

Муниципальное казенное специальное (коррекционное)
общеобразовательное учреждение школа - интернат

*Педагогический проект по работе с
родителями «Ваш ребёнок-пятиклассник»*



Разработала и реализовала:
Самсонова Ж.А.

Кулебаки 2017 г.

*Школьное обучение никогда не
начинается с пустого места, а
всегда опирается на определенную
стадию развития, проделанную
ребенком.
Л. С. Выготский*

Название: «Ваш ребёнок-пятиклассник».

Вид проекта: Работа с родителями в начальной школе.

Руководитель проекта учитель начальных классов Самсонова Ж.А.

Состав проектной группы: Классный руководитель, учителя, учащиеся 4 классов и их родители.

Срок исполнения проекта: сентябрь 2017 – май 2018г.

Пояснительная записка

Переход из младшей школы в среднюю – важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, а иногда и одноклассники. Кроме того, дети переходят из одного кабинета в другой, тогда им приходится привыкать еще и к новому помещению.

Максимально усиливается воздействие неблагоприятных факторов на ребенка, что ведет к снижению показателей психических процессов (памяти, мышления, внимания), работоспособности, появлению нехарактерных ошибок, снижению успеваемости, повышению уровня тревожности и агрессивности и т.д. В отдельных случаях эмоциональная напряжённость достигает критического момента и результатом становится потеря самообладания и самоконтроля, что ведёт к конфликтным ситуациям в школьном коллективе.

Пятиклассникам в школе и интересно, и тревожно: хочется быть активными и независимыми, нужными и успешными, хочется, чтобы новый учитель оценил и увидел все самое лучшее в них.

Насколько легко и быстро младший подросток приспособится к условиям средней школы, зависит не только и не столько от его интеллектуальной готовности к обучению. Важно, чтобы были сформированы умения и навыки, определяющие успешность адаптации:

- умение осознавать требования учителя и соответствовать им;
- умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;
- умение правильно распределять и планировать свое время, проявлять самостоятельность в своих делах и в случае необходимости обращаться за помощью взрослых;
- умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;
- навыки общения и достойного поведения с одноклассниками;
- навыки уверенного поведения;

- навыки совместной (коллективной) деятельности;
- навыки самостоятельного решения конфликтов мирным путем;
- навыки самоподдержки;
- навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

Предлагаемый проект направлен на формирование этих навыков и на создание благоприятных условий для их дальнейшего развития.

Цель: подготовка учащихся и их родителей к переходу в 5 класс, просвещение родителей по вопросу адаптации ребенка к средней школе; ввести традицию в школе.

Задачи: Формирование у учащихся адекватной самооценки, положительное отношение к себе и другим, способности к самопознанию и саморазвитию. Снижение уровня тревожности учащихся при переходе в 5 класс. Создание условий для сплочения класса.

Формировать у родителей представление о роли и путях преемственности между начальным и средним звеньями школьного обучения, о посильной помощи детям в адаптации к новым условиям; знакомить родителей с возрастными психологическими особенностями пятиклассников; анализировать основные трудности, возникающие при переходе учащихся в среднюю школу.

Предполагаемые результаты:

- формирование групповой сплоченности;
- снижение уровня школьной тревожности;
- формирование толерантных поведенческих стратегий во взаимодействии и общении с другими;
- формирование навыков совместной коллективной деятельности.

Деятельность участников проекта:

Проект проходит в течение года и содержит программы для педагогов, учащихся и родителей будущих пятиклассников. Выполнение программ происходит одновременно и спланировано по месяцам учебного года.

I. Программа: «Не бывает чужих учеников»

Цель: Адаптация к организационным изменениям в жизни будущего пятиклассника

II. Программа «Мой ребенок идет в 5 класс»

Цель: вовлечение родителей к осуществлению проекта, подготовка родителей к адаптационному периоду в 5 классе.

План мероприятий.

I. Программа: «Не бывает чужих учеников»

Цель: адаптация к организационным изменениям в жизни будущего пятиклассника

1. Уроки со сменой педагогов- 1 раз в четверть.
2. Уроки со сменой кабинетов- 1 раз в четверть.
3. Знакомство с кабинетами средней школы – декабрь.
4. Посещение уроков 5-х классов - ноябрь, апрель.
5. Мастер класс для учащихся «Я хочу научиться...».
6. Разный объем домашних заданий.
7. Посещение уроков в выпускных классах начальной школы педагогами-предметниками (март, апрель)
8. Проведение классного часа «Я - пятиклассник»(май).

