

# Адаптация ПЯТИКЛАССНИКОВ



*Педагог – психолог:  
Студенова Марина  
Александровна*

# Что же такое адаптация?

**Адаптация** - приспособление к новым условиям обучения, которые требуют от ребенка больших психо-физиологических ресурсов.



# Представьте себе ситуацию:

«Вы сменили работу и оказались в незнакомом коллективе.

Какие чувства вы испытываете в первое время на новом месте?»


- Тревога
- Переживание
- Озабоченность
- Растерянность
- Беспокойство
- Страх







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



- 
- 1. Моему ребенку нравится учиться в школе.**
  - 2. Я думаю, что мой ребенок неохотно перешел бы в другую школу, класс.**
  - 3. Если бы был выбор, он не хотел бы учиться дома.**
  - 4. К сожалению, мой ребенок никогда не рассказывает мне и родственникам о школе с радостью.**
  - 5. В классе у него много друзей.**

- 
- 6. Ему нравятся учителя в школе.**
  - 7. Он активно участвует во внеклассных мероприятиях, вечерах, походах.**
  - 8. Мой ребенок расстраивается, когда отменяют уроки (по болезни учителя или др. причине).**
  - 9. Мой ребенок иногда делает уроки без напоминания.**
  - 10. Другие интересы и хобби не мешают его учебе в школе.**




**8-10 баллов** - У вашего ребенка хорошее отношение к школе и скорее всего у него в ближайшее время не возникнет проблем.

**6-7 баллов** - В школе дела обстоят неплохо.

**4-5 баллов** - Будьте внимательны! В школьной жизни что-то неблагополучно.

**1-3 балла** - Ребенку крайне необходима ваша помощь. У него негативное отношение к школе, связанное с конфликтами, снижением успеваемости.







**Переход** учеников из начальной школы — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка.

Коротко основное содержание подросткового периода определяется как переход от детства к взрослости.

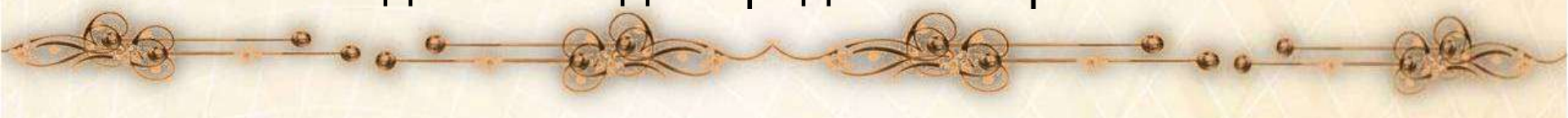
Происходит интенсивный рост тела. Наблюдается возрастное несоответствие в развитии сердечно-сосудистой системы: сердце значительно увеличивается в объеме, а диаметр кровеносных сосудов отстает в развитии. Это приводит к временным функциональным расстройствам кровообращения, проявляющимся в головокружении, головных болях, сравнительно быстрой утомляемости.





**Подросток** — это ребенок, становящийся взрослым. Внешне подросток мало похож на взрослого: играет, дерется, шалит, скачет. Но за внешней непохожестью, за «детскостью» скрывается «взрослость». Главным в личности подростка является чувство, что он уже не ребенок. Но очень часто представление подростка о себе как о взрослом человеке не совпадает с мнением о нем окружающих людей: родителей, соседей, знакомых.

Конечно, «чувство взрослости» - это скорее стремление быть взрослым и внутреннее отрицание своей принадлежности к детям, чем настоящая «взрослость». Если взрослые не меняют систему своих отношений с подростком, то нужные для себя отношения дети находят среди своих ровесников.




# Выделяют два основных вида адаптации:

- **Физиологическая адаптация** -

в процессе физиологической адаптации организм привыкает к новым физическим и умственным нагрузкам, новому режиму и темпу жизни в пятом классе.




- **Социально-психологическая адаптация** - личность активно приспосабливается к новому социальному окружению, принимает групповые нормы и ценности нового для него коллектива, входит в его ролевую статусную структуру.



Наиболее сложным для 5-классника является переход от одного, привычного учителя, к взаимодействию с несколькими предметниками. Ломаются привычные стереотипы, самооценка ребенка - ведь теперь его будет оценивать не один педагог, а несколько.


Переход из начальной школы в среднюю связан с возрастанием нагрузки на психику ученика. Резкое изменение условий обучения, разнообразие и усложнение требований, предъявляемых к школьнику разными учителями, смена позиции «старшего» в начальной школе на «самого маленького» в средней — все это является довольно серьезным испытанием для психики школьника.



Ухудшение успеваемости в значительной степени связано особенностями адаптационного периода.

В то же время основной опасностью данного периода является фактор изменения личностного смысла учения, постепенное снижение интереса к учебной деятельности. Многие родители жалуются на то, что ребенок не хочет учиться, что он "скатился" на "тройки" и его ничего не волнует.

Ни в коем случае не смешивайте понятия "хороший ученик" и "хороший человек", не оценивайте личные достижения подростка лишь достижениями в учебе. Сильная зацикленность на учебных проблемах, провоцирование скандалов, связанных с "двойками" в большинстве случаев приводит к отчуждению подростка и лишь ухудшает ваши взаимоотношения.



# **Трудности школьной жизни пятиклассника.**

- **Меняются условия обучения;**
- **Возрастает объем и темп работы как на уроке, так и дома;**
- **Усложняются требования, предъявляемые разными учителями;**
- **Появляется необходимость самостоятельно находить дополнительную информацию;**
- **Пятиклассники гордятся тем, что «уже не маленькие».**

# Признаки школьной дезадаптации ребёнка.

- 1. Усталый, утомленный внешний вид ребенка.
- 2. Нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне.
- 3. Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
- 4. Нежелание выполнять домашние задания.
  - 5. Постоянные жалобы на плохое самочувствие.
  - 6. Жалобы на те или иные события, связанные со школой.
  - 7. Беспокойный сон.
  - 8. Трудности утреннего пробуждения,



# Рекомендации родителям пятиклассника

- Воодушевите ребенка на рассказ о школьных делах;
- Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми;
- Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений;
- Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами;
- Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе;
- Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме.





Спасибо за внимание!

<http://marinastudenowa.ucoz.ru>