



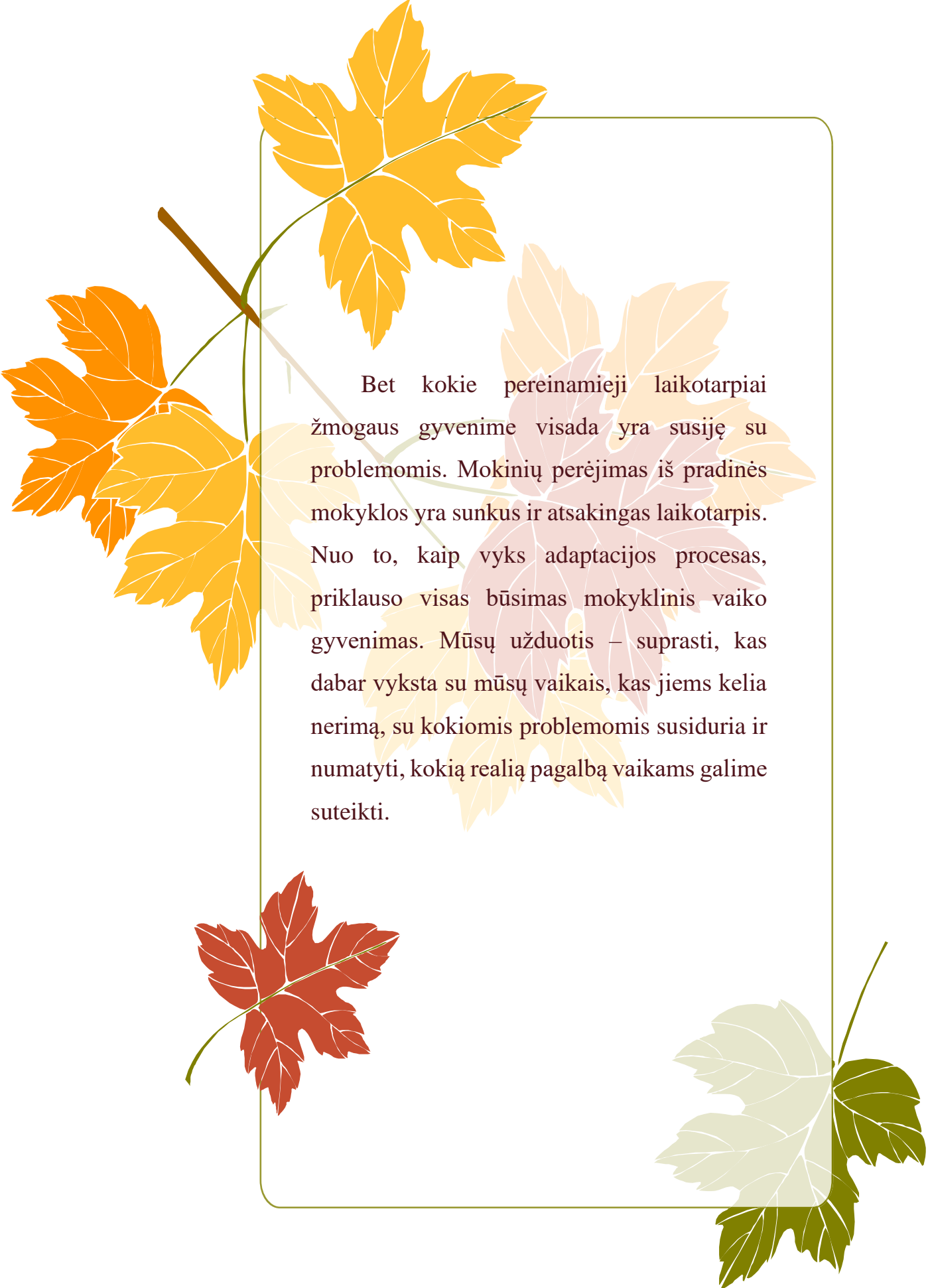
**Rekomendācijas tēvams,
globējams (rūpintojams):**

**PENKTKOĻU
ADAPTĀCIJA
PROGIMNAZIJOJĒ**

Parengē:

psihologē

Jūratē Sankūnienē



Bet kokie pereinamieji laikotarpiai žmogaus gyvenime visada yra susiję su problemomis. Mokinių perėjimas iš pradinės mokyklos yra sunkus ir atsakingas laikotarpis. Nuo to, kaip vyks adaptacijos procesas, priklauso visas būsimas mokyklinis vaiko gyvenimas. Mūsų užduotis – suprasti, kas dabar vyksta su mūsų vaikais, kas jiems kelia nerimą, su kokiomis problemomis susiduria ir numatyti, kokią realią pagalbą vaikams galime suteikti.



