**До уваги батьків здобувачів знань 5-х класів!!!**

***Інформація від практичного психолога школи Волинець О.В.***



Адаптація (від. лат. аdapto - пристосовую) - це пристосування органів чуття та цілого організму до нових, змінених умов існування.

Адаптація – це процес звикання дітей до шкільних вимог і порядків, нового для них оточення, нових умов життя.

Учням , які звикли до певних порядків початкової школи, потрібен час, щоб пристосуватися до нового темпу і стилю життя. Багаторічні спостереження педагогів та шкільних психологів свідчать про те , що цей етап неминуче пов'язаний зі зниженням успішності, хоча б тимчасовим. Перехід учнів із початкової школи до середньої справедливо вважається кризовим періодом.

Здається, тільки-но діти і батьки адаптувалися в початковій школі, як необхідно переходити до п’ятого класу, до середньої школи. На жаль, у цей період (10-11років) у дітей втрачається інтерес до навчання. Для учнів 5-го класу багато що стає новим і непізнаним: нові вчителі, нові предмети, форми навчання, а іноді і однокласники, високий темп роботи, великий об'єм робіт в класі та збільшений об'єм домашнього завдання. Звичайно ж, є діти, які легко й вільно адаптуються до шкільної системи вимог, а є діти, які відчувають потребу в допомозі вчителів, батьків, психолога.

Що викликає стрес у п’ятикласників? Різкі зміни умов навчання, різноманітні та більш ускладнені вимоги, які ставлять до дітей середньої навчальної ланки, навіть зміна «статусу» у початковій школі на «наймолодшого» у середній – все це є досить серйозним випробуванням. У цей період діти можуть стати невпізнанними: тривога, боязкість чи, навпаки, розв’язність, надмірна метушливість, збудження охоплюють їх. У зв’язку з цим у них може знизитись працездатність, вони можуть стати забудькуватими, неорганізованими.

П’ятикласники пристрасно бажають добре вчитися, щоб радувати оточуючих. Але, зіткнувшись з першими труднощами, часто розчаровуються.

Усі зазначені причини нерідко виступають не ізольовано, а спільно, поєднуючись у досить складні комбінації, і потребують зазвичай спільної активної роботи не тільки психолога й педагога, а й батьків, а головне – самого підлітка.

**Ознаки успішної адаптації**

Задоволення процесом навчання.

Легко справляється з програмою.

Ступінь самостійності дитини при виконанні нею навчальних завдань.

Готовність звернутися за допомогою дорослих лише ПІСЛЯ спроби виконати завдання самому.

Задоволення міжособистісними стосунками – з однокласниками та вчителями.

**Ознаки дезадаптації**

Стомлений зовнішній вигляд дитини.

Небажання дитини ділитися враженнями про пройдений день.

Прагнення відволікти дорослого від шкільних подій, переведення розмови на інші теми.

Скарги на події, пов’язані зі школою.

Небажання виконувати домашні завдання.

Негативні відгуки на адресу школи, вчителів, однокласників.

Неспокійний сон, важке пробудження зранку, постійні скарги на погане самопочуття