Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей

Методическая работа по теме:

|  |  |
| --- | --- |
|  | «Адаптация пятиклассников» |

 Выполнила

 воспитатель 5 «В» класса

 Петрушина Е. М.

**Лобня 2021 г.**

Содержание:

1. Введение

2. Основная часть

2.1. Теоретическая часть

2.2. Практическая часть

3. Заключение

4. Источники

5. Приложение

.

**Цель:**  психологическое и педагогическое просвещение, оценка адаптационного периода пятиклассников.

**Задачи:**
1. Выяснитьпозицию всех участников воспитательного процесса на этапе адаптации учащихся, познакомить их с психологическими особенностями подросткового возраста и адаптационного периода.

2. Проанализировать трудности, которые могут возникнуть у пятиклассников.
3. Предложить практические советы по адаптации ребенка к обучению в лицее после самоизоляции.

**Введение:** В кризисное время люди начали задумываться о том, что действительно имеет значение в их жизни. Многие из них переоценили свои ценности и действительно в корне изменили свою жизнь.

 Вполне вероятно, что такие мысли посещали и учеников. Возможно, время, проведённое в самоизоляции, помогло им усвоить нечто действительно ценное, и теперь они будут больше ценить свою свободу, простые удовольствия, своих близких и родных.

 Дистанционное обучение стало серьёзным испытанием для системы образования, которое она выдержала благодаря профессионализму учителей, желанию детей учиться, терпению родителей. Наступил не менее ответственный и сложный этап – адаптация к школе, традиционным урокам, который может занять более длительный период времени в новом учебном году из-за стрессовых факторов, вызванных режимом самоизоляции.

 Пятый класс для ребёнка — это довольно сложный этап в его личностном и эмоциональном взрослении. Это этап изменений, затрагивающий не только личностные особенности ребёнка, но и все его психические функции и состояния.

Поэтому, считается, что адаптация в 5 классе – один из труднейших этапов школьного обучения.

 **Основная часть: Адаптация** - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению.

 Понятие адаптации включает три составляющие:

* **физиологическую**
* **психологическую**
* **социальную**/ **личностную**

**Проблемы, вызывающие трудности адаптации**

1. Сбитый режим дня

Сбитый режим дня — распространённая проблема школьников, с которой они столкнутся после самоизоляции.

2. Дистанционное обучение — проверка школьников на самостоятельность и ответственность. Далеко не все добросовестно и регулярно выполняли задания учителей. И полноценное развитие ребенка возможно только при непосредственной включенности взрослого, даже на фоне использования самого передового современного оборудования и технологий.

3. Дефицит общения - за время самоизоляции ребята привыкли общаться друг с другом и учителями виртуально, с помощью компьютера, который вынужденно заменил живое общение.

 Ни один гаджет не заменит живого общения на все 100%, в первую очередь из-за отличия способа передачи эмоций при взаимодействии. Но есть вероятность, что мы будем больше общаться в виртуальном мире, чем в реальном мире. По словам клинических психологов, например, комфортно в самоизоляции чувствуют себя социофобы — люди, которые боятся социума, чувствуют напряжение при скоплении людей. Есть интроверты — люди от природы закрытые, не стремящиеся к активному общению. Возможно, для них выход из самоизоляции будет не таким радостным событием. Но тем, кто привык и любит общаться, понадобится не так много времени, чтобы восстановить привычный формат взаимодействия. Потребность в общении лежит в совместной деятельности.

 4. При переходе в пятый класс нарушается индивидуальный подход. Происходит как бы обезличивание школьника. У каждого предметника большая нагрузка и много учащихся. Каждый учитель по-своему реагирует на происходящее в классе и предъявляет ученикам определенные требования. Например, для одного шум во время урока может быть естественным фоном его объяснений, а другой строго наказывает за малейшее отвлечение. Ребенку необходимо время, чтобы привыкнуть и научиться вести себя в соответствии с требованиями.

**Причины медленной адаптации в 5 классе:**

1. Разные требования со стороны учителей-предметников, необходимость все эти требования и учитывать, и выполнять.

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

3. Чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы.

 Наблюдения за учащимися, общение с ними в этот период показывает, что они очень растерянны, не могут понять, как строить взаимоотношение с педагогами, какие требования обязательны для выполнения – к школьнику впервые предъявляется много требований со стороны многих человек. На пятиклассника обрушивается поток информации с непонятными для него словами, терминами. Есть и такая категория детей, которые в силу своего эмоционального состояния, создают множество организационных трудностей.

**2.2. Практическая часть**. Начало учебного года - это время серьезных испытаний в жизни детей, связанное с необходимостью привыкания к школьному коллективу, обязанностям, новому распорядку дня. Адаптация к школе - это процесс привыкания к новым школьным условиям, который каждый ребенок переживает и осознает по-своему. В школе всё иначе: новые требования, интенсивный режим, необходимость всё успевать. Для того чтобы приспособиться к ним, нужны силы и время. Период адаптации ребенка к школе длится от 2-3 недель до полугода, из-за стрессовых факторов, вызванных самоизоляцией.

