



**Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»**

Шайдрова Светлана Михайловна, педагог-психолог

Возрастные особенности пятиклассников

Уважаемые родители! Мы благодарим за то, что Вы, несмотря на занятость, нашли время прочесть нашу статью.

Целью нашей работы являются психологическое просвещение родителей по вопросу адаптации ребенка к средней школе. Хотим сразу отметить, что наши рекомендации носят общий характер, и каждый родитель волен выбрать из них то, что устраивает именно его и подходит именно его ребенку.

Для того, чтобы помогать ребенку в период адаптации нам необходимо знать **психофизиологические особенности данного возраста**. Давайте перейдем к их рассмотрению.

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.

Основные психологические особенности пятиклассников

Пятиклассник - переходный от младшего к подростковому возраст. Возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости. Характерно усиление независимости детей от взрослых. Характерен негативизм - стремление противостоять, не поддаваться любым влияниям, предложениям, суждениям, чувствам взрослых. **При этом негативизм - первичная форма механизма отчуждения, она же является началом поиска подростком собственной уникальности, познания собственного Я.** Происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности на ведущую деятельность

общения – установление доверительно- дружеских отношений со сверстниками.

Физиологические факторы в развитии детей данного возраста:

- период бурного роста (повышается утомляемость)
- перестройка гормональной системы (перепады самочувствия)
- теряет психологическое равновесие (становится непослушным, несносным, агрессивным)
- появляется потребность в общении.

В 11-12 лет почти все дети пересекают рубеж подросткового возраста.

Ведущая деятельность в этот период – общение.

Главное новообразование этого возраста – чувство взрослости.

Как проявляется чувство взрослости подростка?

В желании, чтобы все – и взрослые и сверстники – относились к нему не как к маленькому, а как к взрослому. Претендует на равноправие в отношениях со взрослыми и идет на конфликты, отстаивая свою «взрослую» позицию.

В стремлении к самостоятельности, желании оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства родителей. (вопросы внешности, отношений со сверстниками, иногда учебы).

Появляются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения (все нестабильно, взгляды могут изменяться через неделю).

Появляется моральный «кодекс», предписывающий подростку четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками:

- Взаимная поддержка
- Помощь
- Уверенность в друге и доверие к нему
- Защита друга, даже если его нет рядом
- Принятие успехов друга
- Эмоциональный комфорт в общении.

Так как подросток во многом непоследователен и противоречив, он часто отступает от этого свода правил, но от друзей ожидает их неукоснительного соблюдения.

Подростковый возраст- период жизни, продолжающийся в среднем от **10-12 до 15-16 лет у девочек** и от **12-14 до 17-18 лет у мальчиков.** Во время подросткового возраста происходит половое созревание, сопровождающееся ускоренным физическим и психосоциальным развитием, перестройкой функций всех органов и систем. В физиологическом отношении подростковый возраст обусловлен выработкой целого ряда гормонов, основные из которых гормоны: гормоны щитовидной железы, половые гормоны, инсулин. Только

их одновременное и взаимодополняющее действие обеспечивает своевременное и взаимодополняющее действие и правильное развитие ребенка. В подростковом возрасте происходит становление репродуктивной функции, сопровождающееся появлением вторичных половых признаков.

Так как социальное и биологическое созревание у подростков идет параллельно и взаимосвязано, то установившееся в 8-9 лет личностная гармония претерпевает сокрушительные изменения. В этом и состоит трудность переходного возраста, как для самой личности, так и для окружающих людей.

В 11-13 лет подросток пытается определить свою роль и место в социуме. В общении на первое место выходит налаживание контактов со сверстниками. Самоощущение в среде одноклассников, товарищей по секции, кружку, тусовке становится определяющим. Потребность в признании и самоутверждении тоже реализуется в среде сверстников. Подросток старается найти вне школы новую сферу для реализации своей потребности.

Процесс полового созревания протекает под контролем нервной системы и при участии желез внутренней секреции. Очень важно в этот период жизни не предъявлять по отношению к подросткам завышенных требований, спокойно и уважительно относиться к тому, что успехов стало меньше, чем в 10 лет.

