

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СУЧКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
ДЛЯ КЛАССНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ
«АДАПТАЦИЯ ДЕСЯТИКЛАССНИКОВ»**

Разработано:
зам.директора по УВР
Ачкасовой О.Н.

**с. Сучково
2014 - 2015**

Цель работы педагогов с учащимися, переходящими в старшее звено школы, состоит, во-первых, в определении готовности к обучению в новых условиях, координации учебно-воспитательного процесса, обеспечивающие преемственность: межвозрастные и внутрипредметные листы рассогласования, адаптационные и воспитательные листы согласования.

На этапе перехода учащихся из средней в старшую школу **социально – психологической службе школы предстоит решать следующие задачи:**

1. Создание условий для успешной адаптации старшеклассников к школе (выработка единой системы обоснованных, последовательных требований, установление норм взаимоотношений подростков со сверстниками, преподавателями и другими сотрудниками школы и т.п.), условий для осуществления преемственности в развитии ребенка.
2. Повышение уровня психологической готовности подростков к обучению, познавательному развитию, общению.
3. Адаптация учебной программы, нагрузки, образовательных технологий к индивидуальным возможностям и потребностям учеников десятых классов.
4. Создание структуры и содержания целостного педагогического процесса в условиях инновационной деятельности.
5. Изучение особенностей школьной адаптации при вхождении в новый возраст в процессе образования.
6. Создание системы работы по стимулированию учебной мотивации, развитию познавательных способностей, по сохранению здоровья учащихся, по развитию профессионального образования педагогов.

Задачи программы для специалистов:

Школьный фельдшер исследует физическое и психическое здоровье учащихся, организует помощь детям, имеющим проблемы со здоровьем, разрабатывает рекомендации педагогам по организации работы с учащимися, имеющими различные заболевания.

Социальный педагог изучает жизнедеятельность ребенка вне школы, поддерживает подростков, попавших в экстремальные ситуации, организует взаимодействие с центрами психологической поддержки и реабилитации подростков с девиантным поведением. Повышает уровень психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению.

Классный руководитель являются связующим звеном в комплексной группе специалистов по организации профилактической и коррекционной работы с подростками, должны овладеть информацией о ребенке, организовать работу по профилактике и коррекции девиантного поведения школьников. Создать условия для успешной адаптации детей к школе (выработка единой системы обоснованных, последовательных требований, установление норм взаимоотношений детей со сверстниками, преподавателями и другими сотрудниками школы и т.п.).

В соответствии с данными задачами специалистов комплексной группы можно выделить основные направления по адаптации детей к новой школьной жизни.

Основные направления адаптации старшеклассников.

Взаимодействие классного руководителя, социального педагога, психолога и школьного врача имеет своей целью совместное выявление проблем, возникающих у подростка в поведении, прогнозирование развития личности и его поведенческих проявлений, организацию работы по профилактике и коррекции девиантного поведения школьников.

Этапы адаптации:

1. Особенности развития старших подростков. Особенности развития юношей. Методы изучения личности школьника. Диагностика познавательных способностей. Карты наблюдения за развитием учащихся.
2. Формирование индивидуальности подростка в образовательном процессе. Учебная мотивация и способы ее стимулирования. Способы стимулирования учебной мотивации у школьников. Выявление и развитие способностей у подростков и старших школьников. Создание условий для осуществления преемственности в развитии познавательных способностей школьников Упражнения на развитие познавательной сферы: внимания, памяти, мышления у школьников. Осуществление преемственности в преподавании предметов.
3. Системный подход в воспитании старших подростков Воспитание юношей Осуществление преемственности в воспитании.
4. Проблемы и особенности школьной адаптации при вхождении в новый возраст в процессе образования. Адаптация десятиклассников. Адаптационные листы.
5. Система работы по сохранению и укреплению здоровья школьников с позиций здоровьесбережения.

Физиологические особенности возраста.

Подростковый возраст – это период 13-15 лет. Он является критическим, так как связан с «трудностями роста»: половым созреванием и «гормональными выбросами», ростом мышечной и костной ткани, общей диспропорцией в формировании анатомии и психике. Девочки растут быстрее мальчиков, они в 5-8-х классах выше и крупнее мальчиков. «Длинноноготь» и «угловатость» обусловлены тем, что рост костей идет быстрее, чем нарастает мышечная ткань. Следствием переживаний по поводу своей внешности может стать снижение самооценки, неуверенность в себе. Если у ребенка наблюдается гипертония, то это может быть связано с ростом сердца и пока ещё небольшими кровеносными сосудами. Важно соблюдать режим дня, дозировать как физическую, так и психоэмоциональную нагрузку.

