

Особенности адаптации детей к школе (рекомендации для родителей)

Существует три переломных момента, которые ребенок проходит в процессе обучения в школе: это поступление в первый класс, переход из начальной школы в среднюю (5 кл) и переход из средней в старшую (10 кл). В литературе по данному вопросу основное внимание уделяется преимущественно первоклассникам, однако нам представляется важным поговорить обо всех.

Итак, на что нужно обратить внимание родителям в эти переходные периоды? *Начнем с первоклассников.* Период адаптации ребенка к школе может длиться от 2-3 недель до полугода, это зависит от многих факторов: индивидуальные особенности ребенка, характер взаимоотношений с окружающими, тип учебного заведения (а значит, и уровень сложности образовательной программы) и степень подготовленности ребенка к школьной жизни.

Немаловажным фактором является и поддержка взрослых - мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут посильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

Каковы признаки успешной адаптации?

Во-первых, это удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.

Второй признак - насколько легко ребенок справляется с программой. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.

Если программа сложная, да еще и предполагает изучение иностранного языка - внимательно следите, не является ли такая нагрузка для ребенка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе начнутся проблемы со здоровьем. Может быть, в другом классе, с меньшей нагрузкой, ребенок почувствует себя комфортнее?

Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успех, не давать ему поддаваться унынию ("У меня ничего не получится!"), иначе бороться с апатией вы будете очень долго.

Следующий признак успешной адаптации - это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому. Частенько родители слишком усердно "помогают" ребенку, что вызывает порой противоположный эффект. Ученик привыкает к совместному приготовлению уроков и не хочет делать это в одиночку. Здесь лучше сразу обозначить границы вашей помощи и постепенно уменьшать их.

Но самым важным, на наш взгляд, признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

Нередко родители ругают ребенка за то, что он поздно возвращается из школы, что ему часто звонят друзья "не по делу", что слишком много времени у него уходит на прогулки. Однако хорошо бы помнить о том, что в этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес. Помогите ему в этом непростом деле! От того, какую нишу займет ваше чадо при распределении социальных ролей, зависит весь период его обучения в школе. Вспомните, как тяжело избавиться от имиджа "жадины" или "всезнайки", как много проблем появляется в подростковом возрасте именно потому, что когда-то малышу не удалось проявить себя должным образом.

Отдельно необходимо сказать и об отношениях с учителем.

Первая учительница - это важный человек в жизни всей вашей семьи. Хорошо бы сразу установить с ней тесный контакт, прислушиваться к ее советам, предлагать помощь в организации праздников и общих дел – ведь любое ваше участие в школьной жизни пойдет на пользу вашему ребенку. Ваш сын или дочь будут иметь повод гордиться вами! Обязательно согласуйте требования, чтобы ребенок не пострадал от ваших разногласий с педагогом. Если вас не устраивает (или просто непонятна) методика обучения, попросите учителя разъяснить ее особенности и преимущества перед другими способами обучения. Думаем, что любой учитель сделает это охотно, ведь он заинтересован видеть в вас в первую очередь помощников, а не критиков.

От учителя зависит и то, какой сосед по парте "достанется" вашему ребенку. Это - немаловажный фактор успешной адаптации первоклассника. Обязательно поинтересуйтесь, какие отношения складываются у детей, сидящих вместе. А может быть, это ваш отпрыск мешает кому-то на уроках? Не пугайтесь, дети еще не освоили непривычных норм поведения, да и просидеть 30 минут, не отвлекаясь, в этом возрасте достаточно сложно. Постарайтесь побеседовать с вашим школьником о том, что умение уважать другого, когда тот работает – очень ценное умение. Обязательно хвалите его, если человек выдержал подобное испытание с честью. Стимулируйте помощь детей друг к другу, не поощряйте позицию "моя хата с краю", - кто знает, возможно, именно взаимовыручка и доброе отношение между одноклассниками поможет вашему ребенку в трудный момент.

Второй кризисный этап в школьной жизни - это *переход из начальной школы в среднюю*. Литературы на эту тему не так много, как хотелось бы. А ведь именно этот период (10-14 лет) считается одним из самых беспокойных в семейном

воспитании.

В чем особенность адаптации этого момента?

Наиболее сложным для 5-классника является переход от одного, привычного учителя, к взаимодействию с несколькими предметниками. Ломаются привычные стереотипы, самооценка ребенка - ведь теперь его будет оценивать не один педагог, а несколько. Хорошо, если действия учителей согласованы и детям будет несложно привыкнуть к новой системе взаимоотношений, к разнообразию требований по разным предметам. Замечательно, если учитель начальной школы подробно рассказал классному руководителю об особенностях того или иного ребенка. Но так происходит не во всех школах. Поэтому задача родителей на данном этапе – познакомиться со всеми учителями, которые будут работать в вашем классе, попытаться вникнуть в тот круг вопросов, которые могут вызвать затруднения у детей этого возраста как в учебной, так и во внеучебной деятельности. Чем больше информации вы получите на этом этапе, тем легче вам будет помочь своему ребенку.

