**Выступление на МО классных руководителей**

**Рекомендации классным руководителям для помощи в адаптации учащихся 5 классов**

Основные проблемы, возникающие в период адаптации к условиям обучения в средней школе у пятиклассников.

Практически любой учитель скажет, что начало пятого класса - сложный период, и не только для ребенка, но и для учителей, и для родителей. Проблем много, и они не ограничиваются рамками учебного процесса, но связаны и с организацией жизни в школе в целом. И хотя каждая школа — сложный и своеобразный *«организм»*, но многие трудности, переживаемые учениками в этот период, похожи. Так, в большинстве случаев сами пятиклассники указывают, что в школе стало сложнее,потому что:

• очень много разных учителей *(их надо запомнить, привыкнуть к требованиям каждого)*

• непривычное расписание *(новый режим)*;

• много новых кабинетов, которые неизвестно как расположены, новое здание школы;

• новые дети в классе *(или я сам в новом классе)*;

• новый тьютор;

• в средней школе мы снова - самые маленькие, а в начальной были уже большими.

• проблемы со старшеклассниками *(например, в столовой или в туалетной комнате)*

Успешность адаптации младшего подростка зависит не только от интеллектуальной готовности, но и от того, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях.

Например, усиливается страх не соответствовать ожиданиям окружающих, который в этом возрасте, как правило, сильнее, чем страх самовыражения. Для ребенка младшего подросткового возраста чрезвычайно важно мнение других людей о нем и о его поступках, особенно мнение одноклассников и учителей. Постоянный страх не соответствовать ожиданиям окружающих приводит к тому, что и способный ребенок не проявляет в должной мере свои возможности. Кстати, дети очень способные живут в быстром ритме, увлекаются шахматами, английским языком, информатикой, и может быть, поэтому физиологическая сопротивляемость стрессу у них низкая. Родители, заботясь об образовании детей и их успешности в будущей жизни и беспокоясь *«как бы чего не случилось на улице, ведь время такое сложное»*, предпочитают загружать свободное время ребенка образованием, хотя именно эти дети нуждаются в щадящем режиме и специальных навыках управления стрессом, и, может быть, - в особом внимании медиков. Трудности и страхи в отношениях с учителями испытывают от трети до половины всего числа пятиклассников. В свою очередь, родители, принуждая детей работать на *«оценку»*, все больше провоцируют школьные страхи, связанные у детей с неуверенностью в своих силах, тревогой по поводу негативных оценок или их ожидания. Это представляет особую проблему в период адаптации *«пятиклашек»* к школьной жизни, когда стремление ребенка хорошо выполнять все предъявляемые школой требования, показать себя с лучшей стороны побуждает его проявлять высокую активность. При переходе из младшей в среднюю школу дети особо нуждаются в установлении адекватных отношений с педагогами. Принятие классных и школьных социальных и этических норм, формирование умения соблюдать их происходит у детей с помощью тьютора. У некоторых детей появляются сложности в организации школьной жизни, нередко ребята просто недостаточно информированы: не знают требований учителей, не очень хорошо ориентируются в здании школы. В этом случае для них также очень важна поддержка тьютора. Ваша компетентность в вопросах жизнедеятельности класса, его эмоциональное отношение к учащимся, к своим обязанностям, умение налаживать контакт и общаться с детьми — одно из главных условий успешной адаптации детей. Проблемы привыкания, приспособления неизбежно возникают у детей *(в той или иной степени)* в первые месяцы обучения, как в начальной, так и в средней, и в старшей школе. Каждый такой переходный период обладает своей спецификой, связанной в первую очередь с психологическим своеобразием возраста.

Возрастные психологические особенности пятиклассников.

Возраст детей пятого класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости - главного личностного новообразования младшего подростка.

Путь осознания себя сложен, стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждении от всех, кто до этого привычно оказывал на ребенка влияние, и в первую очередь - от семьи, от родителей. Внешне это отчуждение зачастую выражается в негативизме - стремлении противостоять любым предложениям, суждениям, чувствам взрослых. Отсюда такое количество конфликтов со взрослыми. При этом негативизм - первичная форма механизма отчуждения, она же является началом поиска подростком собственной уникальности, познания собственного Я. Этому же способствует и ориентированность подростков на установление доверительно-дружеских отношений со сверстниками. В дружбе происходит моделирование социальных взаимоотношений, усваиваются навыки рефлексии последствий своего или чьего-то поведения, социальные нормы взаимодействия людей, нравственные ценности. Познание другого, похожего на меня, дает возможность как в зеркале увидеть и понять свои собственные проблемы. Именно в силу психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности *(что было характерно для младшего школьника)* на ведущую деятельность общения. Таким образом, постепенно меняются приоритеты и в стенах школы. Умственная активность подростков высока, но способности будут развиваться только в деятельности, вызывающей положительные эмоции; успех *(или неуспех)* существенно влияет на мотивацию учения. Оценки играют важную роль в этом: высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. Совпадение оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия подростка. В противоположном случае неизбежен внутренний дискомфорт, и даже конфликт. Учитывая при этом физиологические особенности пубертатного возраста (рассогласование темпов роста и развития различных функциональных систем и т. п., можно понять и крайнюю эмоциональную нестабильность подростков.

