**Психологічні особливості адаптації**

**до навчання в середній школі**

**учнів - п'ятикласників**

**рекомендації психолога**

Склав

практичний психолог ЗШІ №9:

Чечель Андрій

Психологічні особливості адаптації до навчання в середній школі учнів-п'ятикласників

(рекомендації психолога)

**Вікові особливості молодшого підлітка:** потреба в гідному становищі в колективі однолітків; підвищена втомлюваність; прагнення обзавестися вірним другом; прагнення уникнути ізоляції, як в класі, так і в малому колективі; підвищений інтерес до питання про "співвідношенні сил" в класі; прагнення відмежуватися від усього підкреслено дитячого; відсутність авторитету віку; відраза до необгрунтованих заборон; сприйнятливість до промахів учителів; переоцінка своїх можливостей, реалізація яких передбачається у віддаленому майбутньому, відсутність адаптації до невдач; відсутність адаптації до положення "гіршого"; яскраво виражена емоційність; вимогливість до відповідності слова справі; підвищений інтерес до спорту.

**Перша умова шкільного успіху п'ятикласника** - безумовне прийняття дитини, не дивлячись на ті невдачі, з якими він вже зіткнувся або може зіткнутися. Створюйте умови для розвитку самостійності в поведінці дитини. У п'ятикласника неодмінно повинні бути домашні обов'язки, за виконання яких він несе відповідальність. Незважаючи на гадану дорослість, п'ятикласник потребує ненав'язливому контролі з боку батьків, оскільки не завжди може сам зорієнтуватися в нових вимогах шкільного життя. Для п'ятикласника учитель - уже не такий незаперечний авторитет, як раніше, на адресу вчителів можуть звучати критичні зауваження. Важливо обговорити з дитиною причини його невдоволення, підтримуючи при цьому авторитет вчителя. П'ятикласнику вже не так цікаве навчання саме по собі, багатьом в школі цікаво бувати тому, що там багато друзів. Важливо, щоб у дитини була можливість обговорити свої шкільні справи, навчання і відносини з друзями, з вихователями. Якщо вас, щось турбує в поведінці дитини, постарайтеся, якомога швидше зустрітися й обговорити це з класним керівником або психологом. Основними помічниками у складних ситуаціях є терпіння, увагу і розуміння. Постарайтеся створити сприятливий клімат для дитини.

**У цьому віці у зв'язку з початком етапу статевого дозрівання відбуваються зміни в пізнавальній сфері** молодших підлітків: уповільнюється темп їхньої діяльності; виконання певних видів робіт потребує більше часу. Діти частіше відволікаються, можуть бути роздратованими, збудженими, неуважними, неадекватно реагувати на зауваження тощо. Це, як наслідок, може бути причиною зниження рівня навчальних досягнень, утрати мотивації до навчання, породжувати конфліктні ситуації між однолітками та дорослими.

**Нової якості у п'ятикласників** набувають стосунки з однолітками. Діти хочуть відчувати себе частиною цілого колективу, жити з ним спільним життям, бути визнаними друзями. Спілкування з друзями стає самостійною діяльністю. Вона існує, з одного боку, у вигляді вчинків підлітків по відношенню один до одного, а з другого - у формі осмислення вчинків однолітків і стосунків з ними і має значення для формування уявлення про себе. Ця сфера життя та спілкування стає для підлітків надзвичайно важливою й особистісно значущою.

Водночас досить часто у школярів цієї групи проявляється так зване «почуття дорослості»: діти потребують поваги та самостійності, серйозного та довірливого ставлення до них з боку дорослих. Якщо ж основна школа не пропонує учням засобів реалізації їх почуття дорослості, то в підлітків формується установка на вчительську несправедливість і необ'єктивність.

Результат тієї чи іншої діяльності для молодшого підлітка досить часто є другорядним, а на перше місце виходить сам задум. Тому, якщо вчитель не стимулює ініціативу, самостійність, дитячу творчість, а лише «контролює» результати навчальної діяльності, то таке навчання втрачає для підлітка привабливість та актуальність.