Отмечаются в этот период следующие особенности:

- Снижение работоспособности. Недостаточная познавательная активность в сочетании с быстрой утомляемостью пятиклассника серьезно тормозит его обучение и развитие. Быстро наступающее утомление приводит к потере работоспособности и как следствие возникают затруднения в усвоении учебного материала: не удерживают в памяти условие задачи (преобладает кратковременная память, рассеянность внимания), забывают слова (особенность памяти), допускают нелепые ошибки в письменных работах, вместо решения механически манипулируют цифрами (нет сосредоточенности внимания), не способны оценить результат своих действий (словарный запас, богатство речи), ограничены представления об окружающем мире. Учебная деятельность характеризуется крайней импульсивностью и неорганизованностью.

- Невнимательность, рассеянность. Причиной снижения успеваемости может быть **слабая произвольность поведения** и деятельности — нежелание, «невозможность», по словам школьников, заставить себя постоянно заниматься. Хотя школьники-пятиклассники могут выполнять достаточно сложную деятельность, преодолевая значительные препятствия ради непосредственно привлекательной цели, они испытывают немалые

затруднения в преодолении и внешних, и тем более внутренних препятствий в тех случаях, когда цель их не привлекает.

Для пятиклассников характерно преимущественно эмоциональное отношение к любой деятельности, которую они выполняют. Исследования показывают, что практически все пятиклассники считают себя способными к тому или иному учебному предмету, причем критерием такой оценки служит не реальная успешность по этому предмету, а субъективное отношение к нему.

Еще одна важная особенность детей этого возраста – изменение структуры внимания. У ребенка резко ухудшаются все свойства внимания, кроме переключения. Ребенок в этом возрасте не может долго сосредотачиваться на одном объекте, он должен часто менять деятельность.

- Повышенная чувствительность. В этот период жизни ребенка эмоции доминируют, подчиняют себе всю его психическую жизнь, в том числе и течение психических процессов.

Но известно, что слишком сильные или слишком длительные позитивные эмоции могут оказать такое же отрицательное влияние, как и сильные отрицательные эмоции. Положительные эмоции могут способствовать возникновению своеобразной «эмоциональной усталости», проявляющейся в раздражении, капризах, «скандалах», плаче и т.п. Таким образом, чрезмерное увлечение эмоциональной стороной, стремление максимально позитивно окрасить любую деятельность школьника могут привести к обратному эффекту.

Учитывая при этом физиологические особенности пубертатного возраста (рассогласование темпов роста и развития различных функциональных систем и т.п.), можно понять и крайнюю эмоциональную нестабильность.

- Снижение интереса к учебе. У подростка 11-13 лет снижается скорость оперативного мышления, ухудшается умственная работоспособность. Но эти явления носят кратковременный характер и вовсе не означает, что ребенок ленив, слаб интеллектуально или обладает плохим характером.

Просто по объективным причинам он в настоящее время не может в должной степени контролировать и управлять собой.

Желание хорошо учиться, делать все так, чтобы взрослые были довольны («не огорчались и не переживали», «радовались», «чтобы мама, когда посмотрит дневник, не наказывала и не плакала»), достаточно сильно у пятиклассников. Снижение интереса к учебе к концу занятий в начальных классах, «разочарование» в школе сменяются ожиданием перемен. Дети ждут, что им станет в школе интересно. Однако столкновение с учебными трудностями может быстро привести к ухудшению успеваемости и погасить

это столь похвальное желание. Педагогам и родителям важно знать основные причины трудностей, возникающих у пятиклассника в учении, и помогать ему их преодолевать.

Повышенная тревожность может негативно сказаться на результатах; у таких детей в ситуации контроля или оценивания возможно так называемое запредельное торможение: ребенок или вообще не делает работу или делает её значительно ниже своих возможностей.