Правильное построение режима дня – залог здоровья и успехов в учении.

Сон должен составлять для старших подростков – 8-9 часов.

Выполнять уроки следует с 18 до 19-30 часов (по другим источникам 16 – 18 часов).

Быстрыми темпами идет рост центральной нервной системы процессы возбуждения преобладают над торможением. В поведении подростка прослеживается эмоциональная неустойчивость, связанная с резкими перепадами настроения, а также гиперактивность, вследствие чего падает внимательность, ухудшается поведение и успеваемость. Рост ЦНС отражается и на моторике, ухудшается почерк, а также речь.

Возраст 13-15 лет – это второй этап полового созревания. Подростки становятся менее раздражительными, чем младшие, они становятся независимыми от взрослых. Под влиянием гормонов растет мышечная масса, повышается работоспособность. Значительно усиливается интерес к противоположному полу.

Для этого возрастного этапа мериллом успеха является внешность подростка.

Отставание в росте и весе или, наоборот, высокий рост или полнота, появившиеся прыщи на лице – всё это воспринимается болезненно ребятами. Подростки по-своему решают проблемы комплекса неполноценности.

Одни заявляют о себе тем, что начинают курить, другие конфликтуют со взрослыми и некоторыми сверстниками – грубят, веселят окружающих, привлекая к себе таким образом внимание.

Плохое поведение – это первый признак того, что потребность в «принятии и уважении», «самовыражении» не удовлетворяется.

Часть старшеклассников уже определились со своими профессиональными предпочтениями, хотя психологи обращают особое внимание на тот факт, что выбор профессии – это развивающийся, длительный процесс, включающий в себя серию решений, совокупность которых и приводит к окончательному выбору.

Признаки дезадаптации.

Появляющиеся у учащихся 10-х классов негативные явления (дисциплинарные проблемы, резкое падение интереса к учению, рост тревожности, дезориентация в жизненных ситуациях) – это не типичные признаки возрастного кризиса подросткового возраста, а следствие образовательного процесса.

Конечно, есть дети, которые легко и свободно вписываются в школьную систему требований, норм и социальных отношений, но большинство учащихся 10-х классов подвержены дезадаптации: становятся невнимательными, безответственными, тревожными, неуверенными в себе, хуже учатся по сравнению со средней школой.

Родителям.

Попробуйте внимательно отнестись к возникшему интересу в какой-то области, помогите углубить ребенку свои знания в ней, обязательно найдите возможность познакомить ребенка с привлекательной профессией – а вдруг он ошибся с выбором? Лучше своевременно переориентировать человека, чем позже расплачиваться за «мимолетное увлечение».

Другой особенностью старших подростков становится возврат интереса к учебной деятельности, что не может не радовать родителей. Как правило, в это время дети и родители становятся единомышленниками, активно обмениваются взглядами на выбор профессионального пути. Большинство родителей хотели бы, чтобы их дети пошли учиться дальше, получили высшее образование. Но немногие задумываются о том, насколько у старшеклассника присутствуют общеучебные навыки, умеет ли он учиться? Поэтому постарайтесь пронаблюдать: умеет ли будущий абитуриент конспектировать, владеет ли элементарными умениями по оформлению письменных работ, написанию реферата. Если есть возможность, обучите его работе в сети Интернет, познакомьте с различными информационными технологиями. Все это окажется для него очень полезным в будущем.

Однако существуют и некоторые трудности во взаимодействии взрослых и детей. Это касается личной жизни подростков, куда вход родителям зачастую запрещен.

При умелом дозировании общения, уважении права ребенка на личное пространство, этот этап проходит достаточно безболезненно. Мнение сверстников в данный возрастной период представляется детям гораздо более ценным и авторитетным, чем мнение взрослых. Но только взрослые могут продемонстрировать подросткам оптимальные модели поведения, показать им на собственном примере, как надо строить отношения с миром.

Резюмируя, отметим, что успешность прохождения образовательной траектории ребенка напрямую зависит от того, каким способом родители помогают ему в этом важном деле. И мы надеемся, что знание некоторых тонких моментов» в оказании подобной поддержки существенно облегчит жизнь и вам, и вашим детям.