**Шкільне життя п'ятикласників** **ускладнюється** також часто невиправдано високими вимогами до них з боку вчителів-предметників, які спеціалізуються на роботі переважно у старших класах.

Цього не можна допускати щонайменше з трьох причин:

1. зміст навчальних предметів основної школи вибудовується систематично, що, у свою чергу, передбачає сформованість у школярів добре розвиненого теоретичного мислення. У п'ятикласників же воно тільки формується; вони звикли працювати з одиничними поняттями та термінами. Тому, щоб не перевантажувати п'ятикласників, наукові терміни та поняття необхідно вводити поступово, учити дітей виокремлювати їх, характеризувати, використовувати в різних ситуаціях під час уроків з різних предметів. Причому не лише на репродуктивному рівні (запам'ятай, повтори), а й на основі сформованих уявлень і досвіду практичної діяльності;
2. високі вимоги до самостійності та відповідальності підлітків без урахування їх вікових особливостей можуть становити загрозу для емоційного благополуччя дитини;
3. дорослі очікують від підлітків здатності розуміти інших людей, співіснувати з ними на принципах рівноправності та толерантності, а, наприклад, у п'ятикласників ці властивості тільки починають формуватись, і їх розвиток вимагає терпіння, обережності, діалогового навчання, створення ситуацій, в яких підлітки навчаються враховувати різні точки зору.

За цих обставин важливо, щоб учитель-предметник не переносив механічно методи навчання й форми взаємодії зі старшими школярами на учнів 5-го класу. Необхідно поступово вводити новий зміст і нові форми навчальної діяльності. На початку вони повинні відповідати засобам навчання останнього року перебування дітей у початковій школі. Водночас спостереження й дослідження свідчать про те, що в 4-му класів школярі засвоюють навчальний матеріал тими ж методами, що і в перші два роки шкільного життя. Відбувається збільшення обсягу знань, умінь, навичок, але не відбувається помітних змін у розвитку дитини. Наприклад, деякі школярі недостатньо розуміють прочитаний текст, не вповні володіють технікою читання, грамотним письмом як загальнонавчальними вміннями, у них не розвинена здібність розв'язувати творчі задачі тощо.

Умовою успішної адаптації випускників початкової школи до навчання у 5-му класі є також забезпечення можливості формування в них робити усвідомлений вибір. На відміну від початкової школи, де варіативність освіти задається ззовні (школа, учитель мають право вибору прийомів навчання), у підлітковому віці необхідно навчати дитину вибирати додаткові предмети, форми позакласного навчання, пізніше готуватись до вибору профілю навчання у старші школі.

Успішність самореалізації підлітків тісно пов'язана з мікрокліматом в учнівськомуколективі. Важливо, щоб учителі-предметники створювали ситуації, які б дозволяли підлітку проявляти ініціативу, мати право на помилку, на власну думку, брати участь у спільній діяльності, працювати в умовах альтернативи, вибору, створювати демократичну, неавторитарну атмосферу навчання.

Урок, де учням дається можливість працювати у власному темпі й отримати знання у відповідності до рівня навченості, залишається основною, але не єдиною формою організації навчального процесу у 5-х класах. Важливо ширше застосовувати й інші форми організації навчання: екскурсії, дидактичну чи рольову гру, дискусії, практичні роботи тощо.

Адаптаційний період у школі передбачений для створення позитивної благополучної атмосфери, прийняття дітьми й учителем один одного та пошук оптимальної для кожного позиції нової ситуації.

Адаптаційний період у школі полягає в тому, щоби створити неминучий процес адаптації більш інтенсивним, ефективність якого значною мірою визначає успішність навчальної діяльності, збереження фізичного та психічного здоров'я дитини.

**ПАМ'ЯТКА КЛАСНОМУ КЕРІВНИКУ 5-х КЛАСІВ**

Працюйте над формуванням колективу через різноманітні доручення, змінюючи групи.