Способные дети, как правило, много занимаются дополнительно (музыка, спорт, английский и т.п.). Они живут в быстром темпе, часто с постоянным ощущением нехватки времени. Если это сочетается с завышенными требованиями родителей и низкой физиологической сопротивляемостью стрессу – в период адаптации к новым условиям возможно возникновение неврозов.

Проблемы и трудности пятиклассников:

- начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим. Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе.

- ребенок вынужден постоянно приспосабливаться к физическим и физиологическим изменениям, происходящим в его организме, переживать «гормональную бурю». Подростки как будто все время находятся в состоянии стресса.

- самооценка подростка неустойчива: он склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам, правда, такая противоречивая самооценка необходима для того, чтобы развить у него новые, взрослые критерии личностного развития.

- на всем протяжении подросткового периода наблюдается четко выраженная динамика агрессивности. Формы агрессивного поведения типичны для большинства подростков.

- социальные нормы поведения, установленные взрослыми, отходят на второй план. 5-классник переходит на внутригрупповые нормы поведения (те, которые установил сам и сверстники).

- стремление к личному авторитету среди сверстников порождает активный поиск для образца подражания. Начинают играть роли в школе, дома и пробуют, как на ту роль будут реагировать взрослые (роль лидера, роль знатока, души компании, задиры).

Для детей данной возрастной группы характерно повышенное внимание к себе, к своей внешности, самопознанию, самовоспитанию. Повышенная критичность к себе и окружающим, которая зависит от: положительной либо отрицательной оценки своих школьных способностей, от того, насколько налажены межличностные отношения со сверстниками, а также педагогами, какое взаимоотношение в семье.

В связи с этим начинают проявляться такие признаки как упрямство, внутренние переживания, стремление к самостоятельности, замкнутость (особенно когда родители не считаются с внутренними переживаниями ребенка), ранимость, обидчивость и отгороженность. Особенно обостряется чувство собственного достоинства (и если его неосторожно затронуть, ребенок либо отвечает на обиду дерзостью, что нас ошеломляет, либо переживает обиду в себе и еще больше отгораживается от нас).

Дети формируют себе **идеал** (не всегда положительный) и стремятся ему подражать. Важно, чтобы в этот момент ребенок мог откровенно общаться как с родителями, так и с учителями.

Нужно заранее задуматься о перестройке своего отношения к ребенку, отказаться от роли всезнающего наставника и принять роль старшего друга и товарища. Возраст характеризуется угасанием духа, интеллектуального соперничества – равнодушием к учебе.

Учебная деятельность характеризуется крайней неорганизованностью, импульсивностью. Они не умеют планировать свои действия, контролировать их, часто перескакивают с одного на другое не завершив начатое. Все это связано с нервно-психическим состоянием.

Рекомендации родителям:

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

Воодушевите ребенка на рассказ о своих школьных делах.

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

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

Обратите внимание на занятия спортом или прогулки, правильное питание, витаминизацию.

ВНИМАНИЕ! Очень важно похвалить и обнять ребенка с самого утра. Это аванс на весь долгий и трудный день!

Вы практически не почувствуете проблем переходного возраста, если по отношению к подросткам будете соблюдать три простых принципа:

принцип **безусловного принятия** (он такой, какой он есть, и я люблю его таким);

принцип **положительного ожидания** (я верю в то, что он хороший, я жду от него высоких результатов);

принцип **эмпатии** (умения войти в эмоциональное состояние подростка, почувствовать его переживания и трудности).

Наградой вам будут доверие, уважение и любовь, а это так важно.

«Любите вашего ребенка таким, какой он есть, и забудьте о качествах, которых у него нет... Результат воспитания зависит не от степени строгости или мягкости, а от ваших чувств к ребенку и от тех жизненных принципов, которые вы ему прививаете».

Бенджамин Спок.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. Спб., 2000
2. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. М., 1994.
3. Фигдор Г. Психоаналитическая педагогика. М., 2000.
4. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие: В 4 т. М., 1998.
5. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. Эмоциональные расстройства и современная культура // Московский психотерапевтический журнал. 1999. №2. С.61-90.