II. Программа «Мой ребенок идет в 5 класс»

Цель: вовлечение родителей к осуществлению проекта, подготовка родителей к адаптационному периоду в 5 классе.

1. Разработка родительского собрания «Как подготовить ребенка к 5 классу» (сентябрь).
2. «Урок глазами родителей» (посещение уроков родителями – октябрь-ноябрь).
3. Знакомство с учебным процессом в среднем звене. Экскурсии в кабинеты (февраль).
4. Знакомство с будущим классным руководителем и учителями предметниками (апрель).
5. Родительское собрание «Особенности периода адаптации детей в пятом классе» (май).

Классный час на тему: «Я - пятиклассник»

Цель: формирование представлений о новом социальном статусе пятиклассника; формирование представлений о предварительном прогнозировании своего будущего; снятие тревожности по поводу перехода из начального звена в среднее.

Оборудование: учебники для 5-х классов по разным программам, сочинения пятиклассников “ Мои пожелания четвероклассникам”, листочки бумаги, мячик, компьютер, проектор.

Ход занятия

Педагог. Здравствуйте, ребята. Вот уже и подходит к концу ваше обучение в 4 выпускном классе, в начальной школе. Поэтому сегодня нашу встречу, мы посвятим знакомству с пятым классом. **1 слайд**

Прежде чем мы познакомимся с пятым классом, давайте определим местонахождение 5-го класса. **2 слайд** (Ответ: 5 класс находится на ступени Среднее звено.)

Какие классы входят в Среднее звено? (Ответ: 5кл., 6кл., 7кл., 8кл., 9кл.)

Сколько лет будем обучаться в среднем звене? (Ответ: 5 лет)

Мы с вами определили местонахождение пятого класса. Сейчас мы с вами попытаемся собрать информацию о ступени Среднее звено. (Класс делится на группы).

В группах обсудите и запишите на листочках отличия обучения в среднем звене от начальной школы. (Идёт коллективное обсуждение. На листочках дети записывают отличия. После обсуждения представитель группы зачитывает отличия.) Ответы детей обобщаются. **3 слайд** Обсуждение отличий.

Учитель. Чтобы лучше узнать, что же нас ждёт в пятом классе, внимательно посмотрите на эту выставку учебников. (В классе предварительно оформлена выставка учебников для пятых классов по разным программам.) Посмотрите внимательно, с какими предметами вы уже знакомы, а какие предметы для вас совершенно незнакомы? (Ответы детей)

Новизна обучения в 5 классе проявляется в том, что у вас будет больше самостоятельности. Классный руководитель не будет постоянно находиться с вами, как это было в начальной школе. Как же помочь себе привыкнуть в пятом классе? С этой целью мы обратимся к сочинениям пятиклассников “Мои

пожелания четвероклассникам”. Работа в группах. (Дети в группах читают сочинения пятиклассников. Идёт коллективное обсуждение. Дети разрабатывают рекомендации и на листочках записывают. После обсуждения представитель группы зачитывает рекомендации.) Ответы детей обобщаются. **4 слайд**
Обсуждение

Игра “Моя цель”.

Учитель. Мы с вами узнали, что нас ждёт в пятом классе. Сейчас поиграем в игру “Моя цель” и, поочередно перекидывая друг другу мяч, ответим на вопрос: “Какова моя цель в 5 классе?” (Выполнение упражнения.)

Завершение

Учитель. А сейчас давайте немного пофантазируем, заглянем в будущее. Закройте глаза, сядьте поудобнее и попытайтесь представить себе то, о чём я буду говорить. **5 слайд** (Релаксация под музыку)

Вы пришли 1 сентября в школу в пятый класс. Попробуйте представить, как вы выглядите, с кем общаетесь, чем занимаетесь. А теперь вы сидите на уроке. Что происходит в классе? Приглядитесь, кто из учителей ведёт уроки и о чём вас спрашивают. Что от вас требуют? Способны ли вы выполнять те требования, которые вам предъявляют?

Попытайтесь найти в школе такое место, где бы вы чувствовали себя хорошо, уютно и безопасно.

А теперь мы возвращаемся обратно, в настоящее, в четвёртый класс. Я считаю до пяти. На счёт “пять” вы медленно открываете глаза и оказываетесь в классе.

Расскажите, что вам удалось представить?

Все ли смогли себя представить пятиклассниками? Обсуждение

Учитель. Спасибо вам всем большое за занятие. На нём вы получили предварительное представление о том, что вас будет ожидать в 5 классе. **6 слайд**

Родительское собрание «Как подготовить ребенка к 5 классу».

Цель собрания:

Формировать у родителей культуру принятия трудностей, связанных с проблемами в переходе в среднее звено школы.

