Мищенко Екатерина Евгеньевна

ГКОУ Кадетская школа-интернат №1

"Первый Московский кадетский корпус"

Педагог-психолог

**Адаптация к условиям обучения в средней школе**

Адаптационный период совпадает с начальным этапом полового созревания. С одной стороны повышаются требования, темп и объем работы, а с другой стороны возрастные изменения, которым сопутствуют изменения в познавательной деятельности (замедляется темп их деятельности, на выполнение работы требуется больше времени, теоретическое мышление находится на начальном этапе развития, чаще отвлекаются, ломаются привычки, стереотипы). Поэтому в этот период очень важны поддержка и внимание со стороны учителя.

Меняется социальное окружение – смена учителей, окружающей обстановки, старшие классы, много кабинетов, непривычное расписание уроков. Поскольку нет постоянно классного руководителя, необходимо вводить ребенку самоконтроль, что не всем удается. В этот период они могут быть невнимательны, забывать учебные принадлежности, терять вещи. В сфере межличностного общения происходит выявление своей полуролевой позиции (деление на мальчиков и девочек, у каждого свои интересы).

Однако, если у ребенка утомленный вид, постоянно жалуется на плохое самочувствие, не желает выполнять задания на уроках и дома, негативно отзывается в адрес школы, учителей, одноклассников, значит, ребенку нужна помощь – это первые признаки дезадаптации. Насколько успешно пройдет адаптационный период зависит от всех: и от учителей, и от администрации школы, и от родителей.

И наша задача помочь им его пройти с наименьшими потерями, поддержать своим участием, заинтересованностью, вниманием.

**Рекомендации для успешной адаптации**

1. Познакомиться с детьми и родителями. На первом родительском собрании познакомить родителей с требованиями в школе. На классном часе ознакомить детей с требованиями.

2. Равномерное распределение учебной нагрузки, домашних заданий.

3. Согласованность требований учителей. Должны быть единые требования к оценке. Ознакомить, по каким критериям выставляются оценки.

4. Создавать на уроке ситуацию успеха, хвалить за успехи, поддерживая тем самым самооценку.

5. Нельзя часто подчеркивать успехи одних и неуспехи других.

6. Нельзя противопоставлять ребят другу и сравнивать их между собой. Сравнивать успехи или неудачи можно только относительно самого ребенка (самого с собой).

7. Осуждать можно только поступки и действия ребенка, а не его личностные качества.

8. Узнать о состоянии здоровья детей (особенности) у медработника школы.

9. Для поддержания работоспособности использовать смену деятельности с одного вида на другой.

10. На уроках обязательно должны быть паузы между разными видами деятельности.

11. Необходимо работать в «зоне ближайшего развития» (оказывать помощь, когда ребенок не может самостоятельно справиться). Открытая помощь должна переходить в косвенную.

12. Правильно создавать учебную мотивацию.

13. Подчеркивать важность и первостепенность знаний. Оценка - результат деятельности, а не уровень знаний ребенка. Не использовать как манипуляцию.

14. Особое внимание уделить формированию правильного отношения детей к ошибкам, умения использовать их для лучшего понимания материала.

15. Умеренно пользоваться своей властью, не нарушайте границы ребенка.

16. Учительская власть может проявляться: в поощрениях и наказаниях, трансляции норм и правил, в личном авторитете учителя, компетентности.

17. Юмор – никогда не бывает лишним!