Розвивайте почуття колективізму через спільну турботу про престиж класу (зовнішній вигляд, успіхи в навчанні, максимальна участь у святах, естафетах, конкурсах).

Пріоритет віддавайте індивідуальній роботі (спостереження, бесіди, анкетування, доручення).

Уникайте «гострих» кутів, проявляйте стриманість, терплячість.

Пам'ятайте: діти потребують ласки, ніжності, співучасті, турботи.

Вчасно й мудро підтримуйте дитячу активність.

Не забувайте: Активно залучайте вихователів і вчителів-предметників до життя класу.

**ПАМ'ЯТКА ВЧИТЕЛЯМ, ЯКІ ВИКЛАДАЮТЬ У 5-х КЛАССАХ**

Відвідайте уроки в 4-му класі. Придивіться до своїх майбутніх учнів. Познайомтеся з методикою викладання в початкових класах.

Опрацюйте спеціальну психолого-педагогічну літературу.

Пам'ятайте: легше з першого уроку викликати до себе довіру, любов дитини, ніж потім подолати недовіру.

Не змінюйте різко методи роботи, використовуйте ігровий матеріал, інструктажі, пам'ятки, алгоритми, картки-опори, зразки виконання.

Протягом уроку та додому давайте конкретні доступні завдання й домагайтесь їх чіткого виконання.

Щоденно перевіряйте письмові роботи учнів, домагайтеся систематичної роботи над помилками.

Ретельно обміркуйте заходи та прийоми розвитку мислення, усного та писемного мовлення учнів. Розробіть відповідний роздавальний матеріал.

Забезпечуйте систематичне повторення.

Уникайте перевантаження дітей.

Відвідуйте уроки колег, які викладають у 5-х класах

**ПАМ'ЯТКА ВИХОВАТЕЛЯМ П'ЯТИКЛАСНИКІВ**

У цих дітей проблеми - переломний період, тому будьте особливо спостережливі, уважні та терплячі.

У 5-у класі розширився обсяг матеріалу з основних предметів, зросла кількість предметів, тому збільшується час підготовки до уроків.

Забезпечте дітям удале поєднання відпочинку, фізичної праці та роботи над уроками.

Програми включають більше теоретичного матеріалу, тому слід привчити дітей міцно завчати окремі правила з математики, української мови, природознавства.

Заведіть дітей у бібліотеку, читальний зал не силою, але привчайте до повсякденного читання художньої літератури, просіть їх переказати прочитане.

Стежте за порадами вчителів, записаними у щоденниках і робочих зошитах.

Дбайте про те, щоб дитина була охайною в усьому, включаючи бережне ставлення до підручників.

Ніколи не поспішайте з висновками ані про дитину, ані про вчителя - прийдіть до школи, поспілкуйтеся з учителем.

Не забувайте: дитину не можна карати за невміння, а терпляче вчити, підказувати, радити, допомагати, підтримувати.

Керуйтесь у спілкуванні з дитиною правилом: найдієвіший засіб виховання - особистий приклад.

Дбайте про всебічний розвиток дитини.

Умійте ставити себе на місце дитини.

Пам'ятайте: праця, зокрема навчальна, не завдає шкоди вихованню дитини, а бездіяльність - її перший ворог.

**Ознаки успішної адаптації**: задоволеність дитини процесом навчання; дитина легко справляється з програмою, ступінь самостійності дитини при виконанні ним навчальних завдань, готовність вдатися до допомоги дорослого лише ПІСЛЯ спроб виконати завдання самому; задоволеність міжособистісними відносинами - з однокласниками і вчителем.

**Ознаки дезадаптації:** втомлений, стомлений зовнішній вигляд дитини. Небажання дитини ділитися своїми враженнями про проведений день. Прагнення відвернути дорослого від шкільних подій, переключити увагу на інші теми. Небажання виконувати домашні завдання, негативні характеристики на адресу школи, вчителів, однокласників. скарги на ті чи інші події, пов'язані зі школою. Неспокійний сон. Труднощі ранкового пробудження, млявість. постійні скарги на погане самопочуття.