

Родителям пятиклассников

Любые переходные периоды в жизни человека всегда связаны с проблемами. Переход учеников из начальной школы — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача — разобраться в том, что происходит с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Родители считают детей этого возраста трудными, педагоги и психологи называют этот период "переходным", "критическим". Многочисленные житейские наблюдения за подростками и не менее многочисленные научные исследования подтверждают действительную сложность происходящих в этом возрасте процессов развития.

В этот период происходит переход от детства к взрослости, от незрелости к зрелости. Подросток - это уже не ребёнок и ещё не взрослый. Это период бурного и неравномерного физического развития:

1. Интенсивно происходит рост скелета и конечностей, а грудная клетка и таз отстают, отсюда долговязость.
2. Происходит увеличение массы мышц, мышечной силы, но мышцы не способны к длительному напряжению. Следите за тем, чтобы ребёнок не уставал при длительной физической нагрузке, давайте ему отдохнуть.
3. Диспропорция сердечно-сосудистой системы. Сердце растёт быстрее, чем сосуды. Отсюда появляются различные функциональные нарушения, например потемнение в глазах, головные боли.
4. Нарушения со стороны нервной системы: повышенная возбудимость, вспыльчивость, раздражительность.

В связи с началом этапа полового созревания изменения происходят в познавательной сфере младшего подростка:

1. Замедляется темп их деятельности (на выполнение определённой работы теперь школьнику требуется больше времени, в том числе и на выполнение домашнего задания).
2. Дети часто отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания.
3. Иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется.

Всё вышеперечисленное зачастую и называют кризисом, видя в нем только негатив. Поэтому часто встречается устаревшая педагогическая точка зрения о том, что кризис - следствие серьезных упущений и просчетов в воспитании.

Всё это является причиной замечаний, наказаний, приводит к снижению успеваемости и конфликтам во взаимоотношениях. В том и состоит сложность работы с подростками, что они вызывают в первую очередь раздражение взрослых, в то время как на самом деле нуждаются в сочувствии, понимании и поддержке.

О ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ.

Проблема адаптации детей к школе обращает на себя внимание, особенно если ребенок первый раз идет в школу (1-й класс) или переходит из начальной школы в среднюю (5 класс).

Необходимо знать, что в норме адаптационный период длится от одного до трех месяцев. В этот период возможны следующие симптомы:

- повышенная сонливость, капризность;
- снижение аппетита;
- неустойчивое настроение;
- головная боль;
- расстройства желудка (не путать с отравлениями и симптомами болезней).

Если по истечении этого времени (1-3 месяца), вышеуказанные проявления дезадаптации сохраняются и к ним добавляются:

- прогулы уроков;
- не желание идти в школу;
- боязнь учителей;
- ночные страхи;
- бессонница;
- обострение хронических заболеваний (в т.ч. возникновение или возобновление энуреза)

необходимо обращаться к врачу.