Рекомендации по организации работы с пятиклассниками в начале учебного года

Все эти психологические особенности постепенно начинают проявляться как раз в возрасте 10-11 лет - при переходе в среднюю школу, достигая апогея к 13-14 годам. Поэтому процесс адаптации в этом возрасте может оказаться весьма непростым, и соучастие тьютеров просто необходимо. Оно, на наш взгляд, может быть самым разным. Нередко учителя склонны рассматривать тревожность скорее, как позитивную особенность, обеспечивающую повышение восприимчивости и чувства ответственности ребенка. Однако если легкое волнение перед выполнением задания или ответом у доски способствует мобилизации ребенка, то сильная тревога, наоборот, приводит к ухудшению результатов работы или к отказу от выполнения задания и отрицательно влияет на успеваемость. Поэтому очень важно в этот период проводить профилактическую работу с детьми. Следует выработать четкие, последовательные и устойчивые требования, объяснить ребятам, почему они необходимы, согласовать требования учителей-предметников.

Особое внимание нужно уделить формированию правильного отношения детей к ошибкам, умения использовать их для лучшего понимания материала. Как уже отмечалось, именно *«ориентированность на ошибку»*, которая нередко подкрепляется неправильным отношением взрослых к ошибкам как к недопустимому наказуемому явлению, - одна из основных форм школьной тревожности. Помощь тьюторов детям должна быть направлена на укрепление их уверенности в себе, выработку собственных критериев успешности, умения вести себя в трудных ситуациях, ситуациях неуспеха. Необходимо помочь детям выработать индивидуальные модели поведения в значимых, оцениваемых ситуациях. Если есть возможность, следует подготовить детей к новым ситуациям, обсудить возможные трудности, обучить конструктивным способам поведения в них. Можно облегчить участь *«пятиклашек»* некоторыми чисто организационными мерами.

Меры, способствующие снижению тревожности у детей и положительной адаптации.

1. В течение первой недели учебного года провести экскурсию по школе, показать детям расположение новых для них кабинетов и других помещений.

2. Тьютор должен составить список правил для дежурных и ознакомить с ним всех учеников.

3. Категорически запрещается задерживать детей после звонка на перемену.

4. Необходимо согласовать требования разных учителей и по возможности выработать единые требования,например:

а)обязательные дисциплинарные требования *(правила)*:

здороваемся стоя;

не перебивать ни учителя, ни ученика;

поднятая рука — сигнал о вопросе или ответе;

опоздания не допускаются;

б)организация учебного процесса: наличие необходимых учебных пособий;

соблюдение правил оформления тетрадей (наличие полей, запись даты, надписи *«Классная работа»* и *«Домашняя работа»* и т. п.);

в) отношения между детьми;между учителем и ребенком:

проявлять уважение друг к другу;

звонить и помогать заболевшим ученикам и т. п.

5. Можно провести с детьми беседу о том, для чего нужен дневник - для записи домашнего задания и *(или)* выставления оценок? Обязательно надо рассказать детям о требованиях к ведению дневника. Желательно обеспечить каждого ребенка информацией о телефонах и днях рождений одноклассников, именах и отчествах их родителей.

6. Можно подготовить и провести впервые дни учебного года специальные мероприятия (тренинг групповой сплоченности, тематические классные часы и т. п., снимающие основные проблемы общения детей внутри класса.

7. Желательно участие всех педагогов в налаживании отношений между старшеклассниками и *«малышами»*.

8. Совместно с психологом помогать ученикам в налаживании эмоционального контакта с одноклассниками (для этого необходимо помочь новым ученикам запомнить имена одноклассников, фамилии, имена, отчества учителей-предметников, проводить беседы и игры, позволяющие детям лучше узнать друг друга, и т. д.).

9. Помочь учителям-предметникам запомнить фамилии и имена учеников *(для этого использовать бейджики)*.

10. Постоянно поддерживать контакт с родителями учеников.

