Очень много говорится о готовности к обучению первоклассников. Разработаны специальные тесты, позволяющие эту готовность диагностировать. Это обосновано, потому что начало школьного обучения – серьезный момент в жизни любого человека и важно, чтобы этот шаг он совершил во всеоружии, поскольку от уровня сформированности готовности к школьному обучению зависит весь процесс учения.

Но ведь в жизни каждого ученика бывает и другой важный момент – переход к обучению в средней школе – в 5-м классе. И не каждый ребенок с легкостью переходит на эту качественно новую ступень обучения.

По каким же показателям можно судить, насколько ребенок готов к учебе в 5-м классе?

Психологи выделяют следующие критерии готовности к обучению в средней школе:

**Во-первых,** это достаточная сформированность основных компонентов учебной деятельности, позволяющая ребенку успешно усваивать программный материал.

Если младший школьный возраст – период начального знакомства с учебной деятельностью, овладения ее основными компонентами, то средний школьный возраст – это период овладения самостоятельными формами работы, время развития интеллектуальной, познавательной активности учеников, стимулируемой соответствующей учебно-познавательной мотивацией. Эта мотивация направлена не только на получение новых знаний, но и на поиск общих закономерностей и освоение самостоятельных способов добывания новых знаний.

Уже с начала обучения в средней школе расширяется само понятие “учение”. Теперь оно не ограничивается рамками учебной программы, а часто выходит за ее пределы, может в большей степени осуществляться самостоятельно. Но это возможно только в том случае, если интерес к учению становится основным мотивом. Если же учение не представляет для ребенка значимой ценности, его познавательная активность развита слабо, то учебная деятельность превращается в сугубо формальную, не выполняющую свою функцию в развитии детей. Отсюда – и разочарование в учебе, нежелание учиться, отрицательное отношение к школе в целом, так характерное для 5-классников.

**Во-вторых,** за время учебы в начальной школе у детей должны возникнуть, так называемые, новообразования (т.е. то, чего у детей до этого еще не было). К этим новообразованиям относятся произвольность, рефлексия и понятийное мышление.

Рефлексия – это осознание себя и своих действий. Рефлексия меняет взгляд ребенка на окружающий мир, заставляет не верить на слово тому, что говорят другие, а вырабатывать свой собственный взгляд, собственное мнение. Это личностное отношение к окружающему, прежде всего, затрагивает основную деятельность школьников – учебную. В результате у детей постепенно формируется личное отношение к учению.

Произвольность – способность детей регулировать свою деятельность – также, прежде всего, касается учебы и распространяется на ситуации, связанные с выполнением учебной деятельности.

**В-третьих,** учащиеся 5-х классов должны быть готовы к установлению других, более “взрослых” взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

Что касается отношений со сверстниками, то нужно отметить, что в этот период общение с ними начинает определять многие стороны личностного развития ребенка. В этом возрасте появляются притязания ребенка на определенное положение в системе деловых и личных взаимоотношений в классе, формируется достаточно устойчивый статус ученика. На эмоциональное самочувствие ребенка все в большей степени начинает влиять то, как складываются его отношения с товарищами, а не только успехи в учебной деятельности и взаимоотношения с учителями. Существенные изменения происходят и в нормах, которые регулируют отношение школьников друг к другу: на первое место выступают нормы, связанные с качествами “настоящего товарища и друга”.

**ПОНЯТИЕ И ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ**

Понятие адаптации (от латинского слова adapto-приспособляю) возникло в биологии и рассматривается в ней как приспособление строений и функций организма, его органов и клеток к условиям среды. Адаптация социальная рассматривается как приспособление индивида к условиям социальной среды, является одним из основных социально-психологических механизмов социализации личности, который включает в себя и принятие индивидом социальной роли.

Социальная адаптация включает:

1. адекватное восприятие окружающей действительности и самого себя;
2. успешное общение и адекватные отношения с окружающими;
3. способность к труду, обучению и организации досуга и отдыха;
4. способность к самообслуживанию и самоорганизации;
5. изменчивость поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями.

