

## Адаптация пятиклассников

### Особенности возраста. Рекомендации для учителей.

Переход из младшей школы в среднюю — важный момент в жизни школьника.

Период адаптации в 5-м классе является одним из трудных периодов школьного обучения. Это обусловлено совокупностью тех содержательных перемен, что происходят в школьной среде и внутреннем мире детей этого возраста. Состояние детей в этот период характеризуется низкой организованностью, учебной рассеянностью и недисциплинированностью, снижением интереса к учебе и ее результатам; с психологической — снижением самооценки, высоким уровнем ситуативной тревожности.

*Что способствует формированию стрессового состояния у пятиклассника:*

Появление большого количества новых учителей. Ко всем им нужно привыкнуть, запомнить и научиться четко выполнять требования каждого;

Новый, непривычный режим;

Большое количество кабинетов, расположение и номера которых нужно запомнить, умудрившись не заблудиться в новом здании школы;

Новый коллектив. Учитывая современную тенденцию формирования профильных классов, после младшей школы ребенок может оказаться в совершенно новом коллективе, где он никого не знает. Ему снова приходится находить в нем свое место, заводить друзей;

Новый, незнакомый классный руководитель;

Конфликты со старшеклассниками. В средней школе, пятиклассник - новичок. Он самый маленький и неопытный. В связи с этим может нарастать волнение, связанное с проблемами со старшеклассниками, которые часто могут возникать в коридоре, туалете или столовой.

Возрастает и темп работы. Приходится быстрее писать, быстрее читать и соображать. Увеличивающийся объем информации не всегда успевает правильно накопиться и усвоиться. Те, кто раньше писал медленно, не успевают записывать под более быструю диктовку учителя. Отличающиеся особой медлительностью - дойти до нужного кабинета вовремя и т.д.

Возрастают объемы домашнего задания, требования к оформлению работ и их выполнению;

### Как избежать стрессового состояния?

Учителям-предметникам также важно помнить о специфике привыкания детей к новым условиям и делать на это поправку. Например, нередки ситуации, когда легкое волнение ученика перед ответом у доски способствует мобилизации его сил, повышает ответственность, ускоряет реакцию. Однако, если легкое волнение замещается сильной тревогой, то это приводит к значительному ухудшению его результатов или вовсе к отказу от

выполнения задания, что в итоге сказывается на успеваемости. В таких ситуациях ребенку очень важно чувствовать поддержку учителя, которую можно оказать словами типа: "Ты зря сомневаешься в своих силах. Я знаю, что ты сможешь".

"Зная тебя и насколько ты способный, я уверена, что у тебя все получится. Давай попробуем, я тебе помогу!".

При этом можно слегка похлопать ребенка по плечу и приободрить шуткой или улыбкой. Хороши также фразы:

"Ты делаешь все правильно/очень хорошо/очень красиво";

"Это более сложное задание, но я знаю, что ты к нему готов";

"У тебя есть идеи? Поделись с нами."

"Ты на правильном пути, продолжай в том же духе"

Использование подобных фраз помогает создать ситуацию успеха на уроке и поощрить тех, кто не уверен в своих силах. В случае же, когда стоит продемонстрировать ваше разочарование, можно использовать фразы типа:

"Зная о твоих способностях, я думаю, ты мог бы сделать и лучше. Постарайся в следующий раз улучшить результат";

"Мне жаль, что твои результаты в этот раз печальные, тебе стоит подтянуть ...и в следующий раз будет лучше";

"Тебе стоит повторить предыдущую тему";

Таким образом, следует уделить особое внимание формированию у ребенка правильного отношения к ошибкам, как к способу более углубленного изучения материала, а не унижения. Важно, чтобы ошибки не воспринимались как проигрыш, нечто наказуемое и недопустимое. Поэтому стоит обязательно проводить разъяснительные беседы с родителями на собраниях.

### **Рекомендации классным руководителям**

#### **При работе с родителями:**

На первом родительском собрании классному руководителю необходимо рассказать родителям о новых учителях или, еще лучше, дать им самим представиться и рассказать о своих методах работы, требованиях, критериях выставления оценок и прочем. Объясните, что не стоит наказывать ребенка за малейшие ошибки или невысокие оценки, а пытаться узнать, где в знаниях ребенка появился пробел или возникло непонимание.