11. Постоянно поддерживать контакт со школьным психологом.

12. Осуществлять психологическую поддержку ребенка

Для этого необходимо:

• Опираться на его сильные стороны.

• Избегать подчеркивания промахов.

• Показывать, что Вы довольны Вашими учениками.

• Уметь и хотеть демонстрировать внимательное отношение к каждому ученику Вашего класса.

• Внести юмор во взаимоотношения с детьми.

• Знать обо всех попытках ученика справиться с заданием.

• Уметь взаимодействовать с ребенком.

• Позволять ученику самому решать проблемы, где это возможно.

• Принимать индивидуальность каждого ребенка.

• Проявлять эмпатию и веру в учеников.

• Демонстрировать оптимизм.

•Поддержать можно посредством: отдельных слов (*«красиво»*, *«аккуратно»*, *«прекрасно»*, *«здорово»*, *«вперёд!»*, *«продолжай»*); высказываний (*«я горжусь тобой»*, *«мне нравится, как ты работаешь»*, *«я рада твоей помощи»*, *«все идет прекрасно»*); прикосновений *(потрепать по плечу, дотронуться до руки, обнять ребенка)*; совместных действий, физического участия *(во время труда и отдыха)*;

• выражения лица *(подмигивание, улыбка, кивок, смех)*.

Особенности психического развития школьника *(10-11 лет)*.

Интеллектуальное развитие:

• конкретно-операционная стадия когнитивного развития;

• способность к логическим рассуждениям;

• развитие теоретического мышления *(мышление в понятиях)*;

• мышление несколько расширилось по направлению от конкретного к возможному, но отправной точкой все, же должна оставаться реальность. Ребенок испытывает затруднения, когда ему предлагают исходить в своих рассуждениях из какого-либо гипотетического или противоречащего фактам предположения.

Психическое развитие:

• к концу младшего школьного возраста у ребенка должны сформироваться такие новообразования, как рефлексия, произвольность, саморегуляция;

• период кризиса самооценки. Резко возрастает количество негативных самооценок;

• мотивационный кризис.Смена социальной ситуации ведет к изменению внутренней позиции ученика: недовольству собой, критичности в оценки результатов учебы, снижению интереса и мотивации к учебе.

Физическое развитие:

• дети в этот возрастной период обладают, как правило, хорошим здоровьем. Спят 9-10 часов, хорошо засыпают, легко просыпаются;

• продолжается развитие костно-мышечной структуры тела. Однако мышцы уже достаточно хорошо развиты. Движения становятся более координированными;

• продолжается формирование сердечнососудистой системы. Частота сердечных сокращений достаточно устойчива;

• увеличивается скорость образования условных рефлексов, рефлексы и внимание становятся более устойчивыми.

Социальная адаптация:

• кризис самооценки, негативная Я-концепция зачастую влекут за собой плохую социальную адаптацию, негативно отражаются на взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками *(конфликты, агрессивность)*;

• дружба воспринимается не в качестве источника взаимных удовольствий, а как серия взаимодействий, происходящих в течение длительного периода. Основой конфликтов представляются различия в личностных характеристиках.

Причины дезадаптации у младших подростков.

1. Пробелы в знаниях, несформированность знаний, умений и навыков, соответствующих возрасту.

2. Несформированность коммуникативных навыков.

3.Недоразвитие психической сферы: отсутствие адекватной мотивации, низкая самооценка, недостаточная сформированность рефлексии, саморегуляции, теоретического мышления.

4. Профессиональная некомпетентность педагогов. Недостаточное понимание трудностей адаптационного периода.

5. Эмоциональное неблагополучие.

6. Отсутствие преемственности в работе психологов и педагогов.

7. Плохое здоровье.

Пять ступеней, ведущих к переориентированию негативного поведения.

• Установите и сохраните отношения взаимного уважения.

• Определите цель или причину негативного поведения подростка.

• Помогите подростку распознать свою ошибочную цель, не предъявляя ему никаких обвинений.

• Создайте ученику такие условия, при которых негативное поведение станет бессмысленным и неуместным.

• Поощрив ученика,предоставьте ему возможность:

совершить полезный поступок и осознать свою значимость и достоинство;

объединить его усилия с Вашими *(или других учеников)* и признать, что совместным трудом можно добиться большего;

принять участие в каком-нибудь мероприятии и признать, что личная сопричастность способствует расширению круга интересов;

сделать все от него зависящее, чтобы получать от содеянного больше радости и удовольствия;

научиться не только фиксировать свое внимание на определенных проблемах, но и способствовать их дальнейшему преодолению.