**Родительское собрание «Особенности адаптационного периода**

**обучающихся 5 класса»**

*Лихачева М.В., педагог-психолог МОУ «Лицей №1»*

*г. Ухта, Республика Коми*

**Цель:** психологическое просвещение родителей по вопросу адаптации ребенка к средней школе.

**Задачи:** формировать у родителей представление о роли и путях преемственности между начальным и средним звеньями школьного обучения, о посильной помощи детям в адаптации к новым условиям; знакомить родителей с возрастными психологическими особенностями пятиклассников; анализировать основные трудности, возникающие при переходе учащихся в среднюю школу.

**Ход собрания**.

1. *Психологический настрой. Приветствие.*

Добрый вечер, уважаемые родители! Мы очень рады видеть Вас сегодня, и благодарим за то, что Вы, несмотря на занятость, нашли время посетить родительское собрание.

**Родительский практикум в виде игры «Радуга  чувств»**

На доске  радуга, каждый цвет дуги выражает  самые разнообразные чувства, которые может испытывать человек.  После того, как Ваш ребёнок переступил школьный порог, в Вашей душе, в Вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили всё ваше существование. Выберите свою разноцветную дугу и назовите это чувство.

**Красный** – радость, восторг, оттого, что ваш ребёнок учится в данном классе, школе.

**Зелёный** – спокойствие за будущее моего ребёнка.

**Синий** – тревога, озабоченность, растерянность.

**Чёрный** – страх, ожидание беды, беспокойство.

Родители называют чувства, которые их переполняют. Такое задание позволяет выявить проблемы и трудности, возникающие в семьях.

1. *Выступление педагога-психолга.*

Ваши дети стали пятиклассниками. В чем же заключается сложность этого периода и как миновать «подводные камни», о которые «спотыкаются» и дети, и родители, и педагоги. Об этом и пойдет наш сегодняшний разговор.

 По мнению психологов, переход из начального в среднее звено традиционно считается одной из наиболее педагогически сложных школьных проблем, в период адаптации в пятом классе – одним из труднейших периодов школьного обучения. Состояние детей в этот период, с педагогической точки зрения, характеризуется низкой организованностью, учебной рассеянностью и недисциплинированностью, снижением интереса к учебе и результатам, с психологической – снижением самооценки, высоким уровнем ситуативной тревожности. Наблюдение за детьми, общение с ними в этот период показывает, что они очень рассеяны, не могут понять, как теперь им надо общаться с педагогом, какие требования обязательны для выполнения, а какие - нет.

 Давайте рассмотрим те трудности, с которыми сталкиваются ученики при переходе в пятый класс.

**1: изменение условий обучения.** Учась в начальной школе, ребенок был ориентирован на одного учителя. Именно у него надо было завоевать авторитет. Уже через некоторое время после начала учебы этот учитель знал, на что способен ваш ребенок, как его ободрить, поддержать, помочь разобраться в сложной теме. Ребенок спокойно развивался, приобретал знания в одном кабинете, с одним основным учителем, его окружали одни и те же ребята, и требования к выполнению заданий и ведению тетрадей были одинаковые. Все было привычно.

При переходе же в 5 класс ребенок сталкивается с проблемой множественности: много учителей-предметников, разные кабинеты, новые учебные предметы. Кроме этого ребенок должен привыкнуть к новой школьной обстановке, сменив уют своей родной классной комнаты на необходимость постоянно перемещаться с этажа на этаж, из кабинета в кабинет. За первые дни, недели в школе ребенок привыкает к новой системе, постепенно адаптируется.

**2: изменение требований.** Еще усложняет период адаптации рассогласованность требований разных учителей-предметников. Один просит завести тетрадь в 48 листов, другой тоненькие тетрадки, но их должно быть 3 штуки. Преподаватель русского языка требует все выделить зеленой ручкой, преподаватель математики – карандашом. И т.д. Как быть в этом случае? Во-первых, постарайтесь увидеть плюсы этих «рассогласованностей». Эти «мелочи», которые по началу так затрудняют школьную жизнь ребенку, приносят и пользу. Ребенок учится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать трудности – а значит, учится взрослой жизни, где «многотребовательность» - норма вещей. Во-вторых, это учит ребенка строить отношения с разными людьми, становясь более гибким.

