

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ В НАЧАЛЕ УЧЕБНОГО ГОДА

Для одних школа – второй дом, для других – место, куда совсем не хочется приходить. Проблемы между молодым поколением и образовательными учреждениями появились не сегодня и вряд ли когда-нибудь исчезнут навсегда. Однако некоторые острые углы даже в таком непростом вопросе можно обойти, ведь педагогика не стоит на месте. О том, как это правильно сделать, нам рассказала и дала советы учитель начальных классов, педагог-психолог МБОУ СОШ № 1 города Павлово Наталья Ивановна Жидкова.



НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА ЖИДКОВА

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ
МБОУ СОШ № 1 ГОРОДА ПАВЛОВО

Школьники, приходя первого сентября в школу, на протяжении всего периода обучения вынуждены неоднократно переживать так называемый адаптационный синдром, в котором выделяются три характеристики:

- **тревога** (идёт мобилизация защитных сил организма),
- **резистентность** (необходимость приспособления к трудной ситуации),
- **истощение** (при длительном стрессе возможны фундаментальные изменения в здоровье и поведении человека).

Выделяются три возрастные группы, для которых наиболее болезненно протекает адаптация: первоклассник (6,5–7 лет), выпускник начальной школы – пятиклассник (9–11 лет) и старшеклассник (15–16 лет).

В сентябре многие дети впервые **пошли в первый класс**. Как эмоционально и психологически подготовить ребёнка к школе, как сделать поход в школу праздником, а не очередным стрессом? Такие вопросы мне как педагогу-психологу школы часто задают родители.

Ребёнок должен чувствовать, что его любят таким, какой он есть, что родители всегда придут к нему на помощь.

Чтобы ребёнок легко вошел в школьную жизнь, с ним нужно заниматься, даже если домашних заданий для первоклассников нет. Это может быть совместное чтение книг, решение простейших математических и логических заданий, рисование, лепка и др. Занятия должны быть такими, чтобы ребёнок почувствовал: они ему много дают. Если он видит, что вы, родители, серьезно относитесь к занятиям, что для вас это не повинность, то, желая вас порадовать, ребёнок будет заниматься охотно. Ни в коем случае нельзя противопоставлять эти занятия другим, более приятным: «Если хочешь поиграть в компьютер – сначала почитай». Тогда это будет выглядеть как плата за удовольствие.

Вроде совсем недавно был этот волнующий день – первый раз в первый класс, а прошло уже четыре года!

**Что же нужно знать родителям,
чтобы облегчить жизнь пятикласснику,
да и себе тоже?**

В средней школе коренным образом меняются условия обучения, и перед детьми встают достаточно сложные задачи: приспособиться к новой для них кабинетной системе, различным стилям педагогической деятельности и личностным особенностям нескольких незнакомых для них учителей-предметников, а также к самостоятельной организации своей учебной деятельности. Проблем много, но радует то, что переход в среднюю школу совпадает с концом детства - достаточно стабильным периодом психического развития детей. Это, несомненно, облегчает адаптацию пятиклассника к новым учителям и новым условиям. Этот момент очень важен для родителей: необходимо быть как можно внимательнее к своему ребенку, стараться быть в курсе всех его дел, проблем, взаимоотношений, чтобы вовремя скорректировать его поведение, посоветовать, как лучше себя вести или поступить.

Желание хорошо учиться, делать все так, чтобы взрослые были довольны, достаточно сильно у пятиклассников. Отмечавшееся к концу начальных классов снижение интереса к учебе, определенное «разочарование» в школе сменяются ожиданием перемен. Дети ждут, что им станет интересно. Это обязательно надо учитывать и стараться поддерживать у детей познавательную потребность и мотивацию.

Часто индивидуальные особенности пятиклассников (повышенная медлительность или импульсивность, робость, чрезмерная чувствительность к замечаниям и т.п.), к которым приспособился учитель начальных классов, неожиданно становятся «камнем преткновения» в средней школе. Для решения этой проблемы не надо стесняться обращаться за советами к психологам, которые помогут вам разобраться в ситуации и наладить оптимальное взаимодействие учителя с вашим ребенком.

Уже во втором классе в начале учебного года многие родители обращаются с вопросом: «Как добиться хороших отметок?» Отметка и оценка – это несколько разные вещи. Наша пятибалльная система является не совсем точной, она не всегда дает объективную картину успешности ребёнка. Часто при получении первых отметок во втором классе или переходе из начальной школы в среднюю дети испытывают много стрессов, успеваемость падает. Главное – смотреть не на то, какие отметки у ребёнка, а насколько глубоки его знания, нравится ли ребёнку заниматься. Не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми! Любите его таким, какой он есть! Если вы отслеживаете успеваемость ребёнка, помогаете ему готовить задания, отвечаете на его вопросы и видите, что ребёнок перестал понимать, значит, этот предмет не усваивается и нужно искать причину.

Часто причиной бывает переходный возраст: в шестом-седьмом классе обучение уже не на первом месте, появляются другие интересы, ребята понимают, что в жизни есть и другие стороны.

Отметку всегда нужно воспринимать спокойно, пытаться разобраться, за что она поставлена. Попытаться выяснить, почему работа плохо выполнена. Если ребёнок объяснил, в чём дело, и вас устраивают его объяснения, бежать к учителю не нужно. Если же ситуация связана с учителем или с тем, что ребёнок не понимает предмета, тогда надо пойти к учителю, выяснить причину неуспеваемости, спросить, как помочь. Но начинать всегда нужно с беседы с ребёнком.

Какие особенности необходимо учитывать родителям старшекласников?

Если вашему ребенку пришлось перейти в другую школу, то для вас будут актуальны все советы, которые даны для родителей ранее. Если же он просто переходит в 10-й класс в своей школе, то процесс адаптации к новому статусу произойдет легче.

Например, в нашей школе №1 некоторые дети в этом возрасте определились со своими профессиональными предпочтениями благодаря элективному курсу в 9-м классе «Ценности и смысл профессиональной карьеры», который преподаю я, педагог-психолог.

Однако существуют и некоторые сложности во взаимодействии взрослых и детей. Это касается личной жизни подростков, куда вход родителям зачастую запрещен. При умелом дозировании общения, уважении права ребенка на личное пространство этот этап проходит безболезненно. Мнение сверстников в данный возрастной период представляется детям гораздо более ценным и авторитетным, чем мнение взрослых. Но только взрослые могут продемонстрировать подросткам оптимальные модели поведения, показать им на собственном примере, как надо строить отношения с миром. С этой целью в нашей школе введён курс «Психология» для обучающихся 10-11 классов, где на основе тренингов, ролевых игр, дискуссий мы со старшекласниками стараемся решать волнующие их вопросы.

В нашей школе работает служба примирения - медиации, как способ урегулирования споров между участниками образовательного процесса. Специалисты нашей школы готовы прийти вам на помощь.



Прочитав этот материал, родители, возможно, захотят узнать больше и подробнее изучить вопросы данной тематики. На моём сайте <http://jidkova.ucoz.ru/> вы найдете интересные и полезные материалы, ссылки на сайты, которые также могут помочь и заинтересовать вас.