Разрешите родителям время от времени консультироваться с вами по тем или иным вопросам, связанным с обучением, при этом четко очертив дозволенные границы (например, письма, звонки с 17.00 до 19.00, личные встречи по определенным дням и т.д).

Объясните, что первое время ученикам стоит носить бейджи с их именами для лучшего запоминания имен одноклассников, а также быстрого запоминания их имен учителями.

Дайте понять, что работа вас и родителей пятиклассников должна быть направлена на укрепление у детей уверенности в себе, умения вести себя в

трудных ситуациях, ситуациях неудач и что необходимо помочь детям выработать индивидуальные модели поведения в стрессовых ситуациях.

Объясните родителям, что стоит относиться с пониманием к трудностям, с которыми сталкивается их ребенок при переходе в старшую школу, а также помогать ему постепенно привыкать к самостоятельности и ответственности, научить подготавливать свое рабочее место к работе, планомерно выполнять домашние задания. При возникновении сложностей с выполнением домашнего задания, не отказывать в помощи и не делать задания за ребенка.

Попросите также не обсуждать с ребенком учителей, формируя тем самым негативное отношение ребенка к конкретному предмету.

По возможности, стимулируйте родителей так организовать свободное время ребенка, чтобы в нем было место для посещения спортивных секций, бассейна или танцев, прогулок на свежем воздухе, полноценного и здорового отдыха. И самое главное - обеспечить эмоциональный комфорт дома.

Расскажите родителям, что очень важно хотя бы раз в неделю находить время, свободное от рабочих или домашних забот, и интересоваться школьными успехами ребенка. Пусть ребенок расскажет вам о своих одноклассниках и взаимоотношениях с ними, школьных предметах и учителях. Необходимо запоминать имена, даты, детали событий, о которых сообщает ребенок, используя их как опорную информацию для последующих разговоров, демонстрируя свою вовлеченность в его жизнь.

Объясните, что лучше регулярно поддерживать связь с учителем, узнавая об успехах ребенка, чем обращаться к нему, когда ситуация уже крайне запущена.

### При работе с детьми:

Постарайтесь грамотно осуществить рассаживание детей в классе, с учетом их индивидуальных особенностей.

По возможности, ознакомьтесь с медицинскими картами учеников, узнайте о возможных проблемах со здоровьем, чтобы в случае критических ситуаций быть готовым к тем или иным действиям. Также не мешает узнать и об условиях проживания некоторых ребят, взаимоотношениях в их семьях.

Поддерживайте связь со школьным психологом. Приглашайте его на классные часы для проведения тестирований, выявляющих уровень адаптации детей или проводите их сами, впоследствии обсуждая результаты со специалистом.

На классном часе ознакомьте детей с возможными трудностями, которые им предстоят и способах их решений, расскажите о некоторых чисто организационных мерах.

Многие обязанности, касающиеся адаптации пятиклассников, лежат на плечах классных руководителей. Что же касается учителей-предметников, то помощь в адаптации учеников является и их ответственностью тоже.

## **Рекомендации учителям-предметникам по адаптации пятиклассников:**

Высокий темп - это одна из причин, мешающих пятиклассникам качественно усваивать материал.

Не забывайте учитывать трудности адаптационного периода и возрастные особенности при выборе способа подачи материала.

Познакомьте учеников с более рациональными способами выполнения домашнего задания по вашему предмету.

Постарайтесь находить в ответах каждого ученика положительные моменты, что-то особенное или необычное и поощряйте его за это.

Старайтесь создавать обстановку успеха, подбадривайте своих учеников, даже если у них не все получается.

Работайте в тандеме с классными руководителями для лучшего понимания особенностей класса.

Не упускайте случая в конце урока приободрить перед всем классом тех, кто еще недостаточно уверен в себе, малоактивен, боится отвечать.

Постарайтесь наладить эмоциональную связь с классом.

И помните, что при вашем неравнодушном участии, проблемный период в жизни пятиклашек очень скоро закончится, вознаградив вас активными и способными учениками. Пусть ваша планомерная работа как классного руководителя, так и учителя-предметника будет продиктована пониманием, толерантностью и любовью к ребенку, как крепнущему и растущему человеку, которому суждено стать особенным и талантливым.

29.10.2021

Педагог-психолог Л.В.Тимофеева