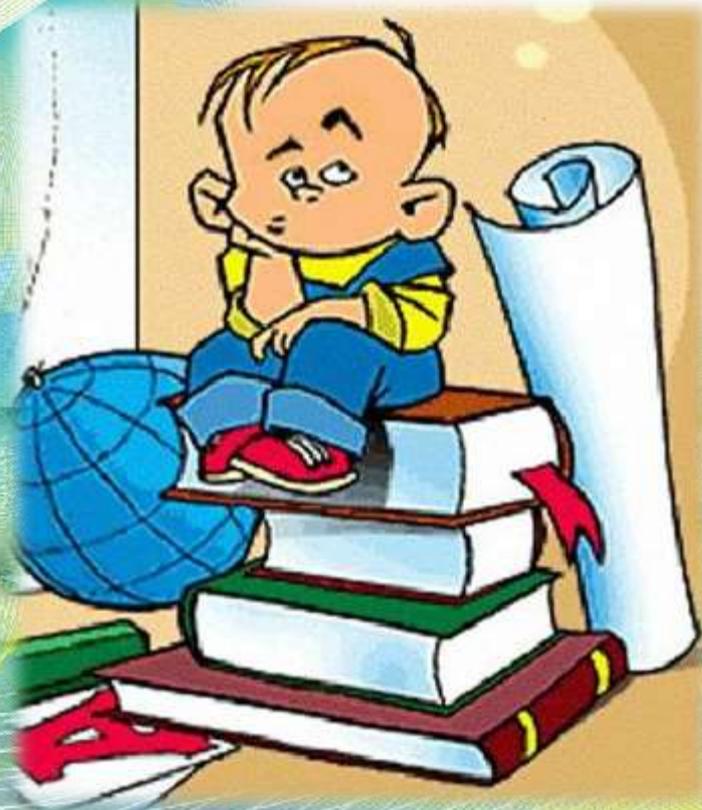


Муниципальное учреждение  
«Городской центр психолого–педагогической,  
медицинской и социальной  
помощи»

## *«Адаптация детей при переходе с среднее звено»*

*Лучший способ сделать детей хорошими –  
сделать их счастливыми.*  
Уайльд Оскар



*Ботякова Юлия Викторовна  
Педагог-психолог*

*ГЦ ППС.*

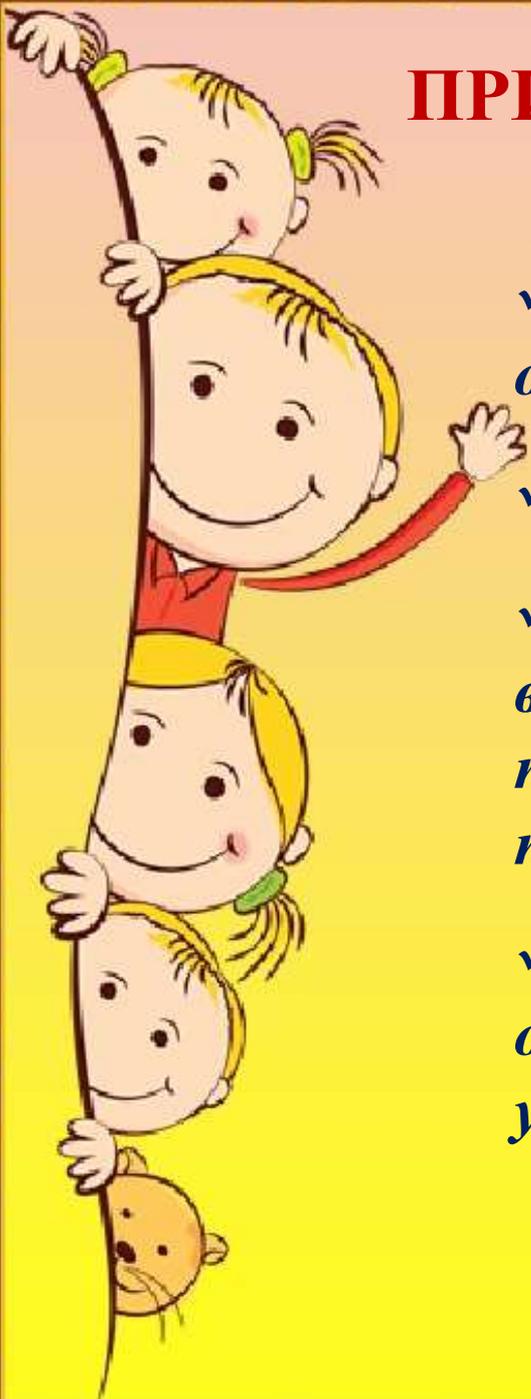
**АДАПТАЦИЯ – ЭТО ПРИВЫКАНИЕ,**  
**ПРИСПОСОБЛЕНИЕ.**  
**ЭТО ПРОВЕРКА ЗНАНИЙ И**  
**ПРОВЕРКА ЛИЧНОСТИ.**