**ADAPTACIJOS METU, ESANT
PALANKIOMS SĄLYGOMS,
PENKTOKAI PASIEKIA:**

- atitinka jų lygiui taikomus reikalavimus;
- pripažįsta mokymosi poreikį;
- išmoksta būdų, kaip įveikti sunkumus, išspręsti problemas;
- įvaldo savo psichines operacijas (palyginimą, klasifikavimą, apibendrinimą);
- įgyja socialinės mokymosi patirties penktoje klasėje.

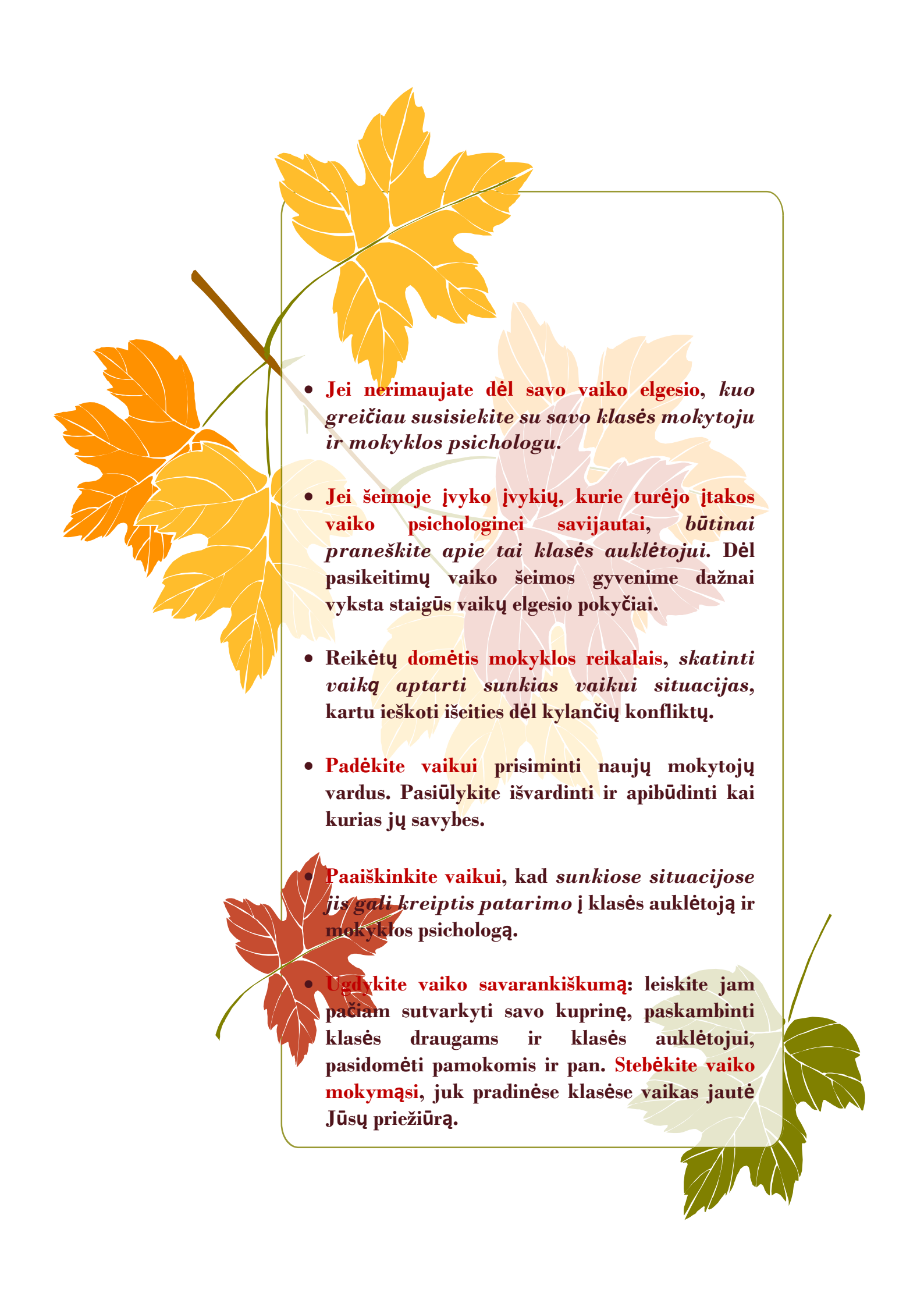


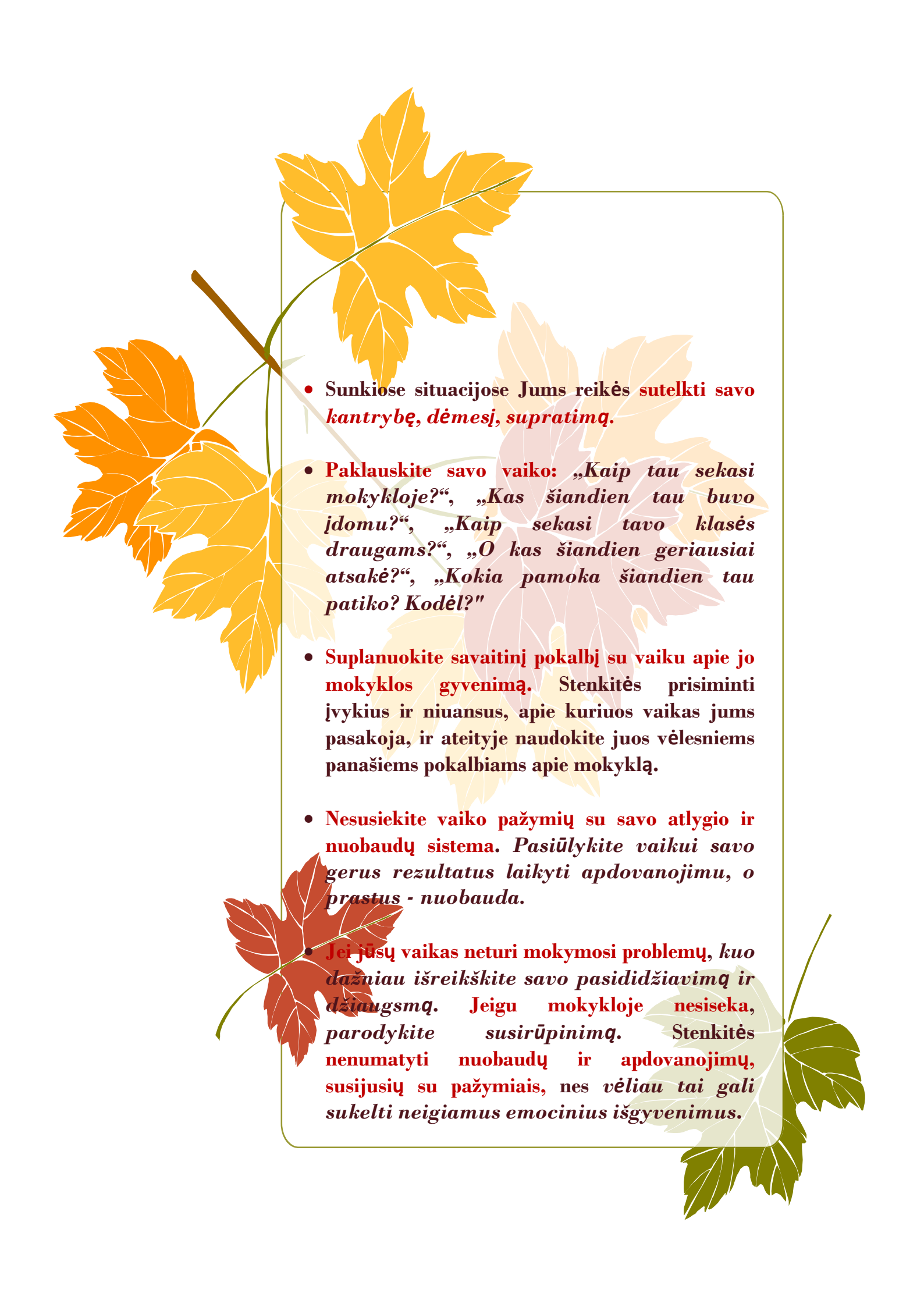
**ŠIE POŽYMIAI RODO
PENKTOKO ADAPTACIJOS
SUNKUMUS:**


- **Vaikas atrodo išvargęs.**
- **Užsidaro savyje.**
- **Nenori daryti namų darbų.**
- **Turi neigiamą nuomonę mokyklos, mokytojų, klasės draugų atžvilgiu.**
- **Blogai miega.**
- **Nuolat skundžiasi bloga savijauta.**
- **Netinkamai elgiasi.**