**3: отсутствие контроля.** Всю начальную школу вашему ребенку помогал один учитель. Он выполнял функцию и учителя, и классного руководителя, и контролера. Быстро выучив все особенности ребенка, учитель помогает контролировать учебный процесс. Одному ребенку напомнит, что надо выполнить домашнее задание, другому – чтобы тот принес карандаши, третьему простит невыполненное упражнение и останется с ним после уроков. Учитель мог отслеживать выполнение всех заданий всеми учениками. При переходе в пятый класс такой индивидуальный подход нарушается. Происходит как бы обезличивание школьника. Есть только пятиклассники в целом. У каждого предметника большая нагрузка и много учащихся с разных параллелей.

Вам, родители, нужно стараться быть более терпеливыми. Чаще спрашивайте ребенка о школьной жизни. Контролируйте выполнение домашних заданий с учетом требований учителей. При возможности помогите классному руководителю организовать досуг ребят, взяв часть забот на себя (и родительский комитет). Если увидите проблемы, не затягивайте, подойдите к учителю, выясните причину появившихся сложностей. Расскажите об особенностях своего ребенка.

**4: пробелы в знаниях.** Не усвоив тему в пятом классе, ребенок рискует не понять материал следующий. Материал усложняется от урока к уроку. И если предыдущие темы были не усвоены, то школьник потянет этот шлейф дальше, затягивая узел незнаний.

Что же делать? Перед выполнением домашних заданий проверьте, усвоен ли классный материал. Важно добиться, чтобы ребенок понимал мельчайшие детали выполнения заданий и мог выполнить аналогичные. Просите ребенка объяснять, как он выполняет то или иное упражнение, почему именно эти вычисления применяют при выполнении определенных задач. Если ребенок все понимает, но проблема успеваемости стоит, то займитесь развитием мышления, памяти, внимания, поскольку и наблюдательность, и внимательность, и способность увидеть мельчайшие детали – все это поможет разбору и усвоению материала. Или обратитесь за этой помощью к школьным психологам.

 Сложность этого периода заключается не только в изменении условий связанных с учебной деятельностью, но и с **переходом на новую ступень своего психофизического развития**, т.е. на новый этап возрастного развития. Десять лет — это и начало полового созревания. Происходит сложнейшая физиологическая перестройка в организме, дети ее очень тяжело переживают, иногда даже происходят психологические срывы. Изменяется тело, ребенок воспринимает себя по-новому, и может быть много проблем, если в силу каких-то причин он не принял себя и не полюбил.

 В этот период **дети утрачивают ту самооценку**, которая была до этого. В младшей школе она складывалась из оценки взрослых и того же учителя. Баллы за ответ на уроке дети воспринимали как оценку своей личности. Младшие школьники на вопрос: «Кто у вас самый лучший в классе?» обязательно назовут отличников. Но в пятом классе такое представление о «хорошисте» уже начинает меняться. Прибавьте к этому гормональную разбалансировку организма, которая беспощадно «бьет» по нервной системе, и вы поймете, почему ребенок неуравновешен, раздражителен, более утомляем и вообще переживает не самые счастливые дни своей жизни.

 Для пятиклассника, приходящего в школу 1 сентября, все оказывается новым. Возникает необходимость к **адаптации** – привыкании к новым условиям обучения. Ее успешность зависит не только от интеллектуальной готовности ребенка, но и от того, насколько хорошо он умеет общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях.. поэтому **среди трудностей школьной жизни** можно выделить следующие:

* возросший темп работы: ученики, не умеющие быстро писать, не успевают;
* увеличившийся объем работы как на уроке, так и дома;
* новые требования по оформлению работ;
* необходимость самостоятельно находить дополнительную литературу и работать с ней.

