

Информация для родителей десятиклассников.

Десятый класс открывает последний этап обучения в школе. В этот период у старшеклассников могут возникать определённые сложности в учёбе, в отношениях со сверстниками, родителями. Первые месяцы обучения в старшей школе становятся периодом адаптации к новым условиям обучения.

Термин адаптации, обозначающий приспособление, используется при описании довольно разных процессов: адаптация физиологическая, адаптация зрительная и слуховая, адаптация социальная и др.

В данном случае речь идёт о физиологической и социальной адаптации, обеспечивающей полноценное интеллектуальное развитие учащихся, на фоне хорошей школьной мотивации, адекватной работоспособности, низком уровне тревожности при сохранении здоровья и оптимального самочувствия. Родители должны быть готовы к тому, чтобы вместе с ребёнком проанализировать те замечания, которые делают педагоги в учебном процессе, чтобы как можно раньше заметить и помочь справиться с трудностями в учёбе. Для этого, прежде всего надо выяснить, с какими именно затруднениями ребёнок столкнулся, какие предметы сложнее всего даются. Ребёнок должен понять, что требования к нему возросли и педагоги оценивают его по новым критериям. Низкая успеваемость может привести не только к понижению самооценки, но и к изменениям в поведении ребёнка: подавленность, замкнутость или наоборот злобность, агрессивность. Особую роль здесь может сыграть обучение навыкам распределения времени и планирования собственной деятельности.

Нередко встречающаяся в десятом классе проблема – ярко выраженное желание отдохнуть после напряжённого девятого класса и перед выпускным одиннадцатым классом. Старшеклассник чувствует себя уставшим от серьёзных экзаменов и важных решений о своём будущем. Безусловно, старшекласснику необходима передышка. Но есть и большая опасность, ребёнок может основательно «расслабиться» и потерять не только рабочий тонус, но и драгоценное время для подготовки к выпускным экзаменам. Важно помочь ребёнку научиться грамотно, распределять своё время и планировать день так, чтобы оставалось время для отдыха, по возможности даже дневной сон.

В этот период требования педагогов увеличиваются, изучаемый материал усложняется. С точки зрения возрастной психологии, старшеклассники вступают на особую ступень возрастного развития – период ранней юности. Юношеский возраст – это переходный период жизни человека между подростковым возрастом и взрослостью.

Главное психологическое приобретение данного возраста – это открытие своего внутреннего мира. Самосознание переходит на качественно новый уровень. Это проявляется в повышении значимости собственных ценностей, в перерастании частных самооценок отдельных черт личности в общее, целостное отношение к себе. Важнейшая особенность юношеского

самосознания – формирование временной перспективы, обращённость в будущее.

Большинство десятиклассников сталкиваются с резким увеличением учебной нагрузки, встает важнейший вопрос о профессиональном самоопределении, нужно помочь ребёнку в этот период не растеряться.

Специфика адаптации 10-классников определяется особенностями возраста и необходимостью выбора дальнейшего пути. Важной социальной потребностью данного возраста является потребность в поисковой активности, в самоопределении, в простраивании жизненных перспектив. Практика показывает, что если выбранное направление в дальнейшем обучении соответствует психофизиологическим и личностным особенностям, интересам и склонностям учащегося, то, несмотря на повышенные требования и увеличение учебной нагрузки, утомление и связанные с ним невротические явления наблюдаются гораздо реже, а эффективность обучения повышается.

В этот новый сложный период самоопределения родителям необходимо поддерживать доверительные отношения и взаимопонимание с ребенком, понимать и принимать его мнение, решения, ощущения, и при необходимости, мягко корректировать.

Резюмируя вышеизложенное, нужно запомнить главное: любите вашего ребенка, принимайте его БЕЗУСЛОВНО, прислушивайтесь к ребенку, оказывайте помощь и поддержку всегда!