Задачи собрания:

- учить родителей анализировать причины, которые стимулируют плохое поведение детей;
- развивать умение поиска выхода в трудных ситуациях общения с такими детьми.

Форма проведения: групповая.

Ход родительского собрания

В возрасте 10-12 лет дети начинают постепенно взрослеть. Но они ещё много играют, бегают, часто легкомысленны, взрывчаты, кипучи, неустойчивы в интересах, легко поддаются влиянию. У младшего подростка возникает представление о себе, уже не как о ребёнке. Он начинает чувствовать себя взрослым, стремиться быть им. Дети сравнивают себя с окружающими людьми, отличаются большей восприимчивостью к усвоению норм, правил, ценностей и способов поведения, которые есть в мире взрослых. Школа и учение занимают большое место в жизни ребёнка. Но у многих привлекательность школы возрастает из-за возможности широкого общения со сверстниками.

Родители должны научиться регулировать степень психологической нагрузки на ребёнка.

В период адаптации ученика при переходе в среднее звено школы советуем: Не ослаблять контроль со стороны родителей за своим ребёнком. Быть в курсе всех проблем и разногласий, выслушивать ребёнка, не отмахиваться от его переживаний. Душевные травмы этого периода оставляют следы на долгое время.

Советуйтесь с новым классным руководителем, психологом школы.

Определитесь с едиными требованиями в семье.

Избегайте не педагогических мер воздействия на ребёнка.

Очень важно верить в возможности ребёнка, и он должен это от вас слышать. Негативная оценка его деятельности плохо сказывается на психическом развитии. Теряется побуждение к делу, исчезает уверенность в себе. Это блокирует развитие пятиклассника и формирует комплекс неполноценности. Невротическое развитие ребёнка начинается с переживания низкой самооценки, вызванной отношением взрослых.

Также не советуем чрезмерно опекать своих пятиклассников.

Лучше всего не сравнивать ребёнка с кем-то другим. Не противопоставляйте его никому. Это травмирует и формирует зависть, эгоизм, негатив. Стремитесь создать благоприятную атмосферу доверия, как норму. Тогда ребёнок будет нормально реагировать на чужие успехи без снижения самооценки.

Как помочь ребёнку хорошо учиться?

Обучение в школе - одно из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в социально-психологическом, так и физиологическом плане. Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам. Это очень напряженный период, прежде всего потому, что школа с первых же дней ставит перед учеником целый ряд задач, не связанных непосредственно с его опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

Чтобы сохранить у ребенка желание учиться, стремление к знаниям, необходимо научить его хорошо учиться.

Все родители мечтают, чтобы их дети хорошо учились. Но некоторые родители считают, что, отдав ребенка в школу, можно облегченно вздохнуть: теперь все проблемы, связанные с обучением, должна решать школа. Конечно же, школа не отказывается от своих обязанностей. Это дело не только школы, но и родителей. Мы, учителя, объясняем детям приемы работы, а как усвоил ребенок эти приемы, как он их использует и использует ли вообще, остается вне поля зрения учителя. А у родителей есть полная возможность проконтролировать своего ребенка. Они могут оказать ту помощь, которую не может оказать учитель.

Особенное значение в этом случае приобретает сотрудничество родителей и учителя, согласование их действий.

Еще К.Д. Ушинский говорил, что именно на начальном этапе обучения родители должны максимально опекать свое дитя. Их задача - научить правильно учиться. Усилия семьи и школы в решении этой проблемы - едины. Помощь детям должна быть эффективной, грамотной и должна идти в трех направлениях:

- организация режима дня;
- контроль за выполнением домашних заданий;
- приучение детей к самостоятельности.

1. Организация режима дня.

Организация режима дня позволяет ребенку:

легче справиться с учебной нагрузкой;
защищает нервную систему от переутомления, т.е. укрепляет здоровье. У 20% школьников плохое здоровье - причина неуспеваемости. Поэтому приучайте детей к соблюдению режима дня; рациональному питанию; добивайтесь, чтобы по утрам ребенок выполнял утреннюю гимнастику; занимался спортом; бывал на свежем воздухе не менее 3,5 часа.

Точный распорядок занятий - это основа любого труда. Необходимо включать в режим дня ежедневное выполнение домашних обязанностей (покупка хлеба, мытье посуды, вынос мусора и т.д.). Их может быть немного, но нужно, чтобы дети выполняли свои обязанности постоянно. Приученному к таким обязанностям ребенку не придется напоминать, чтобы он убрал свои вещи, вымыл посуду и т.д.

