопросу этических ценностей в отношениях детей между со­бой и между учителем и ребенком:

● уважение друг к другу;

● уважение к ответу товарища;

● умение слушать и слышать друг друга;

● умение не перебивать друг друга.

10. Решить, для чего нужен дневник. Записывать домашнее задание и (или) выставлять оценки? Кто их ставит - классный руководитель или учитель предметник?

11. Классный руководитель должен обеспечить каждого ребенка информацией о телефонах, днях рождения, именах и отчествах родителей одноклассников.

1. Осуществить особую подготовку учителя к тому, что он берёт малышей.
2. Провести специальные мероприятия тина тренингов по групповой сплоченности в первые дни учебного года, снимающие основные про­блемы в общении детей внутри класса.

14. Осуществить коррекцию и возможную координацию учебной нагруз­ки по разным (всем) предметам.

15. Обеспечить гуманизирующее и оберегающее вмешательство всех пе­дагогов в отношения старшеклассников и малышей.

**Рекомендации родителям:**

1) Ребенку данного возраста необходима моральная и эмоциональная поддержка (не теряйте контакта с ним, выслушайте его, поддерживайте, доверяйте ему - будьте ему другом, чтобы он мог вам все рассказать);

2) Ни в коем случае не сравнивайте результаты ребенка с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных, учеников, а сравнивайте его только с ним самим и хвалите только за одно: улучшение его собственных результатов;

3) Необходимо принять чувство взрослости ребенка и создать благоприятный психологический климат по отношению к нему со стороны всех членов семьи;

4) Проявляйте интерес к учебной и внеучебной деятельности ребенка, а также поощряйте его самостоятельность;

5) Соблюдайте осторожность при побуждении к дополнительным занятиям определенным учебным предметом;

6) Старайтесь аргументировать свои требования;

7) Контроль должен основываться на теплых чувствах и разумной заботе, развивайте самоконтроль и самооценку, самодостаточность ребенка;

8) Необходимо выработать и соблюдать режим дня (труд и отдых) во избежания переутомления.