Значение социальной адаптации возрастает в условиях кардинальной смены деятельности и социального окружения человека. У учащихся и первых, и пятых, и десятых классов меняется их социальное окружение (новый состав класса и/или учителей) и система деятельности (содержание новой ступени образования). Ситуация новизны всегда является для человека в той или иной степени тревожной. Ребенок же переживает в таких условиях эмоциональный дискомфорт из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр. Такое состояние часто сопровождается внутренней напряженностью, иногда затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных решений. Достаточно длительное психическое напряжение может закончиться школьной дезадаптацией и ребенок становится тогда недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстает в учебе, быстро утомляется и уже не хочет идти в школу. Соматически ослабленные дети (а их количество увеличивается) являются наиболее подверженными возникновению дезадаптации.

Конечно же, адекватное восприятие ребенком своего школьного окружения, успешное установление отношений с одноклассниками и новыми учителями весьма затрудняются, если у него высок уровень личной и школьной тревожности. Таким образом, осложняется сам процесс учения, продуктивная работа на уроке становится проблематичной. Даже потенциальный отличник может превратиться в отстающего ученика.

Не менее важным становится процесс адаптации учащихся и для учителей, которые, мало зная своих учеников, могут ошибиться в оценке их возможностей, успешной индивидуализации и дифференциации обучения. Поэтому учителям необходимо вовремя корректировать собственную педагогическую позицию относительно класса и отдельных учеников.

**ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ В ВОЗРАСТЕ 10-11 ЛЕТ**

Возрастной период 10-11 лет характерен переходом от младшего школьного возраста к отрочеству. Как и любой переходный период, он имеет свои особенности и связан с определенными трудностями как для учащихся и их родителей, так и для учителей.

Что же характеризует особенности интеллектуального и личностного развития школьников на стыке младшего школьного и подросткового возраста?

В этот период происходят существенные изменения в психике ребенка. У него начинает развиваться теоретическое мышление, так как новые знания, новые представления об окружающем мире изменяют сложившиеся ранее житейские понятия. На основе развития нового уровня мышления происходит перестройка всех остальных психических процессов, т.е., как заметил Д.Б. Эльконин, "память становится мыслящей, а восприятие думающим". Многочисленные исследования показывают, что развитие мышления в понятиях способствует дальнейшему развитию у детей рефлексии – понимания ими своей психической жизни, формирования отношения к самому себе. В результате у ребенка начинают развиваться собственные взгляды, мнение, в том числе понимание значимости образования.

Познавательная сфера по-прежнему развивается как ведущая. Наиболее серьезные требования предъявляются к умственному и речевому развитию учащихся: навыки логических операций с понятиями, систематизация учебных знаний, перенос интеллектуальных навыков, понимание смысла изучаемых понятий, грамотность и содержательность устной речи. К концу младшего школьного возраста у учащихся должны быть сформированы и другие новообразования: произвольность психических процессов, способность к саморегуляции.

Учебная деятельность дополняется другими видами деятельности, и все вместе теперь они влияют на психическое развитие учащихся, учебная деятельность при этом остается основной и продолжает определять содержание мотивационных сфер личности. С начала обучения в средней школе расширяется само понятие "учение", так как теперь оно может выходить за пределы класса, школы, может отчасти осуществляться самостоятельно, целенаправленно. Качественно изменяются требования к мотивации учебной деятельности. Появляется новый вид учебного мотива – мотив самообразования, представленный пока в наиболее простых формах (интерес к дополнительным источникам знаний). Кроме того, успешное обучение в среднем звене требует более глубоких и содержательных побудительных сил: ориентация на способы получения знаний, интерес к закономерностям и принципам, понимание смысла учения "для себя". Если интерес к учению становится смыслообразующим мотивом у ребенка, его учебная деятельность обеспечивает его успешное психическое развитие.

К сожалению, социальная ситуация в современной школе такова, что в складывающейся иерархии ценностей учение не всегда занимает достойное место, познавательная активность школьников развита слабо, и только отметка выступает как главный стимул и основной конечный результат учебы.

