

## **Мы идем в пятый класс**

### ***Возрастные психологические особенности пятиклассников***

Переход из начального в среднее звено школы является переломным, кризисным периодом в жизни каждого школьника. Любой учитель скажет, что начало 5-го класса – сложный этап, и не только для ребенка, но и для учителей, и для родителей. Проблем много, и они не ограничиваются рамками учебного процесса, а связаны также с организацией жизни в школе в целом и с психологической атмосферой в семье.

Возраст учащихся 5-го класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости – главного личностного новообразования младшего подростка.

Путь осознания себя сложен, стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждении от всех, кто до этого привычно оказывал на ребенка влияние, и это в первую очередь семья, родители. Внешне это отчуждение проявляется в негативизме – стремлении противостоять любым предложениям, суждениям, чувствам взрослых. Отсюда – конфликты с взрослыми. Ребенок (младший подросток) пытается найти собственную уникальность, познать собственное «Я». По этой же причине подросток ориентирован на установление доверительных отношений со сверстниками. В дружбе происходит моделирование социальных взаимоотношений, усваиваются навыки рефлексии последствий своего или чьего-то поведения, социальные нормы взаимодействия людей, моральные ценности. Именно ввиду психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности (что было характерно для младшего школьника) на ведущую деятельность общения. Таким образом у подростка в стенах школы постепенно меняются приоритеты.

Умственная активность младших подростков велика, но вот способности развиваются только в деятельности, которая вызывает положительные эмоции. Успех (или неуспех) существенно влияет на мотивацию учения. Оценки при этом играют важную роль: высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. Совпадение оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия подростка. В противном случае неизбежен внутренний дискомфорт и даже конфликт. Учитывая физиологические особенности возраста (рассогласование темпов роста и развития различных функциональных систем организма) можно понять и крайнюю эмоциональную нестабильность подростков.

Таким образом, переходя из начальной школы в среднюю, ребенок подвержен не только внешним, но и внутренним изменениям. Необходимо обратить внимание родителей на значимость эмоционально близкого общения с детьми, помочь им установить именно такие отношения.

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

Для пятиклассника, приходящего в школу 1 сентября, все оказывается новым. И поэтому возникает необходимость в адаптации – привыкании к новым условиям обучения.

Успешность адаптации младшего подростка зависит не только от его 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. Среди трудностей школьной жизни детей можно выделить:

- возросший темп работы;
- возросший объем работы, как на уроке, так и дома и др.

В большинстве случаев пятиклассники отмечают следующие трудности:

- очень много разных учителей (их надо запомнить, привыкнуть к требованиям каждого; - непривычное расписание уроков (новый режим);
- много новых кабинетов, которые неизвестно как расположены;
- нередко появляются новые дети в классе;
- новый классный руководитель.

В случае незавершенности процесса адаптации, неуспешной адаптации говорят о дезадаптации – реакции на неумение решать задачи, поставленные самой жизнью. Ее виды:

1. Интеллектуальная – нарушение интеллектуальной деятельности.
2. Поведенческая – несоответствие поведения ребенка правовым и моральным нормам (агрессивность, асоциальное поведение).
3. Коммуникативная – затруднения в общении со сверстниками и взрослыми.
4. Соматическая – отклонения в здоровье ребенка.
5. Эмоциональная – эмоциональные трудности, тревожность, переживания по поводу проблем в школе.

Таким образом, единая задача семьи и школы заключается в создании условий для успешного обучения выпускников начальной школы в среднем звене. Самое главное – помочь ребенку в ситуации адаптации к средней школе, обеспечить его дальнейшее поступательное развитие, его психологическое благополучие.

В случае трудностей адаптации о них могут свидетельствовать следующие признаки:

1. Снижение успеваемости.
2. Усталый, утомленный внешний вид ребенка.
3. Нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне.
4. Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
5. Нежелание выполнять домашние задания.
6. Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
7. Жалобы на те или иные события, связанные со школой.
8. Беспокойный сон.
9. Трудности утреннего пробуждения, вялость.

10. Постоянные жалобы на плохое самочувствие.
11. Невнимателен и рассеян.
12. Неусидчив во время занятий, индивидуальной работы.
13. Испытывает страх перед уроками, учителями, ситуациями проверки знаний.
14. Часто меняет друзей, ни с кем не дружит подолгу; часто бывает одинок.

### ***Рекомендации***

В каждой семье взрослые должны проявлять интерес к школьным делам, обсуждать вместе сложные ситуации и пытаться найти выход из них.

Очень важно в этот период проводить профилактическую работу с детьми. Следует выработать четкие, последовательные и устойчивые требования, объяснить ребенку, почему они необходимы. Особое внимание нужно уделить формированию правильного отношения детей к отметкам, ошибкам, умения использовать их для лучшего понимания материала. Как уже отмечалось, именно «ориентированность на ошибку», которая нередко подкрепляется неправильным отношением взрослых к ошибкам как к недопустимому наказуемому явлению, одна из основных форм школьной тревожности. Помощь детям должна быть направлена на укрепление их уверенности в себе, выработку собственных критериев успешности, умения вести себя в трудных ситуациях, ситуациях неуспеха. Необходимо помочь детям выработать индивидуальные модели поведения в значимых, оцениваемых ситуациях. Если есть возможность, следует подготовить детей к новым ситуациям, обсудить возможные трудности, обучить конструктивным способам поведения в них. Важно соблюдать режим дня.

### ***Памятка для родителей «Ваш ребенок – пятиклассник»***

1. Первое условие школьного успеха пятиклассника – безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
2. Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.
3. Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.
4. Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
5. Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
6. Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников непонимание.

7. Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.

8. Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе во время адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку и с их помощью готовить ребенка к взрослой жизни:

1. Не отнимай чужого, но и свое не отдавай.

2. Попросили – дай, пытаются отнять – старайся защищаться.

3. Не дерись без причины.

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

5. Играй честно, не подводи своих товарищей.

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

7. Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.

8. Из-за отметок не плачь, будь гордым.

9. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся.

10. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.

11. Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

12. Старайся быть аккуратным.

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

14. Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех!

15. Ты – неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

16. Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий.

17. Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, правильности светового режима.

18. Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.

19. Обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей.

Организация правильного питания.

20. Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели и т. д.

21. Активное участие членов семьи в развитии двигательной активности ребенка.

22. Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как главных условий сохранения здоровья.