

## **Родительское собрание «Трудности адаптации пятиклассника к школе»**

Штурмуйте каждую проблему с энтузиазмом...  
как если бы от этого зависела Ваша жизнь.  
Л. Кьюби.

### **Задачи:**

1. Познакомить родителей с особенностями адаптации детей к обучению в 5 классе.
2. Предложить практические советы по адаптации ребенка к школе.

### **Основные вопросы для обсуждения:**

1. Физиологические и психологические трудности адаптации пятиклассников к школе.
2. Система взаимоотношений с ребенком в семье в период адаптации к школьному обучению.
3. Родительский практикум по проблеме.

### **Ход собрания**

#### **1. Физиологические и психологические трудности адаптации пятиклассников к школе**

В настоящее время переход в среднее звено совпадает с концом детства - достаточно стабильным периодом развития, что создает благоприятные условия для адаптации школьника к обучению в средних классах.

Как показывает практика, большинство детей переживает этот переход как важный шаг в их жизни. Они гордятся тем, что "уже не маленькие". Кроме того, определенная часть детей осознает такой переход как шанс заново начать школьную жизнь, наладить не сложившиеся или не устраивающие школьника отношения с педагогами.

С другой стороны, переход из начальной школы в среднюю связан с возрастанием нагрузки на психику ученика.

Психологические и психофизиологические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в пятом классе школьники переживают период адаптации к новым условиям обучения, во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе.

Резкие изменение условий обучения, разнообразие и качественное усложнение требований, предъявляемых к школьнику разными учителями - все это является довольно серьезным испытанием для психики школьника.

В адаптационный период дети могут стать более тревожными, робкими, или, напротив, "развязными", чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снижаться работоспособность, повышаться неорганизованность. Они могут стать забывчивыми, иногда нарушается сон, аппетит... Исследовательские данные свидетельствуют о том, что 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.

### **Игра «Корзина чувств»**

Уважаемые мамы и папы! Представьте, что у меня в руках корзина, в которой находятся самые разнообразные чувства, позитивные и негативные, которые может испытывать человек. После того, как ваш ребенок переступил школьный порог, в вашей душе, в вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили все ваше существование. Опустите руку в корзину и возьмите то чувство, которое вас переполняет более всего в тот период времени, когда ребенок находится в школе, и назовите это чувство.

Родители называют чувства, которые их переполняют, от которых они страдают. Такое задание позволяет выявить проблемы и трудности семей, связанные со школьным обучением ребенка, и помогает обсудить эти проблемы в ходе собрания.

### **Обсуждение вопроса «Физиологические проблемы пятиклассников и условия адаптации уч-ся к школе»**

Обратить внимание родителей на следующие моменты:

- а) изменение режима дня ребенка в сравнении с начальной школой, увеличение физической и умственной нагрузки;
- б) быстрое физиологическое взросление многих детей, гормональные изменения в организме;
- в) изменения в питании ребенка, связанные с его большей самостоятельностью.

### **Рекомендации для родителей**

Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий.

Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение светового режима.

Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.

Обязательное введение в рацион детей витаминных препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания ребенка.

Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка.

Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как главных условий сохранения здоровья.

### **Обсуждение вопроса «Психологические проблемы адаптации ребенка к школьному обучению и условия их успешного преодоления»**

В начале пятого класса в поведении детей можно наблюдать многие негативные проявления:

1. Снижение интереса к учебе.

Ребенок не хочет идти в школу, его трудно усадить за уроки. Многие пятиклассники не записывают задание в дневник, чтобы родители не смогли их проконтролировать. Записи в тетрадях и дневниках становятся небрежными: куда-то пропадает старательность и аккуратность. Ребенок, которого было не оторвать от книги, теперь не хочет брать ее в руки.

2. Снижение успеваемости.

Дети допускают ошибки даже в тех случаях, которые были хорошо отработаны ранее. Теряются умения и навыки, приобретенные в начальной школе: хуже становится техника чтения, пересказы даются с трудом, ухудшаются вычислительные навыки и т.д. Многие пятиклассники начинают хуже запоминать материал урока.

3. Напряженные отношения между детьми.

Еще вчера дружный класс становится просто группой детей, возникают конфликты, драки, ссоры.

4. Повышенная тревожность.

5. Непредсказуемые реакции.

С этим явлением постоянно сталкиваются родители и учителя.

6. Отстранение от взрослых.

Очень опасный фактор, который нужно не проглядеть. Часто свои трудности дети плохо осознают, считают, что все дело только в них самих, и не делятся переживаниями с родителями. У родителей создается впечатление полного благополучия. Очень важно мамам и папам уловить изменения в поведении ребенка, понять их причину и вовремя оказать помощь.

Давайте разберемся, какие факторы делают процесс адаптации пятиклассников таким непростым.

1. Смена учителя.