Совершенно необходимо, чтобы в режим дня было включено ежедневное чтение книг. Желательно в одно и то же время.

Хорошо читающий ученик быстрее развивается, быстрее овладевает навыками грамотного письма, легче справляется с решением задач.

Хорошо, если вы будете просить пересказать, что прочитал ребенок (рассказ, сказку). При этом взрослые смогут поправить речевые ошибки, неправильно произнесенные слова. Таким образом, дети будут учиться выражать свои мысли.

Важный вопрос в организации режима дня - это организация досуга. Важно не оставлять ребенка без присмотра, а дать возможность заниматься любимым делом в свободное от учебы время. Особое внимание следует уделять пребыванию на свежем воздухе (до 3,5 ч. в день), ведь у детей большая потребность в движении. В группе- 1,5-2 ч. Дома-1,5-2 ч.

Необходимо правильно организовать сон. Дневной сон - 1 час. (Если ребенок не спит, перевозбудился, пусть полежит, послушает сказку.)

Ложиться спать нужно в 21 час. Хороший, спокойный сон - это основа здоровья. Позаботьтесь, чтобы после ужина ребенок не перевозбудился, не смотрел «страшные фильмы», не играл в шумные игры. Все это отразится на сне, на самочувствии ребенка. Хорошо прогуляться перед сном 30-40 мин.

Если ребенок спит, следите, чтобы громко не звучал телевизор, радио. Погасите свет, говорите тише. Часто родители идут на поводу у детей, мирятся с капризами ребенка: дети участвуют в застольях, ложатся поздно спать. Это недопустимо. Здесь нужно проявить твердость.

Вы должны помнить, что теперь у вас ученик, и не мешать ему. Часто родители не замечают, что мешают детям: громко разговаривают, включают телевизор. Иногда родители делают за детей уроки. В этом случае страдает нравственность. Дети привыкают ко лжи и лицемерию.

Вы не должны забывать, что в силу возрастных особенностей школьники плохо переключаются с одного вида работы на другой. Например, сядет ребенок рисовать, родители посылают в магазин. Нужно дать время на переключение. Иначе внутреннее нежелание может сопровождаться грубостью. Запомните: всякое необоснованное переключение с одного вида работы на другой может выработать дурную привычку: не доводить дело до конца.

2. Направление помощи - контроль за выполнением домашних заданий.

Контроль должен быть систематическим, а не от случая к случаю и не ограничиваться вопросами:

- какие отметки?
- выполнил ли уроки?

После утвердительного ответа родители занимаются своими делами, не проконтролировав детей.

Некоторые родители не контролируют детей вообще, объясняя это нехваткой времени, занятостью. В результате дети не усваивают материал, работы выполняются небрежно, грязно, пробелы начинают накапливаться, что может привести к интеллектуальной пассивности ребенка. Он не понимает вопросов учителя, ответов товарищей. Ему становится не интересно на уроке, он не пытается умственно работать, а не желание напрягаться мысленно перерастает в

привычку, т.е. развивается интеллектуальная пассивность. Что приводит ребенка к нежеланию учиться. Поэтому помощь детям должна оказываться своевременно. В противном случае пробелы в знаниях будут накапливаться, а ликвидировать их потом будет просто невозможно. То есть контроль должен быть постоянным, каждодневным, особенно в начальной школе. Как можно больше требовательности к детям и как можно больше уважения. Контроль должен быть ненавязчивым и тактичным.

На первых порах маленький ученик нуждается в вашей помощи, в том, чтобы и напомнить ему об уроках и даже, может быть посидеть рядом с ним, пока он их сделает. Эти первые его школьные шаги необычайно важны: от них зависит, может быть, вся его школьная жизнь.

Очень важно контролировать не конечный продукт их труда, а сам процесс. То есть важно не просто проконтролировать результат работы, а проконтролировать как ребенок выполнял эту работу, помочь преодолеть трудности в работе.

Хорошо если бы вы интересовались: что изучал ребенок сегодня в школе; с как он понял материал; как он может объяснить, доказать те действия, что выполнял. При работе с детьми важно не натаскивать их в отдельных умениях и навыках, а учить их размышлять самостоятельно, анализировать, доказывать, обращаясь к вам за советом и помощью.

Контроль - это организация помощи для ликвидации каких-то пробелов, трудностей.

Для младших школьников характерно, что они сначала что-то делают, а потом думают. Поэтому необходимо приучать детей к планированию предстоящей работы.

Например, решая задачу:

- прочитать задачу, представить, о чем говорится;
- кратко записать условие, схему
- пояснить, что обозначает каждое число, повторить вопрос задачи;
- подумать, можно ли ответить на вопрос задачи; если нет, то почему;

- составить план решения задачи;
- проверить решение;
- записать решение в тетрадь.

