

---

Бесіда для батьків:

«Адаптація п'ятикласників до середньої школи».

Зазвичай необхідність адаптації виникає у зв'язку з кардинальною зміною діяльності людини та її соціального оточення.

У п'ятикласників змінилися соціальне оточення (новий склад класу і вчителів) і система діяльності. Ситуація новизни є для будь-якої людини в певній мірі тривожною. Дитина переживає емоційний дискомфорт, насамперед через невизначеності уявлень про вимоги вчителів, про особливості і умови навчання, про цінності та норми поведінки в колективі класу. Цей стан можна назвати станом внутрішньої напруженості, настороженості.

Таке психологічне напруження, будучи досить тривалим, може привести до шкільної дезадаптації: дитина стає недисциплінованим, неуважним, безвідповідальним, відстає у навчанні, швидко стомлюється і просто не хоче йти в школу.

Ослаблені діти (а їх, на жаль, з року в рік стає все більше і більше) є найбільш схильними до дезадаптації.

Неможливо через призму власної тривожності говорити про адекватне сприйняття дитиною шкільного життя, розвитку відносин з однокласниками і вчителями. Все це ускладнює сам навчальний процес, адже продуктивна робота на уроці стає проблематичною. І потенційний відмінник може перетворитися в відстаючого і прогульника.

Не менш важливим виявляється процес адаптації для вчителя, який, не знаючи своїх учнів, не може успішно залучати їх до самоврядування і самонавчання – обслуговування, індивідуалізувати і диференціювати навчання. Нарешті, необхідно коригувати власну педагогічну позицію щодо класу і окремих хлопців. Незалежно від того, яким чином починається навчальний рік у школі, процес адаптації, так чи інакше, йдеться. Питання тільки в тому, скільки часу піде у дитини і вчителя на нього і наскільки цей процес буде ефективним.

Тому сенс адаптаційного періоду в школі полягає в тому, щоб зробити природний процес адаптації більш інтенсивним. Мета адаптаційного періоду - допомогти дітям познайомитися один з одним, з учителями, з новою навчальною ситуацією, зі школою та шкільними правилами.

### ***Які ж завдання адаптаційного періоду у п'ятих класах?***

- Адаптація до «різноголосних» вимог вчителів;
- Введення самоконтролю (тепер немає постійно поруч класної «мами»);
- Прийняття нової позиції - учень другого ступеня школи.

### ***Логіка розвитку адаптаційного періоду в 5-х класах.***

Для молодшого підліткового віку характерною особливістю є уявлення чи відчуття себе певною мірою дорослим. Саме тому адаптаційний період п'ятикласників передбачає значну частку їх самостійної діяльності. А оскільки референтною групою для даного віку є група однолітків, то доцільно надати дітям можливість всі норми і правила поведінки на новому етапі шкільного життя виробити самим.

Перший етап адаптаційного періоду п'ятикласників (який триває не більше тижня) присвячений знайомству дітей один з одним або вивчення один одного (якщо склад класу не змінювався). Вони діляться інформацією про те, що найбільше цінують в інших людях і самих себе, чим подобається займатися, як почувають себе в школі.

На другому етапі адаптаційного періоду учням надається можливість взаємодії у великих і малих групах, склад яких змінюється, і розробки правил, що полегшують спільну діяльність. Деяким класів вдається розробити диференційовані правила для різних видів взаємодії - інтелектуального, творчого, трудового та ін. Серед загальних правил з'явилося, наприклад, таке: «Треба працювати, спільно вислуховуючи один одного і звіряючи версії» або «Бути вдячним». Важливо, щоб усі правила конструювалися в позитивній формі (без «не») і були обговорені їх необхідність і значимість. Таким чином одночасно з народженням способів оптимальної взаємодії відбувається прийняття створених правил. Ще однією важливою змістовною частиною даного етапу є створення портрета справжнього школяра: якості і властивості його особистості, форми їх прояву в поведінці, діях учня по відношенню до себе і іншим людям, справі.

Третій етап адаптаційного періоду п'ятикласників пов'язаний з усвідомленням появи нової спільноти - клас. Робота організується таким чином, щоб кожен п'ятикласник вніс в загальне уявлення про клас своє індивідуальне бачення. Після цієї дії в класах дуже швидко і легко розподіляються всі громадські доручення.

Бесіду підготувала:  
практичний психолог  
Белан О.А.

Besida dlya bat'kiv:

«Adaptatsiya p'yatyklasnykiv do seredn'oi shkoly».

Zazvychai neobkhidnist' adaptatsii vynykaye u zv'yazku z kardynal'noyu zminoyu diyal'nosti lyudyny ta ii sotsial'noho otochennya.

U p'yatyklasnykiv zminylysya sotsial'ne otochennya (novyy sklad klasu i vchyteliv) i systema diyal'nosti (nova navchal'na sytuatsiya novomu shchabli osvith'oi - nya). Sytuatsiya novyzny ye dlya bud'-yakoï lyudyny v pevniy miri tre - vozhno. Dytna perezhyvaye emotsiynyy dyskomfort, nasampered cherez neop - vyznachenosti uyavlen' pro vymohy vchyteliv, pro osoblyvosti i umovy navchannya, pro tsinnosti ta normy povedinky v kolektyvi klasu i pr. Tsey stan mozha nazvaty stanom vnutrishn'oi napruzhenosti, nastorozhenosti.

