**Адаптация пятиклассников при переходе из начальной школы в среднее звено**

**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.

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 (или даже новое здание средней школы);
* новые дети в классе (или я сам в новом классе);
* новый классный руководитель;
* в средней школе мы снова — самые маленькие, а в начальной были уже большими;
* проблемы со старшеклассниками (например, в буфете 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.

Среди **трудностей** школьной жизни пятиклассников в родительских анкетах наиболее часто указываются:

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

По данным психологов ситуация адаптации вызывает у многих пятиклассников повышенную **тревожность**, как школьную, так и личностную, а зачастую и появление страхов. 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.

Серьезной проблемой для пятиклассника является и **смена классного руководителя**. Ведь 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 также с помощью классного руководителя. 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 классного руководителя.

**КАК РОДИТЕЛИ МОГУТ ПОМОЧЬ СВОИМ ДЕТЯМ В УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ?**

1. Самое первое и основное, на что родители должны направлять внимание, — воспитание в ребенке **чувства ответственности** за то, что он делает. Если у ребенка есть такое чувство, это залог успеха в учебе и жизни.
2. Воспитание чувства ответственности неотделимо от умения **доводить начатое дело до конца.**
3. Внимательно прислушивайтесь **к мыслям и чувствам** ребенка.
4. **Не запугивайте** ребенка. Старайтесь не надо ставить никаких условий. Это приучает ребенка заниматься только ради чего-то. Желание учиться должно постоянно оставаться его насущной необходимостью. Учение из страха быть наказанным приводит к тому, что у ребенка вырабатывается отвращение к учебе и школе. Если ребенок не хочет делать уроки или говорит, что ему не интересно учиться, значит, надо искать проблемы, которые у него возникли и мешают ему понимать изучаемый материал. Если вовремя не помочь, то проблемы будут только накапливаться и наступит момент, когда уже никакие угрозы не заставят его садиться за уроки. Ребенок должен постоянно ощущать, что вы в него верите и в любой момент можете ему помочь.
5. Не ругайте ребенка за плохие **отметки.** Очень важно по достоинству оценивать знания. Часто школьная отметка не отражает реальных знаний учащихся. Ребенка же почему-то принято за ошибки ругать. Все его ошибки происходят от недостатка знаний и умений или же от непонимания. Если у него не хватает знаний, необходимо ему их дать. Если он чего-то не понимает, в этом виноваты взрослые, которые не смогли правильно построить процесс обучения ребенка.
6. Найдите способ **заинтересовать** ребенка в учебе, пусть она приносит ему радость. Мы должны заинтересовать ребенка учебой. Очень полезно беседовать с ним, как с равным, как бы советуясь. Призывайте ребенка размышлять и рассуждать по поводу домашних заданий и его способностей выполнить эти задания. Тогда у него появляется желание испытать свои возможности, а это значит, он будет выполнять домашнее задание. Хвалите ребенка, если он этого заслужил. Показывайте ему, что он на многое способен, и вы верите в его силы. Это будет вдохновлять его к новым достижениям. Исключите из своего общения с ребенком оскорбления, а то ведь он вам может поверить.
7. Необходимо **поощрять каждое маленькое и большое достижение** вашего отпрыска. Дело в том, что особенно в возрасте 6-10 лет дети ориентированы на реакцию взрослых. Они очень чутко отзываются на похвалу или порицание родителей, учителя, стараются привлечь к себе внимание, почувствовать себя нужными и любимыми (хорошими). Поэтому для пап и мам, бабушек и дедушек это реальный рычаг для поддержания и повышения интереса к школе и обучению. О вреде длительного просмотра телевизионных передач, игры «в компьютер» знают все от мала до велика. Можно сделать эту неотъемлемую и любимую практически всеми детьми часть нашей жизни способом поощрения за успехи и достижения. Тем более что обязанности школьника требуют много сил, времени и здоровья
8. У каждой личности должно быть **свое пространство**. Если у ребенка нет своей комнаты, нужно организовать рабочее место — письменный стол, где он будет заниматься своим серьезным делом — учиться. Это хорошо и с точки зрения соблюдения правил гигиены — правильная посадка, позволяющая сохранить осанку, необходимое освещение.
9. Отдельного внимания заслуживает **режим дня.** Важно правильно распределить время учебы и отдыха, поскольку причиной проблем с учебой, поведением является повышенная утомляемость, невозможность длительной концентрации внимания.