Выполняя упражнение по русскому языку:

- повторить правила;
- прочитать задания к упражнению, повторить, что нужно сделать;
- прочитать упражнение и выполнить все задания устно;
- выполнить задание письменно;
- проверить работу.

Очень важным моментом является выработка привычки к неукоснительному выполнению домашних заданий:

- какая бы погода ни была;
- какие бы ни шли телепередачи;

- чей бы день рождения ни отмечался.

Уроки должны быть выполнены, и выполнены хорошо. Оправдания невыполненным урокам нет и быть не может. Для выработки этой привычки, нужно, чтобы родители с уважением относились к учебе - как важному и серьезному делу.

Очень важно, чтобы ребенок садился за уроки в один и тот же час. Специальные исследования показали, что фиксированное время занятий вызывает состояние предрасположенности к умственной работе, т.е. вырабатывается установка.

При таком настрое ребенку не нужно преодолевать себя, т.е. сводится до нуля мучительный период втягивания в работу. Если нет постоянного времени занятий, то эта установка может не выработаться и будет формироваться представление, что приготовление уроков дело не обязательное, второстепенное.

Важным является и место выполнения работы. Оно должно быть постоянным. Никто не должен мешать ученику. Очень важно заниматься собранно, в хорошем темпе, не отвлекаясь на посторонние дела.

У детей бывают два повода отвлечения:

Первый повод - игра: ребенок втягивается в игру незаметно для себя. Поводом может служить оставленная игрушка;

Второй повод - деловой: ищет карандаш, ручку, учебник. Чем больше отвлечений, тем больше затрачивается времени на выполнение домашнего задания. Поэтому необходимо установить четкий порядок: линейка, карандаш, ручка - слева; учебник тетради дневник - справа.

У младших школьников есть привычка выполнять работу вполсилы. Вроде бы не отвлекается, но мысли текут лениво, постоянно прерываясь, возвращаясь обратно. Очень важен темп работы. Работают хорошо те, кто работают быстро. Поэтому ребенка нужно ограничивать во времени (ставить часы).

Если на первых порах вы сидите рядом с ребенком, вы должны приободрить его: «Не торопись, детка. Смотри, какая хорошая буква получилась. Ну-ка еще одну постарайся, чтобы еще лучше вышло». Это, конечно, поможет ему в нелегкой работе, даже просто сделает ее веселее. Если вы будете раздражаться, если каждая пометка будет выводить вас из себя, ребенок возненавидит эти совместные занятия. Поэтому наберитесь терпения и не нервничайте. Но если уж очень плохо ребенок выполнил задание, то надо, чтобы он переделал его на листочке и вложил в тетрадь, не для оценки, а для того, чтобы учительница видела, что ребенок старался, и с уважением отнеслась к его труду. Одна из главных задач «сидения» рядом с сыном или дочерью - следить за тем, чтобы они ни в коем случае не отвлекались во время работы. И этого можно добиться даже от самого несобранного ребенка, если сидящие рядом мама или папа вежливо и спокойно будут возвращать его к работе. Труднее всего даются нашим детям навыки письма. Здесь вас можно успокоить, что в наш век каллиграфическое письмо не самое главное и что если ваш ребенок владеет речью, то, в конце концов, пусть пишет не так уж красиво, и не надо его за это терзать. Важно приучить его писать чисто, соблюдая поля, обязательно без пометок.

Опять-таки из воспитательных соображений: человек должен делать все красиво, решительно все. Помогите же своему ребенку в этом добрым словом и своим

присутствием. И вы не пожалеете о потраченном времени: оно принесет свои плоды.

Возникает вопрос, а когда же оставлять ребенка наедине с уроками? Делать это нужно как можно раньше, но не резко, а постепенно. Затянуть процесс этого «сидения» тоже вредно. Такие дети, которые делают уроки только с кем-нибудь из взрослых, никогда не смогут выполнить порученное им дело.

При разумной помощи и системе контроля дети приучаются выполнять уроки в одно и то же время, постепенно научатся распределять время самостоятельно.

3. Направление помощи - приучение к самостоятельности.

При проверке домашних заданий не спешите указывать на ошибки, пусть ребенок найдет их сам, не давайте готового ответа на их вопросы. При выполнении домашних заданий не нужно подменять школьника в работе; дети отучаются думать и ждут подсказки. В этом дети очень хитры и находят способы «заставить» работать за себя.

