

Трудности адаптации пятиклассников к обучению в основной школе

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ

1. Новый и трудный режим дня.
2. Сложные задания – увеличилась умственная и физическая нагрузка.
3. Физиологическое взросление детей.
4. Гормональные изменения в организме.
5. Изменение питания, в связи с большей самостоятельностью.

Как помочь справиться?

1. Планировать отдых перед выполнением домашнего задания и после него.
2. Предупреждать близорукость, искривление позвоночника.
3. Следить за питанием ребенка.
4. Повышать двигательную активность ребенка и семьи.
5. Воспитывать ответственность ребенка за сохранение собственного здоровья.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ

1. Тревожность.
2. Снижение интереса к учебе и успеваемости.
3. Напряженные отношения между детьми.
4. Новые условия и другие учителя.
5. Отстранение от взрослых.

Как помочь справиться?

1. Проявлять интерес к школьной жизни ребенка.
2. Исключить физические воздействия на ребенка.
3. Учитывать темперамент ребенка.
4. Предоставлять самостоятельность в учебной работе.
5. Поощрять ребенка и морально стимулировать достижения.
6. Развивать самоконтроль, самооценку и самодостаточность ребенка.