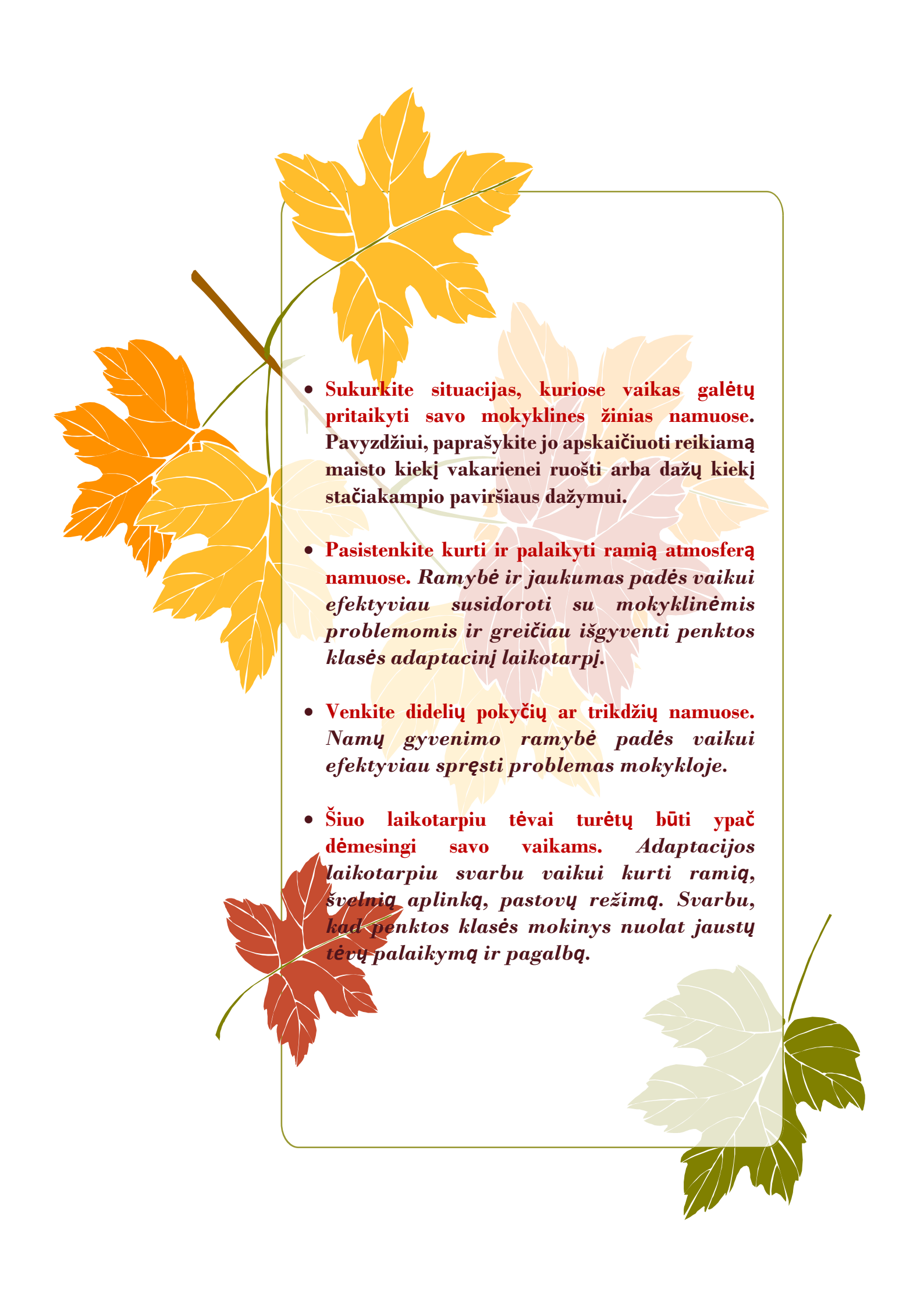



KA DARYTI?