**В НОРМЕ АДАПТАЦИЯ ДЛИТСЯ**  
**3-4 НЕДЕЛИ.**  
**ИНОГДА МОЖЕТ ЗАТЯГИВАТЬСЯ,**  
**ТОГДА АДАПТАЦИЯ ПРОБЛЕМНАЯ.**



# ПРИЗНАКИ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ:

- ✓ *удовлетворенность ребенка процессом обучения;*
- ✓ *ребенок справляется с учебной программой;*
- ✓ *высокая степень самостоятельности 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;*

- ✓ *жалобы на те или иные события, связанные со школой;*
- ✓ *беспокойный сон;*
- ✓ *трудности утреннего пробуждения, вялость;*
- ✓ *постоянные жалобы на плохое самочувствие.*



## ВОЗМОЖНЫЕ ПРОБЛЕМЫ:

**СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ В ЭТОТ ПЕРИОД МОЖНО ОХАРАКТЕРИЗОВАТЬ С РАЗЛИЧНЫХ ПОЗИЦИЙ. МЫ МОЖЕМ СТОЛКНУТЬСЯ:**

- *с низкой самоорганизацией;*
- *с рассеянностью;*
- *с недисциплинированностью;*

### Можем наблюдать:

- *снижение интереса к учебе и как следствие, снижение успеваемости.*

*Как правило, сопровождается появлением разного рода трудностей: неуверенность в себе, страхов неудач, частых волнений в ситуациях, связанных с решением каждодневных задач. И, как следствие: снижение самооценки, рост тревожности, раздражительность, капризность.*



## ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ:

### Изменение условий обучения.

#### **Было:**

ОДИН учитель, ОДНИ и те же ребята, ОДИНАКОВЫЕ требования.

#### **Стало:**

МНОГО учителей-предметников, МНОГО кабинетов. Часто дети переходят в другую школу, в другой класс (например, гимназический). Тогда прибавляется еще и новый коллектив, МНОГО новых ребят.

#### **Чем помочь:**

Выучить расположение кабинетов, имена новых преподавателей; точная запись расписания и звонков.



## ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ:

### Рассогласованность требований разных учителей-предметников.

#### Чем можно помочь?

- ❖ Увидеть плюсы этих "рассогласованностей". Ребенок учится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать трудности - а значит, учится взрослой жизни, где «многопотребовательность» - норма вещей. Это учит ребенка строить отношения с разными людьми, становясь более гибким.
- ❖ Помочь с запоминанием требований, правил и особенностей выполнения заданий.

## ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ:

### Снижение контроля.

- **Будьте терпеливы.** Чаще спрашивайте ребенка о школьной жизни. Контролируйте выполнение домашних заданий с учетом требования учителей.
- **Помогите классному руководителю организовать досуг ребят, взяв часть забот на себя.**
- **Если увидите проблемы, не затягивайте, подойдите к учителю, выясните причину появившихся сложностей. Расскажите об особенностях своего ребенка.**



## ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ:

### Пробелы в знаниях.

#### Чем можно помочь?

- Перед выполнением домашних заданий проверьте, усвоен ли классный материал;
- Просите ребенка объяснять, как он выполняет то или иное упражнение;
- Если ребенок все понимает, но проблема успеваемости стоит, то займитесь развитием мышления, памяти, внимания.

*Развитие этих психических процессов лучше всего пройдет в играх, потому что в игре проявляется более сильная мотивация (чем в учебной деятельности). Потом закрепленные навыки перенесутся на самую учебную ситуацию.*

## ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ:

**МЛАДШИЙ ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ  
(11- 12 ЛЕТ) – ЭТО ПЕРИОД БУРНОГО РОСТА И  
РАЗВИТИЯ ОРГАНИЗМА.**

### **Особенности возраста:**

- **интенсивный рост** (что приводит к временным функциональным расстройствам кровообращения, проявляющимся В ГОЛОВОКРУЖЕНИИ, ГОЛОВНЫХ БОЛЯХ, СРАВНИТЕЛЬНО БЫСТРОЙ УТОМЛЯЕМОСТИ).
- **начинается период полового созревания** (продолжается в среднем от 3 до 5 лет, у девочек изменяется форма скелета, у мальчиков в процессе взросления меняется голос);
- **повышенный обмен веществ** (необходимо следить за питанием);
- **резкая активизация деятельности желёз внутренней секреции** (гормональные изменения);