 Свидетельствовать **о трудностях адаптации** могут следующие признаки:

* усталый внешний вид школьника;
* нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне;
* стремление избежать разговоров о школьных событиях, переключить внимание взрослого на другие темы;
* нежелание выполнять домашние задания;
* негативные отзывы о школе, учителях, одноклассниках;
* жалобы на события, связанные со школой;
* беспокойный сон;
* трудности утреннего пробуждения, вялость;
* постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Таким образом, наша с вами единая задача – **создать условия** для успешной учебы детей в пятом классе. **Самое главное – помочь ребенку адаптироваться к новым условиям, обеспечить его дальнейшее поступательное развитие и психологическое благополучие.**

**Сколько же длится адаптация к 5 классу?**

 В среднем один-два месяца. Обычно к началу осенних каникул ребенок уже входит в нормальный рабочий режим: хорошо себя чувствует, достаточно легко встает утром и без проблем засыпает, активен и жизнерадостен в течение дня. Ему хватает времени и на выполнение домашних заданий, и на увлечения, и на общение с друзьями, и на семейные дела. Ребенок делится своими переживаниями, и вам известно, какие учебные предметы ему нравятся, а какие вызывают трудности.

 **В начале учебного года будьте предельно внимательными к своему ребенку, замечайте малейшее изменение в его настроении, отношении к школе.** Раньше он приходил и охотно рассказывал, что было в школе, а теперь молчит, не рассказывает? Это уже сигнал: ему не комфортно, он что-то пытается скрыть и боится вам рассказать, или он не понимает, что происходит. Помогите ему, посоветуйтесь со школьным психологом, не останавливайте себя известным: «Да что я побегу с такой маленькой проблемой?». Ведь из маленькой проблемы может получиться большая, а этого допустить никак нельзя. Хотя есть дети, у которых достаточно внутренних ресурсов, чтобы справиться с возникшими трудностями, и этого даже никто не заметит. Но и других ребят нужно постоянно поддерживать и учить, как преодолевать «подводные течения». Нужно помнить и то, что ребенок дома, на улице и в школе — это три разных человека. И это не значит, что он такой лицемер. Ведь выполняя определенную социальную роль, он научился соответствующим способам поведения. В роли ребенка знает, как быть послушным, чтобы от мамы с папой что-то получить. Когда он выполняет роль ученика, пытается подстроиться под каждого учителя и опять же делать так, как каждому из них нравится. Поэтому на разных уроках у разных учителей он может вести себя по-разному, методом проб и ошибок выстраивая свои отношения. И «таким» мама его не видит. Поэтому так желателен в пятом классе контакт педагогов и родителей.

1. *Работа в группах. Обсуждение ситуаций*

*Ситуация 1.* Родители записали пятиклассника с первых дней учебы дополнительно в кружок рисования, спортивную секцию и на занятия с репетитором. Затем стали замечать, что ребенок стал рассеянным, вялым, потерял интерес к учебе и занятиям творчеством, и спортом. Но продолжали через силу заставлять ребенка заниматься рисованием и спортом. Правы ли родители? А как поступили бы Вы?

Мнение: В пятом классе происходит изменение режима дня ребенка в сравнение с начальной школой, увеличение физической и умственной нагрузки. Перебарщивание с дополнительной нагрузкой может отрицательно сказаться на желании учиться, а также повлиять на его психофизиологическое самочувствие. Необходимо введение в рацион питания больше витаминов, процедур закаливания, максимальное развитие двигательной активности. В занятиях, увлечениях прислушиваться к мнению ребенка, пятиклассник хочет выбирать сам, что ему интересно, чем заниматься.

 *Ситуация 2*. Ученица пятого класса, будучи отличницей в начальных классах, показывает маме в дневнике тройку по самостоятельной работе. Мама ругает девочку и очень переживает за успехи дочери. Права ли мама? Как поступили бы вы в этой ситуации?

Мнение: Конечно же, маму девочки очень интересуют успехи дочери. Но, частое непонимание, непринятие родителями своего ребенка из-за неудач, с которыми он столкнулся, может привести к тому, что мир взрослых в целом и школа как часть его могут стать для ребенка враждебными, опасными. А это, как правило, приводит с одной стороны, к утрате доверия между взрослыми и детьми, а с другой, является источником невротических реакций, неврозов и других нервно-психических и соматических расстройств.

*Ситуация 3*.Ребенок стал часто приглашать домой своих друзей, одноклассников, много времени общается вне школы, по мнению родителей это стало отрицательно сказываться на учебе. Родители категорично заявили ребенку о том, что сначала учеба, а потом друзья. Правы ли родители? Как бы вы поступили в этой ситуации?