Take psykholohichne napruzheniya, buduchy dosyt' tryvalym, mozhe pryvesty do shkil'noi dezadaptatsii: dytna staye nedystsyplinovany, neuvazhny, bezvidpovidal'ny, vidstaye u navchanni, shvydko stomlyuyet'sya i prosto ne khoche yty v shkolu. Oslableni dity (a ikh, na zhal', z roku v rik staye vse bil'she i bil'she) ye naybil'sh skhyl'nymy do dezadaptatsii.

Nemozhlyvo cherez pryzmu vlasnoi tryvozhnosti hovoryty pro adekvatne spryynyattya dytnoyu shkil'noho zhyttya, rozvytku vidnosyn z odnoklasnykamy i vchytelyamy. Vse tse uskladnyuye sam navchal'nyy protses, adzhe produktyvna robota na urotsi staye problematychnoyu. I potentsiynyy vidminnyk mozhe peretvorytysya v vidstayuchoho i prohul'nyka. Ne mensh vazhlyvym vyyavlyayet'sya protses adaptatsii dlya vchytelya, yakyy, ne znayuchy svoikh uchniv, ne mozhe uspishno zaluchaty ikh do

samovryaduvannya i samonavchannya → obsluhovuvannya, indyvidualizuvaty i dyferentsiyuvaty navchannya. Nareshti, neob → khidno koryhuvaty vlasnu pedahohichnu pozytsiyu shchodo klasu i okremykh khloptsiv. Nezalezhno vid toho, yakym chynom pochynayet'sya navchal'nyy rik u shkoli, protses adaptatsii, tak chy inakshe, ydet'sya. Pytannya til'ky v tomu, skil'ky vre → meny pide u dytyny i vchytelya na n'oho i naskil'ky tsey protses bude efektyvnym.

Tomu sens adaptatsiy'noho periodu v shkoli polyahaye v tomu, shchob zro → lat' pryrodnyy protses adaptatsii bil'sh intensyvnym. Meta adaptatsiy'noho pe → riod - dopomohty khloptsyam pozna'yomytysya ody z odnym, z uchytelyamy, z novoyu navchan' → noi situatsiyeyu, zi shkoloyu ta shkil'nymy pravylamy.

Yaki zh zavdannya adaptatsiy'noho periodu u p'yatykh klasakh?

- Adaptatsiya do «riznoholosytsya» vymoh vchyteliv;
- Vvedennya samokontrolyu (teper nemaye postiyno poruch klasnoi «mamy»);
- Pryy'nyattya novoï pozytsii - uchen' druhoho stupenya shkoly.

Lohika rozvytku adaptatsiy'noho periodu v 5-kh klasakh

Dlya molodshoho pidlitkovoho viku kharakternoyu osoblyvistyu ye uyavlen'nya chy vidchuttya sebe pevnoyu miroyu doroslym. Same tomu adaptatsiy'nyy period p'yatyklasnykiv peredbachaye znachnu chastku ikh samo → stoyatel'no diyal'nosti. A oskil'ky referentnoyu hrupoyu dlya danoho viku ye hrupa odnolitkiv, to dotsil'no nadaty khloptsyam mozhlyvist' vsi normy i pravyla povedinky na novomu etapi shkil'noho zhyttya vyrobyty samym.

Pershyy etap adaptatsiy'noho periodu p'yatyklasnykiv (yakyy tryvaye ne bil'she tyzhnya) prysvyachenyy znayomstvu khloptsiv ody z odnym abo vyvchennya ody odnogo (yakshcho sklad klasu ne zminyuvavsya). Vony dilyat'sya informatsiyeyu pro te, shcho naybil'she tsinuyut' v inshykh lyudyakh i samykh sebe, chym podobayet'sya zaymatysya, yak pochuvayut' sebe v shkoli.

Na druhom etapi adaptatsiynoho periodu khloptsyam nadayet'sya mozhl'y-nist' vzayemodii u velykykh i malykh hrupakh, sklad yakykh zminyuyet'sya, i vy-nytstva pravyl, shcho polehshuyut' diyu spil'no. Deyakym klasiv vdayet'sya rozryv-botaty dyferentsiyovani pravyla dlya riznykh vydiv vzayemodii - in-tellekt → al'noho, tvorchoho, trudovoho ta in Sered zahal'nykh pravyl z'yavylosya, na-pryklad, take: «Treba pratsyuvaty, spil'no vyslukhovuyuchy ody odnoho i zviryayuchy versii» abo « Buty vdyachnym ». Vazhlyvo, shchob usi pravyla konstruyovalysya v pozytyvniy formi (bez «ne») i buly obhovoreni ikh neobkhdnist' i znachymist'. Takym chynom od → novremenno z narodzhennyam sposobiv optymal'noi vzayemodii vidbuvayet'sya pry → nyatie stvorenykh pravyl. Shche odniyeyu vazhlyvoyu zmistovnoyu chastynoyu danoho etapu ye stvorenniya portreta spravzhn'oho shkolyara: yakosti i vlastyvosti yoho osobysto → sti formy ikh proyavu v povedintsi, diyakh uchnya po vidnoshennyu do sebe i inshym lyudyam, spravi.

Tretiy etap adaptatsiynoho periodu p'yatyklasnykiv pov'yazanyy z usvidomlennym poyavle → nya novoï spil'noty - klas. Robota orhanizuyet'sya takym chynom, shchob kozhen p'yatyklasnyk vnis v zahal'ne uyavlennya pro klas svoje indyvidual'ne bachennya. Pislya tsiyei dii v klasakh duzhe shvydko i lehko rozpodilyayut'sya vsi hro → yut'sya doruchennya.

Rozmovu pidhotuvala praktychnyy psykholoh:

Belan O.A.