

# **Трудности адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.**



ре



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

**Подростковый возраст (10—15 лет) — период бурного роста и развития организма. Начало его перестройки связано с активизацией деятельности гипофиза (нижний мозговой придаток), особенно его передней доли, гормоны которого стимулируют рост тканей и функционирование других желез внутренней секреции. Происходит интенсивный рост тела.**



## Адаптация, Что это?

- \* В 5-м классе ко всем проблемам подросткового возраста добавляется проблема адаптации к новым условиям обучения. Под адаптацией принято понимать — в широком смысле — приспособление к окружающим условиям. Адаптация имеет два спектра — биологический и психологический.



# **Влияние самооценки на процесс адаптации пятиклассников**

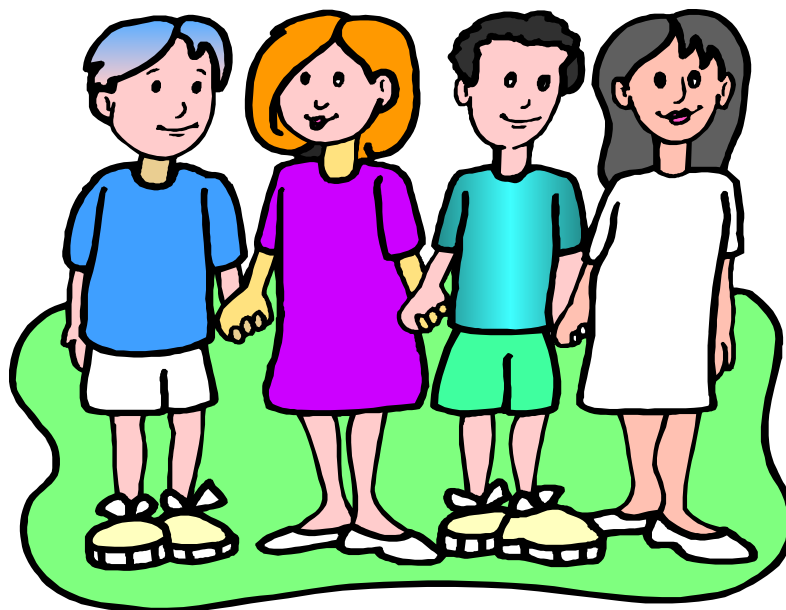
**Недовольство собой может касаться внешних изменений, которые происходят с подростком. Поэтому дети испытывают огромную потребность в общей положительной оценке своей личности со стороны взрослых, при чем вне зависимости от конкретных результатов и достижений, т.е. подростки нуждаются в поддержке от взрослых.**

## **Основные трудности, с которыми сталкиваются пятиклассники:**

- Разные требования со стороны учителей – предметников, необходимость их учитывать и выполнять.**
- Большой поток информации, незнакомые термины, слова. Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых.**
- Увеличение учебной нагрузки.**
- Завышенные ожидания со стороны родителей к успехам своего ребенка.**

# СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА.

рекомендации для родителей





- \* - Постарайтесь создать условия для двигательной активности ребенка между выполнением домашних заданий;
- \* - Наблюдайте за правильной позой ребенка в процессе выполнения домашних занятий, правильности светового режима;
- \* - Обязательно введите
  - \* в рацион ребенка
  - \* витаминные препараты,
  - \* фрукты и овощи;
  - \* Организация правильного
  - \* питания.







\* - **Принимайте ребенка таким какой он есть. Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться;**

\* - **Обязательно проявляйте интерес к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня, необходимо.**

\* - Не допускайте физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников),

- Учитывайте темперамент ребенка в период адаптации к школьному обучению.

\* - Предоставляйте ребенку самостоятельность в учебной работе и организуйте обоснованный контроль за его учебной деятельностью.

\* - Поощряйте ребенка, хвалите за любые дела, а не только за учебные успехи.



**Здоровья Вам и удачи  
в воспитании Ваших детей!**