Мнение: В подростковом возрасте и в период обучения в среднем звене важным для ребенка становиться общение с друзьями, учебная деятельность отступает на задний план, здесь очень важно знакомство родителей с друзьями и одноклассниками.

*Ситуация 4*  Родители не узнают своего ребенка: появилось упрямство, негативизм, безразличие к оценке успехов. В качестве воспитания используют физические меры наказания, ругают в присутствии других людей, лишают ребенка удовольствий. Правы ли родители? Как бы вы поступили в этой ситуации?

Мнение: особенности развития ребенка с 11 летнего возраста проявляются в трудностях в отношениях с взрослыми и здесь недопустимы физическое и психическое давление на ребенка. Сравнивая себя с взрослыми, младший подросток приходит к заключению, что между ним и взрослыми никакой разницы нет. Он начинает требовать от окружающих, чтобы его больше не считали маленьким, осознает, что также обладает правами. Но при всей кажущейся взрослости ребенок имеет огромную потребность в признании его взрослости окружающими.

*Ситуация 5* Родители стали замечать, что ребенок стал скрытным, замкнутым, неохотно делится впечатлениями о делах в школе, у него появились секреты. Родители не знают, как быть в этой ситуации. А как поступили бы вы?

Мнение: вступая в младший подростковый возраст, дети больше начинают ориентироваться на себя, свой внутренний мир, свои фантазии, многие начинают вести дневник и степенью доверия к взрослым, определяется степень откровенности ребенка.

1. *Подведение итогов.*

Дорогие родители, сегодня вы получили представление о трудностях, с которыми сталкиваются дети, при переходе в 5 класс, почувствовали проблемы школьников.

Вы осознали что , переход в 5 класс – это новый этап в жизни ребенка, и оттого насколько будет оказываться поддержка родителей, зависит успешность и адаптации к среднему звену, и всей последующей школьной жизни. Мы, взрослые, должны помочь детям принять и понять новую систему требований, наладить отношения с педагогами, найти свое место в школьном коллективе. Поверьте, это возможно. Ваши дети будут приносить вам только радость и непременно стремиться к лучшему.

В заключение нашего собрания предлагаю вам один флештренинг, который называется «Мудрец». (Показывается флештренинг по притче «Мудрец»)

 ***Притча Мудрец***

Это произошло давным-давно. В одном городе жил мудрец. Все люди города обращались к нему с вопросами, и на все он давал свой мудрый ответ. Как-то один человек решил перехитрить мудреца. Поймал он бабочку, легко зажал ее в свой кулак и пошел к мудрецу. Думает: «Спрошу я: какая у меня в руке бабочка – живая или мертвая? Если мудрец, скажет, что живая, то я зажму сильнее кулак, придавлю ее и покажу, что вот, мол, мертвая. А если мудрец скажет, что мертвая, то выпущу ее, пусть летит». Так и сделал: поймал человек бабочку и пошел к мудрецу. Пришел и говорит: «Мудрец, ты у нас все знаешь, тогда скажи, живая у меня в руке бабочка или мертвая?» Мудрец подумал и сказал: «Все в твоих руках».

То же можно сказать и вам: «Все в ваших руках» Желаем удачи!

Благодарю всех за внимание!

**Литература:**

Андрияхина, Н. Как помочь пятикласснику?/ Н. Андрияхина // Школьный психолог. - № 30. – 2003

Грубкина,Т, Родительский клуб / Т, Грубкина // Школьный психолог. - № 25 .- 2000.

Коблик, Е.Г. Первый раз в пятый класс. Программа адаптации детей к средней школе / Е.Г. Коблик.- М.: Генезис, 2003

Курбеко, И.В. Ваш ребенок – пятиклассник/ И.В. Курбеко// Пачатковая школа. - № 4 – 2011.

 *Приложение*

**Рекомендации для родителей будущих пятиклассников**

 Первое условие школьного успеха пятиклассника **– *безусловное принятие ребёнка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.***

* Обязательное проявление интереса к школе, классу, в котором учится ребёнок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребёнком после прошедшего школьного дня.
* Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.
* Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
* Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
* Учёт темперамента ребёнка 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 насилие, сарказм и жестокость.
* Предоставление ребёнку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учёбной деятельностью.
* Поощрение ребёнка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребёнка.
* Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребёнка.