

Помощь пятиклассникам в период адаптации



Педагог-психолог:
Сапрыкина Н.Г.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ
АДАПТАЦИЯ?

**Адаптация - приспособление к
новым условиям обучения,
которые требуют от ребенка
больших психо-
физиологических ресурсов.**



Выделяют два основных вида адапт

■ **Физиологическая адаптация** -

в процессе физиологической адаптации организм привыкает к новым физическим и умственным нагрузкам, новому режиму и темпу жизни в пятом классе.



- **Социально-психологическая адаптация** - личность активно приспособливается к новому социальному окружению, принимает групповые нормы и ценности нового для него коллектива, входит в его ролевую статусную структуру.



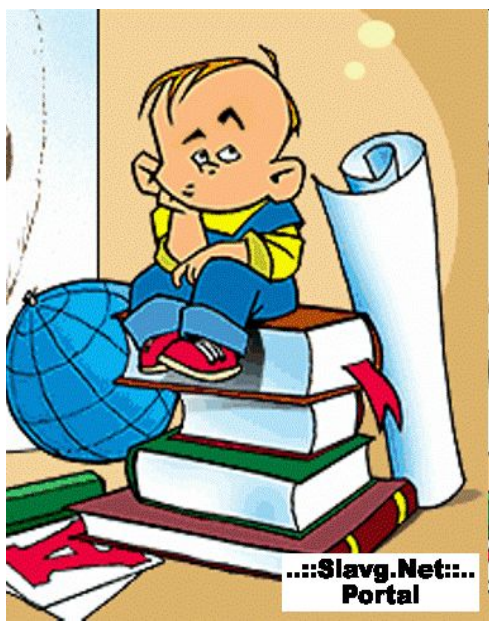
Трудности школьной жизни пятиклассника.

- Меняются условия обучения;**
- Возрастает объем и темп работы как на уроке, так и дома;**
- Усложняются требования, предъявляемые разными учителями;**
- Появляется необходимость самостоятельно находить дополнительную информацию;**
- Пятиклассники гордятся тем, что «уже не маленькие».**



ПРИЗНАКИ ШКОЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ РЕБЁНКА.

- 1. Усталый, утомленный внешний вид ребенка.
- 2. Нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне.
- 3. Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
- 4. Нежелание выполнять домашние задания.
- 5. Постоянные жалобы на плохое самочувствие.
- 6. Жалобы на те или иные события, связанные со школой.
- 7. Беспокойный сон.
- 8. Трудности утреннего пробуждения, вялость.



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПЯТИКЛАССНИКА

- **Воодушевите ребенка на рассказ о школьных делах;**
- **Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми;**
- **Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений;**
- **Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами;**
- **Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе;**
- **Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