## Психологические особенности возраста:

- *Появляется чувство взрослости;*
- *Стремление к самонаблюдению и самопознанию;*
- *Усиление авторитета группы сверстников;*
- *Развиваются интересы ребенка, однако они еще не устойчивы и разноплановы;*
- *Высокая потребность в получении новых впечатлений и ощущений;*
- *Повышенная чувствительность, тревожность в сфере общения со сверстниками; раздражительность, возбудимость, иногда агрессия или апатия;*



*Любые переходные периоды в жизни человека  
всегда связаны с проблемами.*

*По исследованиям психологов :*

*За время обучения в 5 классе дети:*

- *упрямятся в среднем в 6 раз чаще, чем наблюдалось в 4 классе;*
- *в 10 раз возрастает количество случаев противопоставления себя учителям и родителям;*
- *в 7 раз увеличивается стремление поступать вопреки чужой воле;*
- *в 9 раз чаще наблюдается бравирование недостатками;*
- *в 5 раз чаще проявляется своеволие;*
- *в 42 раза больше стало недостаточно мотивированных поступков.*

# Как помочь ребенку?

- *Безусловное принятие ребенка;*
- *Проявление интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Старайтесь находить время для неформального общения со своим ребенком после прошедшего школьного дня;*
- *Знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы;*
- *Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей;*

## Как помочь ребенку?

- *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 сарказм или неуважение;*
- *Всегда сравнивайте результаты ребенка только с его же результатами;*
- *Поощряйте интересы ребенка, поддерживайте его, даже если интересы часто меняются;*
- *Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.*



## Как помочь ребенку?

- **Не ругайте** детей за плохие отметки, тогда они не будут хитрить и обманывать. Напротив, между вами установятся доверительные отношения;
- **Интересуйтесь** успеваемостью своего ребенка постоянно, а не в конце четверти, когда уже поздно исправлять двойку на тройку;
- Если ребенок уже пытался вас обмануть, мол, в школе все хорошо, но на проверку выходило иначе, почаще **получайте информацию "из первых рук"**. Учитель скажет вам правду;
- **Никогда не говорите плохо об учителе** в присутствии ребенка. Тем более не выносите поспешных приговоров. Помните, моральные нормы в ребенке закладывает не столько школа, сколько семья.



## Общаться с ребенком. Как?

- Постарайтесь уделять своему ребёнку хотя бы 10 минут в день;
- Если что-то в поведении ребёнка Вам не нравится, скажите ребёнку об этом **с точки зрения своих чувств**;
- Объясните ребёнку, что вы волнуетесь за него;
- Любое Ваше требование должно быть **разумным и аргументированным**.
- Если возник спор, **не вступайте в полемику**, лучше возьмите паузу, но желательно в этот же день «закрыть проблему», поговорив с ребёнком по душам, спокойно обсудив все разногласия;
- Расскажите ребёнку о том, что волновало вас в его возрасте (*опора на свои личные переживания в этом возрасте*);



- *Любите своего ребенка, и пусть он никогда не усомнится в этом!*
- *Принимайте ребенка таким, какой он есть, - со всеми достоинствами и недостатками!*
  - *Стремитесь понять своего ребенка, почаще ставьте себя на его место!*
- *Создайте условия для успеха. Дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым!*
  - *Не пытайтесь реализовать в ребенке свои несбывшиеся мечты и желания!*
  - *Помните, что воспитывают не слова, а личный пример!*
  - *Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми!*

***Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален!!!***



*В заключении!*

***О ТАЛАНТЕ :***

***РОДИТЕЛИ НЕ УМЕЮТ ЛЕНИТЬСЯ.***

***РОДИТЕЛИ УМЕЮТ НАБЛЮДАТЬ,  
ЧУВСТВОВАТЬ.***

***КАК РЕБЕНОК СПИТ? КАК ЕСТ? ПОЧЕМУ  
ПРОПАЛ АППЕТИТ? НЕ ИСПЫТЫВАЕТ ЛИ  
ОН ЧРЕЗМЕРНОЙ НАГРУЗКИ.***

***ТОЛЬКО БЛАГОДАря ЭТОМУ **ТАЛАНТУ,**  
**ТЕРПЕНИЮ И ЛЮБВИ** ВСЕ ТРУДНОСТИ  
НЕПРЕМЕННО ОКАЖУТСЯ  
ПРЕОДОЛИМЫМИ!***



**Муниципальное учреждение  
«Городской центр психолого-  
педагогической, медицинской и  
социальной помощи»**

**Адрес: 150014, г. Ярославль,  
ул. Б.Октябрьская, д.122  
(4852)21-71-93**

**Официальный сайт: <http://gc-pmss.ru>  
Группа «Vk»: «ГЦ ППМС Ярославль»  
( [http:// vk.com/gcpmss](http://vk.com/gcpmss))**