

Рекомендации родителям пятиклассников по адаптации к обучению в основной школе

Переход из начальной школы в пятый класс - ответственный и сложный период в жизни каждого ученика. Для этого есть несколько серьезных оснований.

В начальной школе ребенок обучался несколько лет в одном коллективе, у одной (ведущей большинство предметов) учительницы, в одном кабинете. Эти неизменные условия создавали необходимый психологический комфорт. В пятом классе количество предметов увеличивается до 8-12, но самое главное – учителей будет столько же. И они все разные, у каждого свои требования, причем каждый новый урок будет вестись в своем кабинете.

Очень часто в пятом классе меняется состав коллектива: некоторые дети уходят, на их место приходят новые. Это создает стресс для ребенка, ведь приходится заново строить отношения со сверстниками.

В адаптационный 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 функциональные отклонения в той или иной форме характерны примерно для 70–80% школьников. У большинства детей подобные отклонения носят единичный характер и 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.

В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей. При слишком длительном процессе адаптации необходимо обратиться к школьному психологу.

Для того, чтобы адаптация к обучению в средней школе прошла максимально легко, мы можем предложить несколько рекомендаций родителям:

- Необходимо понимать трудности, с которыми сталкивается ребенок при переходе в основную школу, и, постепенно приучая его к самостоятельности, не отказывать ребенку в помощи при подготовке к уроку, мотивируя отказ тем, что он уже вырос. Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни. Помните, что школьник впервые оказывается в ситуации множественности требований со стороны разных учителей, и если он научится учитывать эти требования, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни.

- Помогите ребенку запомнить все фамилии, имена, отчества учителей-предметников и классного руководителя.

- Обеспечьте соблюдение ребенком оптимального для его возраста режима дня. Создайте необходимые условия для полноценного отдыха ребенка в свободное от учебы время (посещение бассейна, спортивных площадок, прогулки на свежем воздухе и т. д.).

- 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. Старайтесь не обсуждать с ребенком учителей в негативном ключе, формируйте положительное отношение ребенка к школе, подчёркивайте важность учебы для человека.

- 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.

- Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

Установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно выполнять домашние задания, полученные в школе, и следите за выполнением. Проявите свой интерес к заданиям и убедитесь, что у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Однако если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

- Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения. По возможности пытайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий.

- Верьте в своего ребенка. Ваша вера способна превратить возможность в действительность. Ты замечательный! Ты умный и сообразительный! Ты это сможешь! Все у тебя получится!