К 4-му классу общение со сверстниками начинает определять многие стороны личностного развития ребенка. В этом возрасте проявляются притязания детей на определенное положение в системе деловых и личностных взаимоотношений в классе, формируется достаточно устойчивый статус ученика. Именно характер складывающихся взаимоотношений с товарищами, а не только его успехи в учебе и отношения с учителями, во многом определяет эмоциональное самочувствие ребенка.

Существенно меняется также характер самооценки школьников этого возраста. Привычные в младших классах ситуации, когда самооценка определялась учителем на основании результатов учебы, подвергаются корректировке и переоценке другими детьми; при этом во внимание принимаются те качества ребенка, которые проявляются в общении.

Переход из начальной школы в среднюю связан у пятиклассников с появлением новых учителей, разнообразием их требований, занятиям в разных кабинетах, необходимостью вступать в контакты со старшеклассниками.

**ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПСИХОЛОГОВ, ПЕДАГОГОВ  
НА ЭТАПЕ АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ В СРЕДНЕМ ЗВЕНЕ ШКОЛЫ**

Цель работы психолога и педагогов с учащимися, переходящими в среднее звено школы, состоит, во-первых, в определении готовности к обучению в новых условиях, во-вторых, в оказании помощи детям с низким уровнем такой готовности.

Каковы показатели готовности учащихся начальной школы к переходу в среднюю? Можно выделить следующие компоненты в содержании понятия "готовность к обучению в средней школе":

1. Сформированность основных компонентов учебной деятельности, успешное усвоение программного материала учащимся.
2. Сформированность у ребенка новообразований младшего школьного возраста, таких как произвольность, рефлексия, мышление в понятиях (на соответствующем возрасту содержании).
3. Качественно новый, более "взрослый" тип взаимоотношений ученика с учителями и одноклассниками.
4. Эмоциональная готовность к переходу в среднюю школу, которая выражается в адекватности переживаний и предупреждает его повышенную школьную тревожность.
5. Личностная, интеллектуальная и эмоциональная готовность ученика к обучению в данной школе.

Другими словами, у адаптированного ученика 5-го класса есть желание идти в школу, участвовать в общественной жизни, общаться с учителями, а также устойчиво хорошее настроение и успеваемость на уровне 4-го класса или чуть ниже. Если же ученик решает свои школьные проблемы с привлечением родителей, у него появляется повышенная аффективная реакция на оценку, он часто обращается к учителю начальной школы, имеет подавленное настроение и испытывает нежелание идти в школу, значит, процесс его адаптации в средней школе протекает неуспешно.

Работа психолога проводится в несколько этапов: диагностический и коррекционный. Процесс адаптации ребенка к средней школе рассматривается с точки зрения соответствия диагностических данных конкретного ребенка системе психолого-педагогических требований к обучению и поведению школьников. Результаты обследования сравниваются с содержанием нормативных показателей развития, и их соответствие или несоответствие будет показывать, как протекает процесс адаптации к новой социальной ситуации.

Диагностический этап в работе психолога с учащимися имеет сложное содержание и начинается уже во время окончания ими начальной школы. Основной диагностической задачей является выявление мотивационной, интеллектуальной и социально-психологической готовности детей к переходу в среднюю школу. Одновременно следует обобщить полученные показатели по каждому классу в целом. Опыт показывает, что классы отличаются друг от друга предпочтением учебных дисциплин, особенностями мотивационной и степенью сформированности интеллектуальной сферы, в том числе по отдельным мыслительным операциям, а также уровнем тревожности, степенью сформированности коллектива класса, а также ожиданиями относительно стиля взаимотноошений между учащимися и педагогами.

Сравнительный анализ результатов диагностики в классах дает возможность подготовить конкретные рекомендации преподавателям-предметникам 5-х классов, классным руководителям, а также оценить эффективность работы учителей начальной школы.

По результатам наблюдений педагога начальной школы и психодиагностических исследований готовится не только характеристика каждого класса, но и развернутая психолого-педагогическая карта на каждого ученика 4-го класса. В ней психолог, учитель класса характеризует содержание личностной, интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы ребенка.

