**Адаптация учащихся в пятом классе. Адаптация ребенка в новом коллективе**

В контексте образовательного процесса, школьная психологическая адаптация учащихся к обучению в пятом классе – это процесс приспособления к изменившейся учебной ситуации: к новому классному и педагогическому окружению, новым учебным требованиям, иной организации учебного процесса.

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба. 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. Возраст учащихся 5-го класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости - главного личностного новообразования младшего подростка.

Социально-психологическая устойчивая адаптация детей к школе происходит на 5-6 неделе обучения и может продлиться до полугода. Это зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей ребенка, уровня сложности образовательной программы, типа учебного заведения, степени подготовленности ребенка. Результатом школьной адаптации может стать как адекватный механизм, приводящий к адаптированности, обеспечивающий успешность последующей учебной деятельности, так и неадекватный механизм приспособления ребенка к школе (нарушение учебы и поведения, конфликтные отношения, психогенные заболевания и реакции, повышенный уровень тревожности, искажения в личностном развитии), приводящий к дезадаптированности ученика. Адаптация – это длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. В процессе школьной адаптации можно выделить следующие элементы:

1. Организационная адаптация – это приспособление ребенка к новой системе организации жизни: к новым требованиям, правилам, режиму дня, обязанностям, статусу, т.е. критерием школьной адаптации в данном случае выступает готовность к принятию изменившейся социальной позиции школьника. В данном случае в качестве показателей адаптированности могут выступать сформированность позиции школьника и принятие ребенком школьных правил. Первое означает сформированность положительного отношения к школе, учению, познанию как к радости открытия, стремления к социально-нормированным формам поведения, к овладению социально значимы ми знаниями и умениями. Это готовность к новым обязанностям, ответственности перед школой, учителем, классом.

2. Учебно-мотивационная адаптация. Сформированность этой системы является одним из условий, необходимых для успешной учебной деятельности на протяжении всего школьного периода. Таким образом, в качестве второго критерия школьной адаптации может выступать мотивация учения. По изменению данного параметра можно судить об уровне школьной адаптации ребенка, степени овладения учебной деятельностью и об удовлетворенности ребенка ею.

3. Психологическая адаптация. В исследовании процесса школьной адаптации значимость приобретает анализ эмоциональных проявлений. Это связано с тем, что новые требования изменяют состояние эмоциональной сферы, вызывая неспецифическую, стрессовую реакцию организма, вплоть до возникновения пограничных нервно-психических расстройств. В связи с этим наше внимание должно акцентироваться не только на успеваемости и поведении ребенка, но и на изучении психологического здоровья пятиклассников. В данном случае критерием школьной адаптации может выступать эмоциональное состояние ребенка в школе. Наиболее информативным, прогностически значимым и потому чаще используемым показателем в этом плане является характеристика уровня школьной тревожности.

4. Социальная адаптация. Одним из основных критериев школьной адаптации являются особенности поведения ребенка в школе: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися и учителем.

Эффективность адаптации в значительной степени зависит от того, насколько адекватно ребенок воспринимает себя и свои отношения с другими людьми. Таким образом, основным индикатором трудности процесса социальной адаптации являются негативные изменения в поведении ребенка: это могут быть чрезмерное возбуждение, даже агрессивность или, наоборот, заторможенность, депрессивность. Иногда возникает чувство страха, нежелание идти в школу и т.д. Итак, основными показателями успешной адаптации ребенка к школе являются положительное отношение ребенка к школе, принятие школьных норм и правил, сформированность мотивации учения, хорошее эмоциональное самочувствие ребенка, формирование адекватного поведения.

Совокупность данных признаков (показателей) характеризует степень адаптированности ребенка в школе, в то время как отклонения в определенной сфере свидетельствуют о нарушениях приспособления к школе и риске дезадаптации.

При формировании нового учебного коллектива пятого класса можно отметить прохождение нескольких этапов его развития:

Первый этап адаптационного периода пятиклассников (который длится не более недели) посвящён знакомству ребят друг с другом или изучению друг друга (если состав класса не менялся). Они делятся информацией о том, что больше всего ценят в других людях и самих себе, чем нравится заниматься, как чувствуют себя в школе.

На втором этапе адаптационного периода ребятам предоставляется возможность взаимодействия в больших и малых группах, состав которых меняется, и выработки правил, облегчающих действие сообща. Некоторым классам удается разработать дифференцированные правила для различных видов взаимодействия — интеллектуального, творческого, трудового и пр. Среди общих правил появилось, например, такое: “Надо работать сообща, выслушивая друг друга и сверяя версии” или “Быть благодарным”. Важно, чтобы все правила конструировались в позитивной форме (без “не”) и были обсуждены их необходимость и значимость. Таким образом, одновременно с рождением способов оптимального взаимодействия происходит принятие созданных правил. Ещё одной важной содержательной частью данного этапа является создание портрета настоящего школьника: качества и свойства его личности, формы их проявления в поведении, действиях ученика по отношению к себе и другим людям, делу.

Третий этап адаптационного периода пятиклассников связан с осознанием у учащихся себя как части нового коллектива. На данном этапе, наблюдаются проявления нового сообщества — класса, с присущими ему характеристиками.

А.С. Макаренко указывал, что в формировании ученического коллектива большую роль играет именно педагог. На первоначальной стадии класс еще не может считаться коллективом, однако в нём уже есть его задатки. Важно начать и продолжать работу по воспитанию каждого из членов, выполнив строгие требования воспитателя. Эта стадия отличается тем, что отношения должны строиться на совместной деятельности, которая имеет общие цели, задачи и ценности.

Первая стадия завершена в тот момент, когда организация для всех членов стала общей, определились лидеры, которые пытаются подобрать свою команду, т.е. составить актив.

Вторая стадия – лидеры со своей командой начинают работать еще активнее, их влияние на всех членов коллектива становится значительнее. Они являются помощниками педагога и понимают, какие действия приносят пользу, а какие идут во вред коллективу. В этот период педагог использует по максимуму возможности объединения для решения тех задач, ради которых он создавался, в нашем случае – для достижения учебной цели. Одной из трудностей на этом этапе является разрешение конфликтов между личностью и коллективом, между нормами, уже установленными в обществе, и теми, которые стихийно сложились. Данные противоречия неизбежны на этом этапе.

Последующие этапы характеризуются в основном увеличением предъявляемых требований, не только к себе, но и друг к другу. Он достигает высшей отметки в том случае, если коллектив формирует высоконравственную личность. Основным признаком данной стадии является общий опыт, который влечет за собой одинаковую оценку разным событиям. Однако стадии не имеют четких границ: он не являются ступенями. А.С. Макаренко данный процесс представлялся не как смена стадий, а как добавление к предыдущей. Становление коллектива – не конечный процесс: даже если пройдены вышеперечисленные стадии, существуют последующие, которые подразумевают предъявление требований членом учебного коллектива уже к самому себе. Одним из мощных факторов, которые существуют для сплочения коллектива на всех стадиях, являются традиции, причем не только те, которые был приняты в самом начале, но и малые, возникающие в будничной жизни. Таким образом, коллектив является мощным педагогическом средством воспитания личности, однако создать его сразу невозможно, необходимо длительное время.

В целом, признаками успешной адаптации пятиклассников к обучению в школе являются:

- удовлетворённость ребёнка процессом обучения;

- ребёнок легко справляется с программой;

- степень самостоятельности ребёнка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому;

- удовлетворённость межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

Что может затруднить адаптацию детей к средней школе?

1. Рассогласованность, противоречивость требований разных педагогов.

2. Необходимость на каждом уроке приспосабливаться к темпу, особенностям речи, стилю преподавания каждого учителя.

3. Трудности, возникающие у детей при переходе в средние классы, могут быть связаны с определённой деиндивидуализацией, обезличиванием подхода педагога к школьнику. У некоторых пятиклассников возникает ощущение одиночества. Другие, наоборот: «шалеют» от внезапной свободы: бегают, задирают старшеклассников.

4.Отсюда повышенная зависимость детей от взрослых, прилипчивость к классному руководителю, капризы, посещение первого класса, где работает первая учительница.

5. Снижается успеваемость, так как этот возраст связан с интенсивным расширением контактов, с обретением своего «я» в социальном плане, дети осваивают действительность за порогом класса и школы.

Школьная дезадаптация: ребёнок становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстаёт в учёбе, быстро утомляется и просто не хочет идти в школу. Ослабленные дети (а их, к сожалению, из года в год становится все больше и больше) являются наиболее подверженными дезадаптации. В этот период детям необходима помощь педагогов, родителей и психологов. Особенно помощь родителей, поэтому очень важно уже в начале сентября провести родительские собрания, на которых дать информацию о том, что такое адаптация, дезадаптация, как помочь ребёнку в этот период.

**Как можно помочь пятикласснику в период адаптации к пятому классу, и в период его адаптации к новому ученическому коллективу?**

* Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребёнка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
* Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребёнка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несёт ответственность.
* Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждаётся в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
* Для пятиклассника учитель – уже не такой непререкаемый авторитет, как раньше, в адрес учителей могут звучать критические замечания. Важно обсудить с ребёнком причины его недовольства, поддерживая при этом авторитет учителя.
* Пятикласснику уже не так интересна учёба сама по себе, многим в школе интересно бывать потому, что там много друзей. Важно, чтобы у ребёнка была возможность обсудить свои школьные дела, учёбу и отношения с друзьями в семье, с родителями.
* Помогите ребёнку выучить имена новых учителей и одноклассников.
* Если вас, что-то беспокоит в поведении ребёнка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.
* Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребёнка.
* Поддерживать можно посредством: отдельных слов (красиво, прекрасно, здорово). высказываний ("Я горжусь тобой", "Спасибо", "Все идёт хорошо" и т.д.). прикосновений (дотронуться до руки, обнять его и т.д.). совместных действий (сидеть, стоять рядом и т.д.). выражение лица (улыбка, кивок, смех).