Какие "плюсы" несет в себе переход из начальной школы в среднюю? Что дает в психологическом плане это развитию личности ребенка? Прежде всего - дети узнают свои сильные и слабые стороны, учатся смотреть на себя глазами разных людей, гибко перестраивать свое поведение в зависимости от ситуации и человека, с которым общаются.

В то же время основной опасностью данного периода является фактор изменения личностного смысла учения, постепенное снижение интереса к учебной деятельности. Многие родители жалуются на то, что ребенок не хочет учиться, что он "скатился" на "тройки" и его ничего не волнует. Волнует, да еще и как! Но – действительно, не учеба. Подростковый возраст связан, прежде всего, с интенсивным расширением контактов, с обретением своего "Я" в социальном плане, дети осваивают окружающую действительность ЗА порогом класса и школы. А потому задача родителей - помочь в этом сложном деле. Хорошо бы больше знакомиться с друзьями вашего ребенка, приглашать их в дом, интересоваться увлечениями и ценностями подростков. В этом возрасте в классах обычно формируются отдельные группки по интересам. К какой из них тянется ваш ребенок? Почему?

Конечно, обязательно надо контролировать ребенка, особенно в первые 1-2 месяца обучения в средней школе. Но все же ни в коем случае не смешивать понятия "хороший ученик" и "хороший человек", не оценивать личные достижения подростка лишь достижениями в учебе. Если у ребенка возникли проблемы с успеваемостью и ему сложно поддерживать ее на привычном уровне, попробуйте дать ему возможность в этот период проявить себя в чем-то другом. В чем-то таком, чем он мог бы гордиться перед друзьями. Сильная заикленность на учебных проблемах, провоцирование скандалов, связанный с "двойками" в большинстве случаев приводит к отчуждению подростка и лишь ухудшает ваши взаимоотношения.

Еще одной особенностью детей 10-11 лет является их возросшая степень самостоятельности. С одной стороны, это хорошо, так как многое ребенок делает сам и не нуждается в вашей помощи, особенно в бытовом плане. Но именно эта уверенность в себе позволяет детям идти на эксперименты, иногда опасные для жизни и здоровья. В этом возрасте многие дети пробуют наркотики (в том числе и курение), у них появляются сомнительные знакомства. Именно в этот период (а переход из начальной школы в среднюю подходит как нельзя лучше!) хорошо бы так спланировать свободное время подростка, чтобы у него не осталось времени на "глупости" и бесцельное времяпрепровождение. Постарайтесь ВМЕСТЕ подумать, какие кружки (или студии, факультативы) хотел бы посещать ребенок, кто из друзей мог бы составить ему компанию.

И последний важный этап, который проходит школьник с процессе обучения в образовательном учреждении – это *переход в статус старшеклассника*.

Если вашему ребенку придется перейти в другую школу (с конкурсным набором), то для вас будут актуальны все советы, которые мы давали для родителей первоклассников. Если же он просто переходит в 10 класс в своей школе, то процесс адаптации к новому статусу произойдет легче.

Какие особенности необходимо учитывать родителям взрослых школьников? Во-первых, часть детей (видимо, все же, не бОльшая) уже определилась со своими профессиональными предпочтениями, хотя психологи обращают особое внимание на тот факт, что выбор профессии – это развивающийся процесс, который проходит в течение длительного периода. По словам Ф.Райса, этот процесс включает в себя серию "промежуточных решений", совокупность которых и приводит к окончательному выбору. Однако старшеклассники делают этот выбор не всегда осознанно и зачастую принимают решение о предпочитаемой области будущей трудовой деятельности под влиянием момента. Следовательно, они явно дифференцируют предметы на "полезные" и "ненужные", что вызывает игнорирование последних. Если это так, попробуйте внимательно отнестись к возникшему интересу в какой-то области, помогите углубить ребенку свои знания в ней, обязательно найдите возможность познакомить ребенка с привлекательной профессией – а вдруг он ошибся с выбором? Лучше своевременно переориентировать человека, чем позже расплачиваться за "мимолетное увлечение".

