**Адаптация пятиклассников**

Переход учащихся из начального в среднее звено школы – одна из педагогически наиболее сложных проблем, а период адаптации в 5-м классе – один из труднейших периодов школьного обучения. Это своеобразное испытание и не только для школьников, но и для педагогов. Классному руководителю необходимо за короткое время узнать детей и их семьи, научиться эффективно, управлять деятельностью учащихся, быть их проводником и наставником.

Состояние детей в этот период с педагогической точки зрения характеризуется низкой организованностью, иногда недисциплинированностью, снижением интереса к учёбе и её результатам, с психологической – снижением самооценки, высоким уровнем ситуативной  и школьной тревожности.

Все это означает, что дети могут испытывать значительные затруднения при обучении и адаптации к новым условиям организации учебного процесса. Для них особенно важна правильная организация адаптационного периода при переходе из начальной школы в среднее звено.

Как показывает практика, большинство детей переживает это событие как важный шаг в своей жизни. Они гордятся тем, что "уже не маленькие”. Появление нескольких учителей с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений является для них зримым показателем их взросления. Они с удовольствием рассказывают родителям, младшим братьям, друзьям о своих учителях. Кроме того, определенная часть детей осознает свое новое положение как шанс заново начать школьную жизнь, наладить не сложившиеся отношения с педагогами.

Переход из начальной школы в среднюю связан с возрастанием нагрузки на психику ученика.

В адаптационной период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, "развязными”, чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными, иногда нарушается сон, аппетит. Подобные  отклонения в той или иной форме характерны примерно для 70–80% школьников.

 У большинства детей подобные отклонения исчезают, как правило, через 2–4 недели после начала учебы. Однако есть дети, у которых процесс адаптации затягивается на 2–3 месяца и даже больше.

Основные проблемы, возникающие в период адаптации к условиям обучения в средней школе:

 - новые учителя

 -  непривычное расписание (новый режим).

 -  много новых кабинетов, которые неизвестно как расположены

 -  новые дети в классе, классный руководитель

 -  в средней школе они снова – самые маленькие, а в начальной школе были уже большими

 -  возросший темп работы

 -  другие нормы оценок

 -  новые, непривычные требования к оформлению работ

 -  необходимость самостоятельно находить дополнительную литературу и работать с ней.

Успешность адаптации младшего подростка зависит не только от интеллектуальной готовности, но и от того, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях.

По данным психологов ситуация адаптации вызывает у многих пятиклассников повышенную тревожность, как школьную, так и личностную, а зачастую и появление страхов:

 -  усиливается страх не соответствовать ожиданиям окружающих, который в этом возрасте, как правило, сильнее, чем страх самовыражения.

 -  для ребенка младшего подросткового возраста чрезвычайно важно мнение других людей о нем и о его поступках, особенно мнение одноклассников и учителей.

 Все психологические особенности постепенно начинают проявляться в возрасте 10-11 лет – при переходе в среднюю школу, достигая апогея к 13-14 годам. Поэтому процесс адаптации в этом возрасте может оказаться непростым.

Можно ли избежать серьезных проблем с учебой при переходе в среднюю школу? Опыт показывает, что можно. Но для этого необходимо учитывать все факторы, влияющие на качество обучения в пятом классе.

Надо заметить, что с понятием "адаптация" тесно связано понятие "готовность к обучению в средней школе". Не все учащиеся начальной школы одинаково подготовлены к переходу в среднюю школу. Можно выделить следующие составляющие такой готовности:

* сформированность основных компонентов учебной деятельности, спешное усвоение программного материала;
* новообразования младшего школьного возраста:  
  –         произвольность – способность сознательно управлять своими действиями и психическими процессами (вниманием, памятью, мышлением, чувствами);  
  –         рефлексия – процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний;  
  –         мышление в понятиях (в соответствующих возрасту формах);  
  –         способность к саморегуляции;
* качественно иной тип взаимоотношений (более "взрослый") с учителями и одноклассниками;
* ведущая деятельность (начальное звено – учебная деятельность, среднее звено – межличностные отношения).

**Признаки успешной адаптации:**

· удовлетворенность ребенка процессом обучения;

· ребенок справляется с программой;

· степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому;

· удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

**Признаки дезадаптации:**

· усталый, утомлённый внешний вид ребёнка.

· нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне.

· стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.

· нежелания выполнять домашние задания.

· негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.

· жалобы на те или иные события, связанные со школой.

· беспокойный сон.

· трудности утреннего пробуждения, вялость.

· частые жалобы на плохое самочувствие.

**Чем можно помочь?**

• Помогите ребенку выучить имена новых учителей. Поделитесь своим опытом перехода в среднее звено школы.

· Первое условие школьного успеха пятиклассника — **безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.**

· **Создавайте условия для развития** самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.

· **Несмотря на кажущуюся взрослость,** пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.

· **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.

· **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.

· **Если вас, что-то беспокоит** в поведении ребенка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.

· **Основными помощниками** родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.

Материал подготовила педагог-психолог Мелдер В.А.