Результаты психодиагностической работы психолог обсуждает с преподавателями и педагогами, которые будут работать в 5-х классах. Такое обсуждение может проходить в виде психолого-педагогического консилиума, деловой игры, "круглого стола". Итогом совместной работы является примерная программа действий всех участников учебно-воспитательного процесса, включая родителей.

На учащихся, которые показали в психодиагностическом исследовании склонность к школьной дезадаптации (проблемы с учебной деятельностью, в отношениях с одноклассниками, учителями, родителями, высокий уровень тревожности и т.п.), составляется коррекционная психолого-педагогическая программа.

Коррекционный этап работы психолога с учащимися начинается в 5-м классе. Основная его задача состоит в изучении степени и особенностей принятия школьниками новых социальных условий и помощи им, если необходимо, в эффективной адаптации к условиям обучения в средней школе.

Перед началом учебного года психологом совместно с классным руководителем разрабатывается программа адаптационного периода для детей, которая затем реализуется в работе с ними в течение первой недели обучения в школе.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

При обсуждении с родителями проблемы перехода из начальной школы в среднюю необходимо обратить их внимание на адаптацию детей к обучению в средней школе, на ее позитивные и негативные стороны, а также на те условия, которые могут способствовать или препятствовать успешному прохождению адаптационного периода.

Основное внимание родителям в это время следует уделять развитию учебной деятельности детей, их умению учиться, приобретать с помощью взрослых и самостоятельно новые знания и навыки.

В пятом классе условия обучения коренным образом меняются: дети переходят от одного основного учителя к системе “классный руководитель—учителя-предметники”, уроки, как правило, проходят в разных кабинетах. Нередко дети меняют школу (например, поступают в гимназию), у них появляются не только новые учителя, но и новые одноклассники.

В настоящее время переход из начальной школы в среднюю совпадает с концом детства — достаточно стабильным периодом развития.

Как показывает практика, большинство детей переживает это событие как важный шаг в своей жизни. Они гордятся тем, что “уже не маленькие”. Появление нескольких учителей с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений является для них зримым показателем их взросления. Они с удовольствием и с определенной гордостью рассказывают родителям, младшим братьям, друзьям о “доброй” математичке или “вредном” историке. Кроме того, определенная часть детей осознает свое новое положение как шанс заново начать школьную жизнь, наладить не сложившиеся отношения с педагогами.

Переход из начальной школы в среднюю связан с возрастанием нагрузки на психику ученика.

Психологические и психофизиологические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в пятом классе школьники переживают период адаптации к новым условиям обучения, во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе.

Резкое изменение условий обучения, разнообразие и качественное усложнение требований, предъявляемых к школьнику разными учителями, и даже смена позиции “старшего” в начальной школе на “самого маленького” в средней — все это является довольно серьезным испытанием для психики школьника.

В адаптационной период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, “развязными”, чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными, иногда нарушается сон, аппетит... Подобные функциональные отклонения в той или иной форме характерны примерно для 70–80% школьников.

У большинства детей подобные отклонения носят единичный характер и исчезают, как правило, через 2–4 недели после начала учебы. Однако есть дети, у которых процесс адаптации затягивается на 2–3 месяца и даже больше.

С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей. Подобные заболевания носят психосоматический характер.

В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.

При слишком длительном процессе адаптации, а также при наличии множества функциональных отклонений необходимо обратиться к школьному психологу.

Что же может затруднить адаптацию детей к средней школе? Прежде всего, это рассогласованность, даже противоречивость требований разных педагогов. Школьник впервые оказывается в ситуации множественности требований и, если он научится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни.

Поэтому надо, чтобы родители объяснили, с чем связаны эти различия, помогли подростку справиться с возникающими трудностями.

Трудности у пятиклассников может вызывать и необходимость на каждом уроке приспосабливаться к своеобразному темпу, особенностям речи, стилю преподавания каждого учителя.

Необходимо, чтобы школьники правильно понимали употребляемые учителем и встречающиеся в текстах учебников термины. Сейчас много специальных школьных словарей, и хорошо, если дети будут иметь их и научатся ими пользоваться. Важно разъяснить, что неполное, неточное понимание слов нередко лежит в основе непонимания школьного материала.