Другой особенностью старших подростков становится возврат интереса к учебной деятельности, что не может не радовать родителей. Как правило, в это время дети и родители становятся единомышленниками, активно обмениваются взглядами на выбор профессионального пути. Большинство родителей хотели бы, чтобы их дети пошли учиться дальше, получить высшее образование. Но немногие задумываются о том, насколько у старшеклассника присутствуют общеучебные навыки, умеет ли он учиться? Чрезмерная акцентуация на объеме приобретаемых знаний, а не на способе их получения может привести к тому, что после поступления в вуз для ребенка это и станет главной трудностью. Поэтому постарайтесь пронаблюдать: умеет ли будущий абитуриент конспектировать, владеет ли элементарными

умениями по оформлению письменных работ, написанию реферата. Если есть возможность, обучите его работе в сети Интернет, познакомьте с различными информационными технологиями. Все это окажется для него очень полезным в будущем.

Однако существуют и некоторые сложности во взаимодействии взрослых и детей. Это касается личной жизни подростков, куда вход родителям зачастую запрещен. При умелом дозировании общения, уважении права ребенка на личное пространство этот этап проходит достаточно безболезненно. Обратите внимание, что мнение сверстников в данный возрастной период представляется детям гораздо более ценным и авторитетным, чем мнение взрослых. Но только взрослые могут продемонстрировать подросткам оптимальные модели поведения, показать им на собственном примере, как надо строить отношения с миром.

Таким образом, резюмируя, отметим, что успешность прохождения образовательной траектории ребенка напрямую зависит от того, каким способом родители и другие члены семьи помогают ему в этом важном деле. И мы надеемся, что знание некоторых "тонких моментов" в оказании подобной поддержки существенно облегчит жизнь и вам, и вашим детям.

На наших страницах вы можете почитать дополнительную информацию о переходе в [пятый](#) и [десятый](#) класс общеобразовательной школы.

В заключение советуем обратить ваше внимание на книги, в которых затронуты проблемы адаптации детей к школе.

1. Безруких М., Ефимова С., Круглов Б. Почему учиться трудно? М.1996.
2. Боно Э. Учите вашего ребенка мыслить. Минск.1998.
3. Коренева Е.Н. Ох уж эти первоклашки! Ярославль.1999.
4. Фуллер Ч. Подберите ключ к обучению своего ребенка. Минск.1998.
5. Хилтунен Е. Когда ребенок учит самого себя.М.1999.
6. Чудинова Е.В. Младшие школьники в учебной деятельности. Рига.1999.

Переходим в пятый класс

Ну что ж, Вас и Ваших детей можно поздравить с окончанием начальной школы. Это и событие и радостное, и в то же время влекущее за собой много сложностей. Переход из начальной школы в среднюю сопряжен с большой психологической нагрузкой.

- Во-первых, Вашего ребенка будут учить несколько различных учителей, а не один-два, как это было в начальной школе. Расставание с первым любимым учителем огорчит ребенка. Встреча с новыми лицами, появление новых требований, возрастание ответственности окажется для ребенка так же большой неожиданностью. Педагоги относятся к пятикласснику не как к малышу, а как к сформированному школьнику, и должно пройти некоторое время, прежде чем сам ребенок осознает это.
- Во-вторых, ребята будут заниматься в разных кабинетах. Родного, по-домашнему уютного кабинета начальной школы, где проходили все уроки, больше не будет. В средней школе для изучения каждого предмета есть свой кабинет. Добавьте сюда встречи на переменах со "взрослыми дядями", старшеклассниками. Для привыкания к этому нужно время.
- В-третьих, у Вашего ребенка может поменяться коллектив одноклассников, даже если Вы не меняли школу. Могут появиться новички в классе, или уйти из школы одноклассники. Смена коллектива даже для взрослого человека проходит болезненно, а что говорить о малыше?

Поэтому, уважаемые родители, на Ваши плечи ложится забота о том, как помочь своему ребенку преодолеть все эти трудности. Помните, что процесс школьной адаптации может длиться до 6 месяцев. Относитесь к ребенку с пониманием - ему трудно. В это время он особенно нуждается в Вашей помощи.

1. Обязательно узнайте о программе обучения в 5 классе, предполагаемой нагрузке, наличии дополнительных занятий у завуча или директора школы. Сопоставьте требования с возможностями. Помните, что 8 уроков подряд ничего хорошего вашему ребенку не принесут.
2. Поинтересуйтесь, кто будет вести учебные предметы в классе Вашего ребенка. Пусть Вам заранее расскажут о требованиях педагога.
3. Узнайте, существует ли в школе группа продленного дня. Уточните режим ее работы, организацию питания и расписание факультативов. Современные группы второй половины дня, как правило, отличаются от прежней "продленки". Именно здесь должны присутствовать эстетический и развивающий циклы.
4. У ребенка начинаются выездные экскурсии. Поинтересуйтесь, есть ли у школы собственный экскурсионный транспорт.
5. Наладьте контакт со школьным психологом, так как в период адаптации могут возникнуть нежелательные отклонения в поведении, с которыми Вы самостоятельно не справитесь. Вам потребуется помощь специалиста.
6. Заранее познакомьтесь с воспитателем группы продленного дня. Это именно тот человек, который будет находиться с вашим ребенком большую часть времени.

Откровенно расскажите ему о ребенке, о его привычках, особенностях, его слабостях. И обязательно оставьте ему все Ваши телефоны, и рабочий, и домашний.

7. Первые три месяца следует тщательно контролировать, как дети собираются в школу. Ребята кладут в ранец совсем не то, что нужно, потому что только учатся следить за расписанием и его изменением. Поэтому, уважаемые родители, не поленитесь заглянуть в расписание уроков и проверить содержимое ранца. Но, заметив несоответствие, не спешите сами исправлять оплошность ребенка, пусть он сделает это сам. Тем самым Вы разовьете его внимание и воспитаете в нем самостоятельность.
8. Подружитесь с родителями других детей. Тем самым Вы получите гораздо больше информации о школе, о делах класса, а также о жизни вашего ребенка в школе.
9. И самое главное - никогда не бойтесь спрашивать учителей о том, что Вам непонятно. Не стесняйтесь, когда хотите что-то уточнить. Просите совета, когда сомневаетесь. Верьте в своего ребенка, и все у него будет хорошо.

Переходим в десятый класс

Переход из девятого класса в десятый – это одна из главных вех на жизненном пути школьника. Если с первого по девятый класс школьник двигался по единой, установленной для всех дорожке, то в десятом классе встает проблема выбора. Да-да, проблема выбора жизненного пути возникает у современного школьника вовсе не по окончании школы, а именно в десятом классе. Десятый и одиннадцатый классы – это этапы подготовки к поступлению в вуз. Никакие подготовительные курсы не помогут, если подготовка в старших классах была недостаточна. Именно сейчас родителям, и самому школьнику следует определиться, пойдет ли он работать, или станет учиться дальше, а если учиться, то где.

Легкость поступления как в российское, так и в зарубежное высшее учебное заведение практически полностью зависит от подготовки в школе. Зная это, многие современные школы прибегают к особым способам облегчения жизни школьника.

Самый эффективный способ – это непрерывное обучение школа–вуз. При этом выпускные экзамены в школе засчитываются в качестве вступительных в вузе. Это самый эффективный способ, гарантирующий 100% успех. Более того, Министерство образования рассматривает в настоящий момент возможность введения аналогичной системы повсеместно, когда вступительные экзамены заменяются конкурсом аттестатов. Однако у данной системы есть и серьезный недостаток – привязка к вузу с 10 класса, полное отсутствие возможности выбора. На настоящий момент правом приравнять выпускные школьные экзамены к вступительным обладают только школы, открытые при вузах, а это означает выбор специализации после 9 класса. Если же данная специальность ребенку не понравилась – изменить ее будет достаточно сложно.

Второй способ – это связь школа–базовый вуз. При этой системе школа становится базой для нескольких вузов различных направлений. У лицея "Столичный" таких вузов три – Высшая школа экономики, Московский государственный университет электроники и математики, МГУ им. М.В. Ломоносова. Сами занятия в лицее строятся так, чтобы ребенок, попробовав все направления, выбрал для себя, что ему ближе – экономика, техника или гуманитарное направление. Далее в 10–11 классах выделяется базовый день, когда ученики занимаются не в школе, а в выбранном вузе. Кроме того, основные дисциплины, по которым сдаются экзамены, в 11 классе читают преподаватели избранного вуза, а не школы. Достоинства такой системы – возможность выбора при наличии целенаправленной подготовки. Недостатки – приходится сдавать вступительные экзамены.

Ну и, наконец, обыкновенные государственные общеобразовательные школы. Они, как правило, не ориентированы на поступление в вуз, и об этом обязательно следует помнить. Их программа – средняя. А между тем математика на вступительных экзаменах в МИФИ или РЭА им. Плеханова сильно различаются. В итоге среднестатистический школьник готов к экзамену в общем, но понятия не имеет о том конкретном экзамене, который ему предстоит сдавать. В этом случае возможны два подхода:

- Первый подход – это подготовительные курсы при институте. При этом ребенок как бы ходит одновременно в две школы. Нагрузка, конечно, удваивается.
- Второй подход – это занятия с репетиторами. Эффективно, но дороговато при том, что результат не гарантирован.

Поэтому, если Вы хотите получить максимальную отдачу от занятий в 10–11 классах школы, сразу интересуйтесь ее связями с вузами. Лучше пусть ребенок ездит на занятия в более дальнюю школу, пусть Вы заплатите за обучение немного больше, но будете уверены, что два года не пропали зря! Из нашего длительного опыта уже точно известно, что за короткие 1–2 летних месяца уже ничего изменить нельзя. А там, глядишь, и армия...