**Адаптационный период в 5 классе**

**Сроки адаптационного периода**

 В адаптационной период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, «развязными», чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными. Иногда нарушается сон, аппетит... Подобные функциональные отклонения в той или иной форме характерны примерно для 70-80% школьников. У большинства детей подобные отклонения носят единичный характер и исчезают, как правило, через 2-4 недели после начала учебы. Однако есть дети, у которых процесс адаптации затягивается на 2-3 месяца и даже больше.

**Новые условия обучения и воспитания:**

- разные кабинеты

-новый классный руководитель и учителя – предметники

-разные требования, стиль и методика обучения на уроках

-большой поток информации

-чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы.

-новый коллектив сверстников

-новые правила и нормы поведения

**Успешно адаптируются те ребята, которые ко времени поступления в среднее звено:**

- имеют достаточный уровень интеллектуального развития;

- умеют работать самостоятельно;

- умеют планировать свои действия;

- умеют контролировать свои действия и оценивать результат своей работы;

- умеют строить взаимоотношения со сверстниками и взрослыми;

- способны выдерживать эмоциональные нагрузки, обладают эмоциональной устойчивостью;

- кто не делает трагедии из школьной оценки;

**Основные задачи в период адаптации к 5 классу:**

-формирование представления о себе, как об умелом человеке с большими возможностями развития;

-формирование умения учиться в новых условиях;

- развитие учебной мотивации, познавательной активности и формирование интересов;

- формирование умения добиваться успехов и правильно относиться к успехам и неудачам, развитие уверенности в себе;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения соревноваться с другими, правильно и разносторонне сравнивать свои результаты с успешностью других;

- развитие ответственности и самостоятельности.

- развитие умения регулировать и контролировать эмоции и чувства.

- развитие эмпатии.

**Желания детей**: хорошо учиться, радовать своими успехами взрослых, ждут в новых условиях более интересной школьной жизни и новых положительных впечатлений.

**Новые условия влияют на изменения в поведении и психике ребёнка (в первое время):**

- возрастает тревожность;

- снижается работоспособность;

- повышается робость или напортив «развязность»;

- проявление неорганизованности и забывчивости;

- заболевания носят психосоматический характер;

- появляется чувство страха и неуверенности в ситуации несоответствия прежним достижениям или ожиданиям родителей;

**Причины трудностей в учении:**

- недостатки учебной подготовки при нормальном и даже хорошем уровне развития мышления и других познавательных процессов;

– значительные пробелы в знаниях;

– несформированность общеучебных и специальных учебных умений и навыков;

- преимущественно эмоциональное отношение к учебному предмету. Слишком сильные и слишком длительные как позитивные, так и отрицательные эмоции могут вызывать: эмоциональную усталость, раздражительность, капризность, скандалы и плачь и т.д.

- несформированность необходимых мыслительных действий и операций – анализа и синтеза, плохого речевого развития, недостатки внимания и памяти:

- формализм в усвоении знаний

- неуспеваемость так же может быть связана с особенностями учебной мотивации (мотив достижения успеха и мотив избегания неудач);

- слабая произвольность поведения и деятельности – нежелание, невозможность заставить себя постоянно заниматься.

**Причины и следствие неполной адаптации**

*Причины:*

- продолжительная неуспеваемость или её снижение,

- невозможность соответствовать прежним результатам и требованиям родителей в системе оценок,

- проблемы в сфере общения, недовольство своим положением в коллективе сверстников,

- неудовлетворённость потребностей и желаний и т.д.

*Следствие (нарушения в личностной и функциональной сферах):*

 - низкая или напротив защитно-высокая самооценка;

- прямая или косвенная оборонительно – защитная агрессия;

- чувство беспомощности и обиды;

- формируется мотив избегания неудач;

- расстроенность нервных процессов (частые заболевания, «школьный» невроз);

- повышенная возбудимость и импульсивность или напротив инертность, закрытость;

- формирование чувства неполноценности.

- проявление асоциальных форм поведения (демонстративность, закрытость, агрессия, импульсивность, раздражительность, обидчивость нарушение правил поведения или полное их игнорирование и т.д.)

**Трудности 5-классников**:

- возросший темп работы: дети, не умеющие быстро писать, не успевают;

- возросший объем работы как на уроке, так и дома;

- новые требования к оформлению работ;

- необходимость самостоятельно находить дополнительную информацию (литературу) и работать с ней.

**Признаки трудности в период адаптации:**

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. Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.

6. Жалобы на те или иные события, связанные со школой.

7. Беспокойный сон.

8. Трудности утреннего пробуждения, вялость.

9. Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

**Признаки и суть дезадаптации**

В случае незавершенности процесса адаптации, неуспешной адаптации говорят о дезадаптации - реакции на неумение решать задачи, поставленные самой жизнью. Ее виды:

1) Интеллектуальная - нарушение интеллектуальной деятельности. Отставание в развитии от сверстников.

2) Поведенческая - несоответствие поведения ребенка правовым и моральным нормам (агрессивность, асоциальное поведение).

3) Коммуникативная - затруднения в общении со сверстниками и взрослыми.

4) Соматическая - отклонения в здоровье ребенка.

5) Эмоциональная - эмоциональные трудности, тревожность, переживания по поводу проблем в школе.