 Выявить проблемы адаптации обучающихся к школе помогает диагностика посредством наблюдения за поведением, успеваемостью, тестирования, опроса учителей и родителей. Основная цель - определить и устранить факторы, снижающие уровень школьной мотивации, предотвратить развитие проблем психологического характера.

 Столкнувшись с необходимостью ежедневно посещать школу, у некоторых детей могут возникнуть негативные переживания. Им предстоит ориентироваться в новых требованиях, которые предлагает Роспотребнадзор, правилах, взаимоотношениях. Требования подчиняться непривычным и сложным установкам могут вызывать внутреннее сопротивление, препятствующее успешному обучению. Выражаются они по-разному:

- гиперподвижностью, суетливостью;

- стремлением привлечь больше внимания; скованностью;

- рассеянностью; застенчивостью;

- психосоматической симптоматикой: повышением температуры, вялостью, головными или мышечными болями.

 Этапы адаптации:

1. Первые 2-3 недели обучения на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем.

2. 2 этап - неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.

3. 3 этап - период относительно устойчивого приспособления.

 Со временем обстановка, одноклассники и учителя становятся детям хорошо знакомыми, уровень стресса постепенно снижается, уступая место эмоциональному комфорту, однако возможны обстоятельства, замедляющие адаптацию. Среди них:

- отсутствие навыков общения в коллективе;

- давление учителя;

- индивидуальные особенности мышления;

- конфликты со сверстниками или взрослыми.

**2.2 Практическая часть.**

 Для обеспечения благоприятного протекания процесса адаптации в начале учебного года я, как классный руководитель, ознакомилась с личными делами учащихся, характеристиками.

 Составила план работы:

- беседа с психологом о ребятах, которые посещали подготовительные курсы;

- налажен контакт с родителями (по телефону, в приложениях Viber, WhatsApp, ZOOM)

-составлен план работы с классом, план работы с родителями;

- ежедневно проводились беседы, которые носили организационный характер, решались текущие вопросы;

- еженедельно проводились тематические классные часы;

- наблюдение за учащимися во время и вне учебных занятий;

- анкетирование учащихся

- сотрудничество с учителями-предметниками.

 Запланировала и провела классные часы:

* 1. «Давайте познакомимся!»
	2. «Планета друзей»
	3. «Мой город Лобня»
	4. «Знакомство с библиотекой»
	5. Кл.час: «Международный день пожилых людей»
	6. Кл. час: «Достопримечательность Москвы. Останкино»
	7. Кл.час: «Дар воды»
	8. Кл.час: «ЗОЖ»
	9. Кл.час: «290 лет со дня рождения А. В. Суворова»
	10. Кл.час: «79 годовщина битвы под Москвой»
	11. Кл.час: «Конституция РФ»
	12. «Пришла Коляда, отворяй ворота»
	13. «Мир моих увлечений»
	14. «День снятия блокадного Ленинграда»
	15. «Сталинградская битва»
	16. «Служебный долг»
	17. «Рыцарский турнир»
	18. «По имени зовут…»
	19. «Весеннее настроение»
	20. «Почему мы так говорим»
	21. «Крым»

 **Учащиеся 5 «В» класса приняли активное участие во всех предложенных школьных мероприятиях:**

1. «Посвящение в лицеисты», + квест «Форд Байярд»

2. Новогодний огонёк

3. Конкурс плакатов «Безопасность дома»

4. Конкурс плакатов к Новому году

5. Конкурс «Проба пера»

6. Конкурс плакатов к 8 Марта

7. Акция « Кормушки для птиц»

8. «Веселые старты»

9. 23 февраля

10. Масленица

11. 8 Марта

 И мероприятия еще продолжатся…

**Заключение**

 Переход из начального в среднее звено школы является переломным, кризисным периодом в жизни каждого школьника. Любой учитель скажет, что начало 5-го класса — сложный этап, и не только для ребенка, но и для учителей, и для родителей. Проблем много, и они не ограничиваются рамками учебного процесса, а связаны также с организацией жизни в школе в целом и с психологической атмосферой в семье.

 Помощь педагогов детям должна быть направлена на укрепление их уверенности в себе, выработку собственных критериев успешности, умения вести себя в трудных ситуациях, ситуациях неуспеха.

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

**Источники:**

1. Баранова Н. Н. Адаптация пятиклассников к новым условиям учёбы [Электронный ресурс] // Слово : православный образов. портал. - [б.м], 2010. - URL: http://www.portal-slovo.ru/pedagogy/37952.php (18.03.10).
2. Гиппенрейтер Ю. Общаться с ребенком. Как? – АСТ, 2016. – 304 с.
3. Давыдова А. В. Классные часы: 5 класс. Москва. «Вако». 2010. - 271 с.
4. Практическая психология образования / Под ред. И.В.Дубровиной. — М.: ТЦ «Сфера», 1997
5. Коблик, Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе / Е. Г. Коблик. - Москва: Генезис, 2003. - 122 с.