Учите детей выделять учебную задачу, т.е. ребенок должен ясно представлять, какими навыками и знаниями должен овладеть, чтобы суметь выполнить то или иное задание. Выделяя каждый раз учебную задачу на примере только что усвоенного материала, мы способствуем тому, чтобы ребенок научился сам видеть ее и в новом материале, и в том, который еще только подлежит усвоению. Поэтому, оказывая школьнику помощь, взрослые не должны забывать, что главное все-таки не в том, чтобы преодолеть ту или иную возникшую на сегодня трудность, а в том, чтобы на примере каждого частного случая показывать, как вообще надо преодолевать трудности в учении и приучать ребят ко все большей и большей самостоятельности.

О новом этапе

Переход ученика из начальной школы в среднюю совпадает со своеобразным концом детства – стабильным периодом развития в жизни ребенка. В пятом классе ребенка ждет новая система обучения: классный руководитель и учителя-предметники, преподающие новые дисциплины в разных кабинетах.

Одни пятиклассники гордятся тем, что повзрослели, и быстро втягиваются в учебный процесс, а другие переживают изменения в школьной жизни, и адаптация у них затягивается. В такой период дети нередко меняются – тревожатся без явных на то причин, становятся робкими или, наоборот, развязными, слишком суеются. Как результат – у ребят снижается работоспособность, они становятся забывчивыми, неорганизованными, иногда у детей ухудшаются сон и аппетит.

Возможные причины недостаточной адаптации в 5-м классе

- разные требования со стороны учителей-предметников, необходимость все их учитывать и выполнять;
- большой поток информации, незнакомые термины, слова;

- чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы, ощущение отсутствия или недостаточности внимания со стороны классного руководителя.

Все переживания этого возраста естественны и помогают ученику взрослеть, поэтому родителям и учителям надо просто быть внимательнее и добрее к ребятам в новый период их школьной жизни.

Физиологические проблемы пятиклассников

Врач школы или приглашенные на собрание специалисты лечебных учреждений, психологи знакомят родителей с теми проблемами, которые могут быть связаны с изменением статуса ребенка. Специалисты должны обратить внимание родителей на следующие моменты:

- изменение режима дня ребенка в сравнении с начальной школой;
- увеличение физической и умственной нагрузки;

быстрое физиологическое взросление многих детей, гормональные изменения в организме;

изменения в питании ребенка, связанные с его большей самостоятельностью.

Рекомендации для родителей

- Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий.
- Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение светового режима.
- Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.
- Обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания ребенка.
- Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели и т.д. Активное участие членов семьи в развитии двигательной активности ребенка.
- Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как главных условий сохранения здоровья.

Психологические проблемы пятиклассников

Основными проблемами, связанными с непростой адаптацией пятиклассников в средней школе, являются:

- повышение уровня тревожности семьи, связанной с обучением ребенка в пятом классе;
- повышение уровня тревожности самого ребенка, зависимость степени адаптации ребенка к новым условиям от тех требований, которые предъявляет ребенку семья, его ближайшее окружение;
- зависимость степени адаптации ребенка от его внутреннего состояния, характера, его успеваемости в начальной школе;
- степень учебной и социальной мотивации пятиклассника, его желание вступать в учебные и внеучебные контакты;
- состояние его физического здоровья, связанное с возрастными изменениями в организме и психологическим климатом в классном коллективе;
- влияние самооценки ребенка на адаптацию к школе (чем ниже самооценка, тем больше трудностей у ребенка в школе).

Рекомендации для родителей

- Безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
- Проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.
- Знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.
- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
- Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля его учебной деятельности. Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка. Формирование адекватной самооценки, навыков самоконтроля и поощрение самодостаточности ребенка.

Правила самостоятельной жизни

Известный *педагог и психолог Симон Соловейчик*, имя которого значимо для целого поколения учеников, родителей и учителей, в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе во время адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку и с их помощью готовить его к взрослой жизни.



Родители могут поместить свод этих правил в комнате или в рабочем уголке своего ребенка на видном месте. Желательно в конце недели обратить внимание ребенка на то, какие правила у него получается выполнять, а какие – нет и почему.

Родительское собрание

«Особенности периода адаптации детей в пятом классе»

Цели:

- психологическое просвещение родителей (психологические особенности младшего подросткового возраста);
- анализ особенностей адаптации учащихся;
- акцентирование внимания родителей на возможных трудностях адаптации пятиклассника к учебной деятельности в средней школе;
- рекомендации родителям по вопросам повышения адаптивных возможностей пятиклассников.