В начальных классах учитель – это вторая мама для детей. Отношения между учителем и учащимися чаще всего строятся по принципу домашних, родственных отношений. Учитель не просто преподает предметы, он учит обслуживать себя, заботится, чтобы ребенок был хорошо одет, сыт. Дети, в свою очередь, чувствуют себя защищенными со своей первой учительницей. И вдруг им предлагают «сменить маму».

2. Много учителей.

Появляется множество разных учителей, каждый со своим характером, со своими требованиями и привычками. Часто учителя ждут от детей, что те к ним приспособятся, никак не облегчая школьникам процесс приспособления к ним самим. Трудности у пятиклассников могут вызывать и необходимость на каждом уроке приспособиться к своеобразному темпу, особенностям речи, стилю преподавания каждого учителя.

3. Новые предметы.

Если раньше ежедневно ученики готовились к 2-3 предметам, то теперь приходится готовиться к 4-5. На первых порах появление новых предметов и новых учителей вызывает интерес у пятиклассников. Поэтому на вопрос: «Ну, как тебе в школе?» они часто отвечают: «Хорошо, интересно, здорово!» Успокоенные взрослые перестают волноваться слишком рано. По-настоящему ощутить трудности новых предметов дети могут только месяца через два, а иногда и позже.

#### 4. Новые требования.

Что же может затруднять адаптацию детей к средней школе? Прежде всего, это рассогласованность, даже противоречивость требований разных педагогов: в тетради по математике поля должны быть с двух сторон, в тетради по русскому языку - с одной, а по иностранному языку - нужны три тетради, и каждая из них ведется по-разному; учительница истории требует, чтобы, отвечая урок, ученик придерживался сведений, изложенных в учебнике, а учительница литературы хвалит за собственное мнение и т.п.

Количество таких “мелочей”, противоречивость требований нередко существенно затрудняют жизнь школьника. Школьник впервые оказывается в ситуации множественности требований, и если он научится учитывать эти разные требования, соотносить их, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни.

#### 5. Отсутствие постоянного кабинета.

Взрослым может показаться, что никаких трудностей здесь нет. Какая разница, в каком кабинете проходит урок. Такое мнение возникает из-за незнания психологии детей. На самом деле отсутствие своего места, своей территории, необходимость на каждой перемене сложить вещи и перейти в другой кабинет, сама проблема перетаскивания большого количества вещей с места на место вызывает у школьников чувство дискомфорта.

## 2. Система взаимоотношений с ребенком в семье в период адаптации к школьному обучению

В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, но при этом достаточно четкий режим, сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.

- Воодушевите ребенка рассказывать дома о своих школьных делах.

Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: “Как прошел твой день в школе?” Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребенком о школе.

Запоминайте отдельные имена, события и детали, о которых ребенок сообщает вам, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Кроме того, обязательно спрашивайте вашего ребенка о его одноклассниках, делах в классе, школьных предметах, педагогах.

- Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.

Без колебаний побеседуйте с учителем, если вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой, или о взаимосвязи его школьных и домашних проблем. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребенка не реже, чем раз в два месяца.

Во время любой беседы с учителем выразите свое стремление сделать все возможное для того, чтобы улучшить школьную жизнь ребенка. Если между вами и учителем возникают серьезные разногласия, прилагайте все усилия, чтобы мирно разрешить их. Не вовлекайте в ситуацию непонимания своего ребенка. Иначе вы можете случайно поставить его в неловкое положение выбора между преданностью вам и уважением к своему учителю.

- Знайте школьную программу ребенка и особенности школы, где он учится.

Вам необходимо знать, какова школьная жизнь вашего ребенка, и быть уверенным, что он получает хорошее образование в хороших условиях. Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом школы. Используйте любые возможности, чтобы узнать, как ваш ребенок учится. Следует также иметь информацию о дисциплинарных правилах, установленных в школе и классе, различных возможностях обучения, предоставляемых школой вашему ребенку.

- Помогите 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 этих установок. Это поможет вам сформировать хорошие привычки к обучению. Проявите свой интерес к этим 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.

- Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.

Выясните, что вообще интересует вашего ребенка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Или любовь ребенка к играм можно превратить в стремление узнавать что-нибудь новое.

Ищите любые возможности, чтобы ребенок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности. Например, поручите ему рассчитать необходимо количество продуктов для приготовления пищи или необходимо количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.

- Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.

Такие события, как первые несколько месяцев в школе, начало и окончание каждого учебного года, переход из начальной школы в среднюю и старшую, могут привести к стрессу ребенка школьного возраста. При любой возможности пытайтесь избежать больших

изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий. Спокойствие домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе.

### **Рекомендации для родителей**

Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, к каждому прожитому дню.

Неформальное общение со своим ребенком после школьного дня.

Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.

Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей, лишение удовольствий, психические наказания.

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 насилие сарказм и жестокость.

Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.

Поощрение ребенка, и не только за учебу. Моральное стимулирование достижений ребенка.

Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников во время адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку и с их помощью готовить ребенка к взрослой жизни.

Не отнимай чужого, но и свое не отдавай.

Попросили - дай, пытаются отнять - старайся защищаться.

Не дерись без причины.

Зовут играть - иди, не зовут - спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.

Играй честно, не подводи своих товарищей.

Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.

Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.

Из-за отметок не плачь, будь гордым.

С учителем из-за отметок не спорь и не обижайся. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они у тебя обязательно будут.

Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

Старайся быть аккуратным.

Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.

Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты - неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

Очень хорошо, если родители поместят свод этих правил в рабочем уголке ребенка на видном месте. Желательно обращать внимание ребенка на то, какие правила у него получается выполнять, а какие - нет, и почему.

### **3. Родительский практикум по проблеме**

Анкетирование родителей.

Уважаемые родители! Ваш ребенок учится в 5 классе уже месяц. Какие-то трудные моменты в его учебной деятельности не всегда заметны педагогам и классному руководителю. Хотелось бы, чтобы ваши ответы на вопросы данной анкеты помогли вашему ребенку быстрее и успешнее адаптироваться к обучению в 5 классе.

1. Какие учебные предметы даются вашему ребенку легко?
2. По каким предметам подготовка домашнего задания вызывает у него затруднение?
3. С чем это, по вашему мнению, связано?
4. Какая помощь нужна вашему ребенку со стороны учителя по предмету, классного руководителя?
5. Что бы вы хотели посоветовать учителю - предметнику в организации общения с вашим ребенком на уроке?

## Анкета для родителей

Уважаемые родители! Ваш ребенок учится в 5 классе уже месяц. Какие-то трудные моменты в его учебной деятельности не всегда заметны педагогам и классному руководителю. Хотелось бы, чтобы ваши ответы на вопросы данной анкеты помогли вашему ребенку быстрее и успешнее адаптироваться к обучению в 5 классе.

1. Какие учебные предметы даются вашему ребенку легко?

---

---

2. По каким предметам подготовка домашнего задания вызывает у него затруднение?

---

---

3. С чем это, по вашему мнению, связано?

---

---

4. Какая помощь нужна вашему ребенку со стороны учителя по предмету, классного руководителя?

---

---

5. Что бы вы хотели посоветовать учителю - предметнику в организации общения с вашим ребенком на уроке?

---

---

---

---

## Рекомендации родителям пятиклассников

1. Ежедневно интересуйтесь школьными делами детей, проявляя внимание и терпение, не ограничивайтесь фразами; «Что получил?», «Как дела?», расспрашивайте о настроении, проявляйте эмоциональную чувствительность, делитесь чувствами.
2. Не скупитесь на похвалу, замечайте даже незначительные успехи и достижения.
3. При встрече с неудачами в учебе старайтесь разобраться вместе, найти выход, предвидеть последствия действий.
4. Не запугивайте ребенка. Страх притупляет деятельность ребенка.
5. Принимайте участие в жизни класса и школы.
6. Подавляйте в себе искушение немедленно использовать любую ошибку ребенка для его критики.
7. Выработайте памятку по выполнению домашнего задания.
8. Если ребенок просит о помощи в подготовке домашнего задания, не отказывайте ему. Но не выполняйте за ребенка, просто оказывайте поддержку.
9. Не высказывайтесь негативно о школе, об учителях в присутствии ребенка, даже если вам кажется, что для этого есть повод. Постарайтесь разобраться в возникшей проблемной ситуации. Лучше, чтобы учитель был вашим союзником. Создавайте у ребенка позитивное отношение к школе.
10. Успех или неуспех влияет на мотивацию учения, поэтому особое внимание нужно уделить формированию правильного отношения детей к ошибкам, неудачам, промахам, неудачам. Ведь это толчок к самосовершенствованию, к тому, чтобы стать лучше, сильнее, опытнее.
11. Не принуждайте детей работать на «оценку», так как это все больше провоцирует школьные страхи, связанные у детей с неуверенностью в своих силах, тревогой по поводу негативных оценок или их ожидания.
12. Контролируйте ребенка, делая ему замечания, ругая его, объясните: «за что...».
13. Обеспечьте своему ребенку соблюдение оптимального для этого возраста режима дня и удобное рабочее место дома.
14. Позаботьтесь о том, чтобы у вашего ребенка были друзья, товарищи из класса, приглашайте их в свой дом. Создайте ребенку эмоциональный комфорт дома, научитесь правильно общаться с подростками.
15. Радуйтесь достижениям своего ребенка. Не позволяйте себе сравнивать его с другими детьми, давайте оценку не самому ребенку, а его поступкам.