- 
- **Je** nerimaujate dėl savo vaiko elgesio, *kuo greičiau susisieki*te su savo klasės mokytoju ir mokyklos psichologu.
 - **Je** šeimoje įvyko įvykių, kurie turėjo įtakos vaiko psichologinei savijautai, *būtinai praneškite apie tai klasės auklėtojui*. Dėl pasikeitimų vaiko šeimos gyvenime dažnai vyksta staigūs vaikų elgesio pokyčiai.
 - Reikėtų **domėtis mokyklos reikalais**, *skatinti vaiką aptarti sunkias vaikui situacijas*, kartu ieškoti išeities dėl kylančių konfliktų.
 - **Padėkite vaikui** prisiminti naujų mokytojų vardus. Pasiūlykite išvardinti ir apibūdinti kai kurias jų savybes.
 - **Paa**iškinkite vaikui, kad *sunkiose situacijose jis gali kreiptis patarimo* į klasės auklėtoją ir mokyklos psichologą.
 - **Ugdykite vaiko savarankiškumą**: leiskite jam pačiam sutvarkyti savo kuprinę, paskambinti klasės draugams ir klasės auklėtojui, pasidomėti pamokomis ir pan. **Stebėkite vaiko mokymąsi**, juk pradinėse klasėse vaikas jautė Jūsų priežiūrą.

- 
- Sunkiiose situacijose Jums reikės **sutelkti savo kantrybę, dėmesį, supratimą.**
 - **Paklauskite savo vaiko:** „Kaip tau sekasi mokykloje?“, „Kas šiandien tau buvo įdomu?“, „Kaip sekasi tavo klasės draugams?“, „O kas šiandien geriausiai atsakė?“, „Kokia pamoka šiandien tau patiko? Kodėl?“
 - **Suplanuokite savaitinį pokalbį su vaiku apie jo mokyklos gyvenimą.** Stenkitės prisiminti įvykius ir niuansus, apie kuriuos vaikas jums pasakoja, ir ateityje naudokite juos vėlesniems panašiams pokalbiams apie mokyklą.
 - **Nesusiekite vaiko pažymių su savo atlygio ir nuobaudų sistema.** Pasiūlykite vaikui savo gerus rezultatus laikyti apdovanojimu, o prastus - nuobauda.
 - **Jeigu jūsų vaikas neturi mokymosi problemų, kuomet dažniau išreikškite savo pasididžiavimą ir džiaugsmą.** Jeigu mokykloje nesiseka, parodykite susirūpinimą. Stenkitės nenumatyti nuobaudų ir apdovanojimų, susijusių su pažymiais, nes vėliau tai gali sukelti neigiamus emocinius išgyvenimus.

- 
- **Galite padėti savo vaikui atlikti namų darbus, bet nedarykite to už jį. Rodykite susidomėjimą šiomis užduotimis.** Jei vaikas ateina pas jus su klausimais apie namų darbus, nesufleruokite, o padėkite jam pačiam rasti atsakymus. Taip vaikas pajus, jog domitės tuo, ko mokoma mokykloje.
 - **Sukurkite sąlygas fiziniam aktyvumui tarp namų darbų.** Atliekant namų darbus, *stebėkite vaiko taisyklingą laikyseną, pasirūpinkite tinkamu apšvietimu.* Svarbu užkirsti kelią trumparegystei, stuburo išlinkimams, mankštinti smulkiuosius rankų raumenis. *Nepamirškite kaitalioti veiklos pobūdžio namuose.*
 - **Pastebėkite savo vaiko pomėgius, tuomet susiekite tuos pomėgius ir mokomuosius dalykus.** Pavyzdžiui, vaiko pomėgį žiūrėti filmus galima pakeisti padovanojus knygą, pagal kurią sukurtas filmas, ir taip sužadinti norą skaityti knygas.

- 
- **Sukurkite situacijas, kuriose vaikas galėtų pritaikyti savo mokyklinės žinias namuose.** Pavyzdžiui, paprašykite jo apskaičiuoti reikiamą maisto kiekį vakarienei ruošti arba dažų kiekį stačiakampio paviršiaus dažymui.
 - **Pasistenkite kurti ir palaikyti ramią atmosferą namuose.** *Ramybė ir jaukumas padės vaikui efektyviau susidoroti su mokyklinėmis problemomis ir greičiau išgyventi penktos klasės adaptacinį laikotarpį.*
 - **Venkite didelių pokyčių ar trikdžių namuose.** *Namų gyvenimo ramybė padės vaikui efektyviau spręsti problemas mokykloje.*
 - **Šiuo laikotarpiu tėvai turėtų būti ypač dėmesingi savo vaikams.** *Adaptacijos laikotarpiu svarbu vaikui kurti ramią, švelnią aplinką, pastovų režimą. Svarbu, kad penktos klasės mokinys nuolat jaustų tėvų palaikymą ir pagalbą.*



Svarbiausia penktoko sėkmės
mokykloje sąlyga –
**BESAŁYGIŠKAS VAIKO
PRIĖMIMAS**, *nepaisant
nesėkmių, su kuriomis jis
jau susidūrė ar dar gali
susidurti.*