Трудности, возникающие у детей при переходе в средние классы, могут быть связаны также с определенной деиндивидуализацией, обезличиванием подхода педагога к школьнику. У некоторых пятиклассников возникает ощущение одиночества: никому из взрослых в школе они не нужны. Другие, наоборот, как бы “шалеют” от внезапной свободы — они бегают по школе, исследуя “тайные уголки”, иногда даже задирают ребят из старших классов.

Отсюда повышенная зависимость определенной части детей от взрослых, “прилипчивость” к классному руководителю, плач, капризы, интерес к книгам и играм для маленьких детей.

Иногда за одной и той же формой поведения (например, посещение первого класса, в котором работает бывшая учительница) скрываются совершенно разные потребности и мотивы. Это может быть желание вновь оказаться в знакомой, привычной ситуации опеки и зависимости, когда тебя знают, о тебе думают. Но может быть и стремление утвердить себя как “старшего”, “выросшего”, того, кто может опекать малышей. Причем у одного и того же подростка это может сочетаться.

Необходимо показать родителям, что некоторое “обезличивание” подхода к школьнику — очень значимый момент для его развития, укрепления у него чувства взрослости. Важно только помочь ему освоить эту новую позицию.

Помощь родителей на первых порах нередко нужна школьникам и в подготовке домашних заданий (даже если в начальной школе дети делали уроки самостоятельно), и в преодолении трудностей в учебе, которые нередко возникают на первых этапах обучения в средней школе.

Следует обратить внимание родителей на то, что ухудшение успеваемости в значительной степени связано с особенностями адаптационного периода.

Родителей полезно познакомить с рекомендациями специалистов Филадельфийского детского центра по обеспечению “гармонии между домашней и школьной жизнью ребенка”.

**Рекомендации для родителей**

**1. Воодушевите ребенка на рассказ о своих школьных делах.**

Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: “Как прошел твой день в школе?” Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребенком о школе.

Запоминайте отдельные имена, события и детали, о которых ребенок сообщает вам, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Кроме того, обязательно спрашивайте вашего ребенка о его одноклассниках, делах в классе, школьных предметах, педагогах.

**2. Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.**

Без колебаний побеседуйте с учителем, если вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой, или о взаимосвязи его школьных и домашних проблем. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребенка не реже, чем раз в два месяца.

Во время любой беседы с учителем выразите свое стремление сделать все возможное для того, чтобы улучшить школьную жизнь ребенка. Если между вами и учителем возникают серьезные разногласия, прилагайте все усилия, чтобы мирно разрешить их, даже если придется беседовать для этого с директором школы. Иначе вы можете случайно поставить ребенка в неловкое положение выбора между преданностью вам и уважением к своему учителю.

**3. Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений.**

Ваш ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость — как наказание. Если у ребенка учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий. Постарайтесь, насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений: например, ты на полчаса больше можешь посмотреть телевизор за хорошие отметки, а на полчаса меньше — за плохие. Такие правила сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам.

**4. Знайте программу и особенности школы, где учится ваш ребенок.**

Вам необходимо знать, какова школьная жизнь вашего ребенка, и быть уверенным, что он получает хорошее образование в хороших условиях. Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом и педагогическим коллективом. Используйте любые возможности, чтобы узнать, как ваш ребенок учится.

**5. Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.**

Установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно выполнять домашние задания, полученные в школе, и следите за выполнением этих установок. Это поможет вам сформировать хорошие привычки к обучению. Продемонстрируйте свой интерес к этим заданиям и убедитесь, что у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Однако если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

**6. Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.**

Выясните, что вообще интересует вашего ребенка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Или любовь ребенка к играм можно превратить в стремление узнавать что-нибудь новое.

Ищите любые возможности, чтобы ребенок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности. Например, поручите ему рассчитать необходимое количество продуктов для приготовления пищи или необходимое количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.

**7. Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.**

Такие события, как первые несколько месяцев в школе, начало и окончание каждого учебного года, переход из начальной школы в среднюю и старшую, могут привести к стрессу ребенка школьного возраста. При любой возможности пытайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий. Спокойствие домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе.