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 поддержки от взрослых.

Основные трудности, с которыми сталкиваются пятиклассники:

-Разные требования со стороны учителей – предметников, необходимость их учитывать и выполнять.

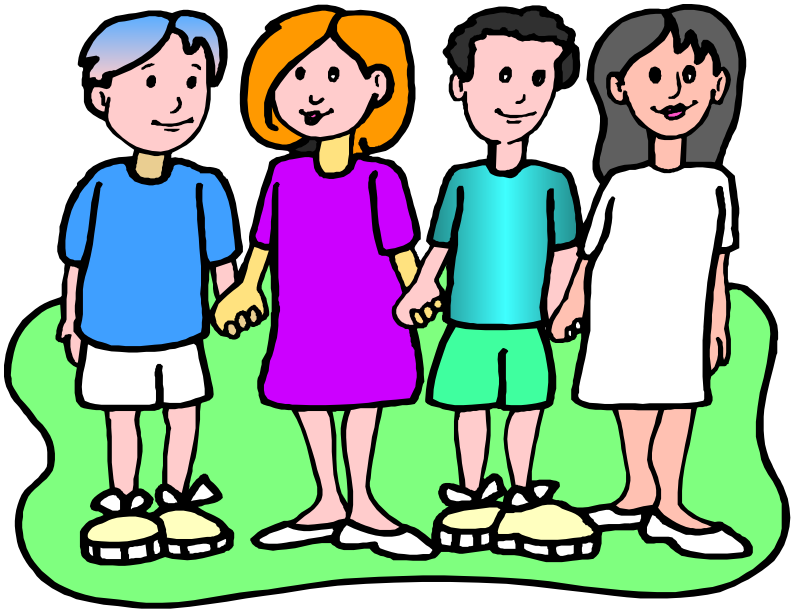
-Большой поток информации, незнакомые термины, слова. Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых.

- 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!