Ход родительского собрания

Учитель: Уважаемые родители! Скоро вы станете родителями пятиклассников. Это новая ступень в вашей жизни и жизни ваших детей. Четыре года назад это были забавные малыши, сегодня это серьезные ученики. Все эти годы вы поддерживали, настраивали на рабочий лад, утешали своих детей. Каждый из вас уже наверняка наметил стратегию поведения со своим повзрослевшим ребенком. Давайте обсудим, как же мы будем помогать своим детям учиться.

1. Какие трудности могут встретиться пятикласснику на этом пути? Почему это может негативно отразиться на адаптации пятиклассника?

Выслушать версии и комментарии родителей, обобщить.

Новые учителя. Увеличилось количество предметов, а значит, и количество учителей; у каждого учителя свои требования, и приспособиться к ним на первых уроках сложно; в начальной школе основной учитель знал, что он задал по всем предметам, и мог дозировать домашнее задание.

Новые требования статуса. В прошлом году в начальной школе дети были

самыми старшими и потому самыми главными, важными, успешными. В средней школе они вдруг оказались самыми маленькими и незащищенными. С другой стороны, взрослые считают, что ребенок уже вырос.

Новое отношение родителей. Часто взрослые считают, что если ребенок перешел в среднюю школу, значит, он автоматически стал взрослым и самостоятельным. Фразы родителей «он должен», «ты должен» все чаще звучат в адрес ребенка. Ребенок сам прекрасно осознает свою взрослость, но часто ему не хватает жизненного опыта ее осознать. Да к тому же взрослые не всегда поясняют, что же конкретно ребенок должен делать.

Какие признаки в поведении ребенка свидетельствуют о дезадаптации школьника?

Родители рассказывают о своих наблюдениях за поведением детей после школы. Усталый, утомленный вид ребенка.

Нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне.

Стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы.

Нежелание выполнять домашнее задание.

Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.

Жалобы на те или иные события, связанные со школой.

Беспокойный ночной сон.

Трудности утреннего пробуждения, вялость.

Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

2. Какие они, наши пятиклассники? Что должны, по вашему мнению, уметь дети 10-11 лет?

Учитель обобщает высказывания родителей.

Пятиклассники должны:

- уметь общаться с одноклассниками, иметь свое мнение и формировать его с учетом мнения других, уметь поддерживать отношения;

- уметь правильно распределять и планировать свое время, проявлять самостоятельность в своих делах и в случае необходимости обращаться за помощью взрослых;

- стараться учиться, стремиться овладевать знаниями, уметь заниматься самостоятельно;

- уметь дружить, иметь постоянного друга, общаться с мальчиками и девочками, самостоятельно разрешать возникающие конфликты;

- иметь постоянные обязанности дома, выполнять их без напоминания, помогать родителям;

- уметь общаться с продавцом, врачом и т. д.;

- уметь предвидеть последствия своих действий, делать безопасный, правильный выбор.

Уровень адаптации (анализ анкет).

В начальную школу вернуться дети не хотят. В 5-м классе разные учителя, новые предметы, классные часы. Не нравится ходить по кабинетам, много домашних

заданий. Дети отмечают, что интересно на уроках физической культуры, математики, истории, изобразительного искусства, природоведения, русского языка, иностранного языка. Вызывают затруднения уроки информатики, русского языка, иностранного языка, математики. Много времени занимает выполнение домашних заданий по русскому языку, иностранному языку, математике. Дети с интересом выполняют домашние задания по математике, информатике, истории. Родители в разной степени оказывают помощь в подготовке домашних заданий.

3. Как следует вести себя родителям в этот непростой для ребенка период?

Учитель: Я предлагаю вам некоторые рекомендации (на карточках). Обоснуйте, важны они для вас или нет, выскажите свое мнение. Таким образом мы вместе примем правила поведения родителей с пятиклассниками.

В течение нескольких минут родители обсуждают предложенные рекомендации.

Рекомендации родителям пятиклассника

1) Помните, что для ребенка по-прежнему важно соблюдать режим дня.

Обращайте внимание на организованность вашего ребенка, обсуждайте с ним такие вопросы:

- как можно учиться на собственных ошибках;
- почему иногда не хочется учиться и что с этим делать;
- что нужно, чтобы учиться хорошо.

2) Не думайте, что ваш ребенок повзрослел и можно ослабить контроль. Это может привести к тому, что незаметно для вас ребенок перестанет усваивать материал.

3) Помогите ребенку разобраться в новых для него жизненных условиях.

Подойдите к каждому преподавателю (особенно если вы видите, что у ребенка есть проблемы по этому предмету), уточните требования к уроку, домашней работе и т. п.

