

«Адаптація п'ятикласників. Поради вчителям старшої школи»

Адаптація - процес пристосування до нових умов чи вимог середовища, результатом якої має бути пристосування, що є показником життєвої компетентності індивіда.

Шкільна адаптація включає в себе 2 компоненти: фізіологічна адаптація та психологічна.

Фізіологічна передбачає:

- Необхідність створення умов для рухової активності між виконанням домашніх завдань.
- Попередження короткозорості, викривлення хребта, тренування дрібних м'язів кистей рук.
- Правильна поза під час виконання завдань, правильність світлового режиму.
- Обов'язкове введення у харчування дитини вітамінів, овочів та фруктів. Організація правильного харчування.
- Турбота батьків про загартування дитини, максимальний розвиток рухової активності.
- Виховання самостійності та відповідальності дитини як головних умов збереження здоров'я.

Психологічна адаптація:

- Перша умова шкільного успіху п'ятикласника – безумовне прийняття дитини, незважаючи на невдачі, з якими вона вже зіткнулася або може зіткнутися.
- Обов'язковий прояв інтересу батьків до школи, класу, в якому вчиться дитина, до кожного прожитого дня. Неформальне спілкування зі своєю дитиною після шкільного дня.
- Знайомство із шкільними друзями та можливість спілкування з однокласниками поза школою.
- Неприпустимість фізичних мір впливу, залякування, критика на адресу дитини, особливо у присутності інших людей.

- Виключення таких мір покарання, як позбавлення задоволень, фізичні та психічні покарання.

- Врахування темпераменту дитини в період адаптації до шкільного навчання. Повільні та нетовариські діти набагато важче звикають до класу, нових умов.

- Розвиток самоконтролю, самооцінки та самодостатності дитини

Отже, процес адаптації – це дуже важливий період у житті кожного п'ятикласника. Тому, **дорогі вчителі старшої школи:**

- Більше уваги приділяйте особистісному спілкуванню з учнями (без врахування їх успіхів в навчальній діяльності з даного предмета: якомога частіше говорити з учнями, важливо, щоб бесіди не стосувались певного вчинку дитини, а були пов'язані з її інтересами, життям, здоров'ям, друзями).
- Обов'язково включайте в навчання елементи гри.
- В контактах з дітьми будьте чесними, відвертими.
- В роботі з класною групою значну увагу приділяйте становленню класного активу; формуванню позитивних моральних цінностей авторитетних членів групи.
- Звертайте увагу на таких учнів у яких виражена тенденція до збудливості, коли усім керують емоції. Тому і підхід особливий: уникати гострих кутів, щоб не ускладнювати відносин і гальмувати збудливість. Потрібно розмовляти з ними спокійним тоном, не підвищувати голосу і ніколи не вирішувати проблему, коли учень збуджений.
- Звертайте увагу на дітей, у яких переважають гальмівні процеси. Бажано не вимагати від них термінового виконання роботи - адже їх активність зростає поступово, не вимагати швидкої зміни невдалих формулювань під час усних відповідей – їм потрібен час для обдумування і виправлення помилки.

- Коли підвищений егоцентризм (тобто Я – в центрі) - не варто хвалити таких учнів без потреби. Позитивну оцінку зі сторони дорослих вони повинні отримати лише тоді, якщо дійсно її заслуговують.
- Зверніть увагу на тих учнів, у яких висока емотивність (чутливість, вразливість); їх легко скривдити, довести до плачу. Вони довго переживають образу. Тому в поводженні з ними не скупіться на ласку, усмішки.
- Підтримуйте контакт очей – дивіться на дитину з любов'ю і впевненістю;