

Признаки успешной адаптации.

2. Ребенок легко справляется с программой.
3. Степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому.
4. Удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителями.
1. Усталый, утомлённый внешний вид ребёнка.
2. Нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне.

Признаки дезадаптации

4. Нежелания выполнять домашние задания.
5. Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
6. Жалобы на те или иные события, связанные со школой.
7. Беспокойный сон.
8. Трудности утреннего пробуждения, вялость.
9. Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Слова, которые поддерживают в ребенке веру в себя

Зная тебя, я уверен, что ты всё сделал, хорошо.

Ты делаешь это очень хорошо.

У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать?

Это серьезный вызов. Но я уверен, что ты готов к нему.

Чем можно помочь ребёнку?

1. Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
2. Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.
3. Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
4. 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.
5. 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.
6. Помогите ребенку выучить имена новых учителей.
7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.
8. Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат

Советы родителям

1. Мама и папы! Пока не поздно, постарайтесь не потерять связь с вашим ребенком, отнеситесь серьезно к родному ребенку и к себе. Конечно, за ручку водить его недопустимо. Но идти плечо к плечу по пути взросления - лучший способ сохранить семью как сплоченную команду и помочь ребенку чувствовать себя уверенно в любых ситуациях. Давайте начнем в пятом классе! Совместный семейный досуг, разумный баланс между свободой личности и родительским «нельзя», а также контроль, контроль, контроль!
2. Прimitивный и самый доступный вид контроля - посещение школы. Как только родители начинают халатно относиться к собраниям, не находят времени подойти то к одному, то к другому предметнику и поинтересоваться успехами или неудачами ребенка, то он также халатно начинает относиться к школьным обязанностям. Увы, есть прямая зависимость: что не интересно семье, то не значимо для ребенка. К тому же, мама с папой - это адвокаты: кто еще может отстоять права мальчика или девочки, защитить от несправедливости. В конце концов, помочь выбрать правильное решение.
3. Познакомьтесь со всеми учителями-предметниками, поддерживайте с ними контакт. ВСЕГДА ходите на собрания. Родительское собрание - это не для классного руководителя! Это для мам и пап, неравнодушных к судьбе своих Пети или Маши. В обязанности классного руководителя входит психологическое просвещение родителей, анкетирование учащихся, с целью отслеживания эмоционального состояния детей, выявления проблем различного характера. Чем сильнее родители любят ребенка, а не свои амбиции, тем интересней им информация педагога, тем легче принимают они советы, осознают их разумность.
5. Еще один совет: не ждите чудес от школы. Помогите учителю в организации внеклассных мероприятий, создайте действующий родительский комитет, который не

только деньги собирает, но ведет воспитательную работу, общается с учителями—предметниками. И ваш ребенок получит от средней школы максимум знаний и минимум отрицательных эмоций.

И чем старше будет становиться Ваш ребенок, тем внимательнее следует относиться к его школьным делам. Начало всему - в пятом классе!

6.Классному руководителю необходимо сообщать о любых, особенно неприятных, изменениях в семье, состоянии здоровья.

Это поможет предотвратить нервные срывы, конфликты с педагогами и товарищами, различные недоразумения.

7. «Ребенок переходит на самоконтроль».

Конечно, в идеале он уже с пятого класса должен самостоятельно выполнять домашние задания. Если родители сидят рядом с 11-12-13-летними детьми, то во взрослой жизни те вряд ли сумеют постоять за себя. Но есть и другой перегиб. К сожалению, некоторые родители совсем перестают контролировать детей. Очень часто интерес к школьным проблемам заканчивается на диалоге:

- Как дела в школе?

- Все хорошо.

К концу четверти подобное «хорошо» оборачивается двойками по предметам.

8. Так как же быть с домашними заданиями?

Педагоги советуют: регулярно (в зависимости от того, насколько ответственен ребенок) просматривайте дневник и рабочие тетради своего чада. Кому-то в пятом классе достаточно уже раза в неделю, кому-то и в девятом классе придется уделять внимание ежедневно.

Своими глазами все увидите, оцените. Естественно, как взрослые вы понимаете, что ситуации «нам не задавали» каждый день не бывает, что это ваше чадо старается освободить себя от лишних - таких бесполезных - хлопот.

9.Напоследок еще одна азбучная истина: помочь ребенку адаптироваться в средней школе и пережить все кризисы подросткового роста может любовь. Ребенок, которого любят, никогда не уйдет из дома, не совершит суицид, не попадет в психологический тупик. Любите своего ребенка открыто, а не в глубине души, старайтесь давать ему ощущение стабильности в семье, постоянно разговаривайте с детьми, не доверяйтесь разовым вливаниям. А если у вас появятся вопросы, проблемы, идите за советом к учителям, привлекайте психологов. С большой работой или проблемой легче справиться всем миром, тем более что ставка уж очень высока - жизнь и счастье ваших детей!

Об адаптационном периоде пятиклассников.

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. Одна из важнейших задач для родителей и учителей в этот период - понять, что происходит с ребятами, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь нужно оказать ребятам.

Сложность этого периода заключается в том, что дети переходят от одного учителя к нескольким педагогам, 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.

Степень адаптации ребенка зависит:

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

Какие же изменения происходят с пятиклассниками? Их можно условно разделить на 2 группы.

1. Физиологические.

- 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.

- 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;

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.