4) Помогайте пятикласснику выполнять домашнее задание, но не делайте работу за него. Контролируйте выполнение домашних заданий с учетом требований учителей.

5) Проявляйте искренний интерес к делам ребенка, к его школьной жизни, к тому, какие у него взаимоотношения с одноклассниками. Побуждайте рассказывать о его делах, и не только учебных. Старайтесь быть терпеливыми слушателями, не давайте скорых и резких оценок, это может обидеть ребенка, и в следующий раз он уже не будет столь доверчив.

6) Помогите ребенку почувствовать интерес к предметам, преподаваемым в школе. Помогите определить и понять, к чему ему стремиться. Обсуждайте с детьми их увлечения, интересы, учебные предметы, которым они отдают предпочтение.

7) Особенно важно сейчас приложить все старания, для того чтобы поддержать спокойную и стабильную атмосферу дома. Ваш ребенок должен всегда помнить о том, что его любят просто потому, что он есть, а не за то, что он приносит из школы хорошие отметки. Помните: сейчас вашему ребенку нужны ваши поддержка и понимание.

8) Поможем ребенку сохранить работоспособность с помощью следующих

правил:

1. Вернувшись из школы, ребенок должен хотя бы несколько минут полежать спокойно, расслабившись. После обеда очень хорошо совершить небольшую прогулку.
2. Ребенку не следует часами сидеть за учебниками. Через каждые 30-45 минут следует делать 15-минутные перерывы.
3. Самое лучшее средство для восстановления потраченной энергии - сон. Дети 8-10 лет должны спать не менее 10 часов, 12-15 лет - 8-9 часов.

Заключительная часть. Подведение итогов

Учитель: В заключение нашего разговора хочется напомнить родителям об их главном таланте и обязанности: родителям нельзя лениться. Родители должны уметь наблюдать, уметь чувствовать. Как ребенок спит? Как ест? Почему пропал аппетит? Не испытывает ли он чрезмерной нагрузки? Только благодаря этому таланту, терпению и любви можно преодолеть все трудности. И еще: правильно относитесь к неприятностям, все-таки случающимся в жизни. Будьте оптимистами и научите этому своего ребенка. Удачи!

Памятки для родителей

Ваш ребенок пятиклассник.

Переход из начального звена в среднее - важный этап в жизни ребенка.

Успешность адаптации:

- интеллектуальная готовность;
- умение общаться со сверстниками и учителями;
- соблюдение школьных правил;
- умение ориентироваться в новых ситуациях;
- эмоциональная гибкость.

Трудности адаптационного периода:

- возросший темп работы: дети не успевают быстро писать;
- возросший объем работы на уроках и дома;
- новые учителя и требования к оформлению работ;
- необходимо самостоятельно находить дополнительную информацию и работать с ней;
- новое расписание и новые кабинеты;
- трудности со старшеклассниками.

Некоторые проблемы пятиклассников:

- в письменных работах пропускают буквы;
- не умеет применять правила, хотя знает их формулировку;
- с трудом решает математические задачи;
- невнимателен, рассеян, забывчив;
- неусидчив во время занятий;

- с трудом понимает объяснения учителя;
- плохо ориентируется в пространстве;
- испытывает страх перед уроками, учителями, ситуациями проверки знаний;
- часто меняет друзей и бывает одинок.

Кризисные периоды:

- первые 4-6 недель (сентябрь, октябрь)
- середина декабря;
- неделя после каникул в феврале;
- середина марта (особенно после каникул).

Признаки дезадаптации:

- усталый, утомленный вид ребенка;
- беспокойный ночной сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие;
- нежелание выполнять домашнее задание;
- негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;
- нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне;
- повышенная тревожность, страх не соответствовать ожиданиям окружающих;
- жалобы на те или иные события, связанные со школой;
- стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы.

Особенности возраста:

- предподростковый возраст;
- постепенное обретение чувства взросления;
- проявление негативизма;
- возможные конфликты со взрослыми;
- эмоциональная нестабильность;
- пытается найти свою уникальность и собственное «Я»;
- замена ведущей учебной деятельности на ведущую деятельность общения;
- развитие способностей и мотивация зависят от ситуации успеха;
- возраст нарциссов.

Как помочь ребенку?

- безусловное принятие ребенка, несмотря на неудачи, с которыми он может столкнуться;
- создание условий для развития самостоятельности (домашние обязанности);
- спланировать свободное время ребенка;
- ненавязчивый контроль со стороны родителей;
- создание ситуации успеха;
- возможность обсудить свои школьные дела, отношения со сверстниками в семье;

- возможность общения с одноклассниками вне школы.