

### **Уважаемые родители!**

Ваш ребенок теперь учится в пятом классе. Какие-то трудные моменты в его учебной деятельности не всегда заметны педагогам и классному руководителю, но о них стоит знать родителям.

Переход ученика из начальной школы в среднюю школу совпадает со своеобразным концом детства - стабильным периодом развития в жизни ребенка.

#### **➤ С КАКИМИ ТРУДНОСТЯМИ РЕБЕНОК СТАЛКИВАЕТСЯ ПРИ ПЕРЕХОДЕ В СРЕДНЮЮ ШКОЛУ?**

1. **Новые учителя.** Увеличилось количество предметов, а значит, и количество учителей; у каждого учителя свои требования, и приспособиться к ним на первых уроках сложно; в начальной школе основной учитель знал, что он задал по всем предметам, и мог дозировать домашнее задание.

2. **Новые требования статуса.** В прошлом году в начальной школе дети были самыми старшими и потому самыми главными, важными, успешными. В средней школе они вдруг оказались самыми маленькими и беззащитными. С другой стороны, взрослые считают, что ребенок уже вырос.

3. **Новое отношение родителей.** Часто взрослые считают, что если ребенок перешел в среднюю школу, значит, он автоматически стал взрослым и самостоятельным. Фразы родителей «он должен», «ты должен» все чаще звучат в адрес ребенка. Ребенок сам прекрасно осознает свою взрослость, но часто ему не хватает жизненного опыта ее осознать. Да к тому же взрослые не всегда поясняют, что же конкретно ребенок должен делать.

Как следствие, одни пятиклассники гордятся тем, что повзрослели, и быстро втягиваются в учебный процесс, а другие переживают изменения в школьной жизни, и адаптация у них затягивается. В такой период дети нередко меняются - тревожатся без явных на то причин, становятся робкими или, наоборот, развязными, слишком суетятся. Как результат - у ребят снижается работоспособность, они становятся забывчивыми, неорганизованными, иногда у детей ухудшаются сон и аппетит.

#### **➤ СКОЛЬКО ДЛИТСЯ АДАПТАЦИЯ К 5 КЛАССУ?**

Переход из начальной школы в среднее звено сопряжен с большой психологической нагрузкой. Помните, что процесс школьной адаптации может длиться до 6 месяцев. Относитесь к ребенку с пониманием.

#### **➤ ПРИЗНАКИ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ:**

- удовлетворенность ребёнка процессом обучения;
- ребёнок легко справляется с программой;
- степень самостоятельности ребёнка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому;
- удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

#### **➤ ПРИЗНАКИ ТРУДНОСТЕЙ В АДАПТАЦИИ:**

- Усталый, утомленный внешний вид ребенка.
- Нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне.
- Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
- Нежелание выполнять домашние задания.
- Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
- Жалобы на различные события, связанные со школой.
- Беспокойный сон
- Трудности утреннего пробуждения, вялость.
- Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

### **Возможные причины медленной адаптации в 5 классе:**

1. Разные требования со стороны учителей-предметников, необходимость все эти требования и учитывать, и выполнять.

2. Большой поток информации, незнакомые термины, слова. Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых.

3. Чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы, а классному руководителю не удастся уделить всем необходимое внимание.

Все переживания этого возраста естественны и помогают ученику взрослеть, поэтому родителям и учителям надо просто быть внимательнее и добрее к ребятам в новом периоде их школьной жизни.

### **Рекомендации для родителей:**

#### 1. Воодушевите ребёнка на рассказ о своих школьных делах.

Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: «Как прошёл твой день в школе?». Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребёнком о школе. Запоминайте отдельные имена, события и детали, о которых ребёнок вам сообщает, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе.

#### 2. Регулярно беседуйте с учителями вашего ребёнка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.

Без колебаний побеседуйте с учителем, если вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребёнка или его проблемах, связанных со школой, или о взаимосвязи его школьных и домашних проблем. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребёнка не реже, чем раз в два месяца.

#### 3. Не связывайте оценки за успеваемость ребёнка со своей системой наказаний и поощрений.

Ваш ребёнок должен оценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость – как наказание. Если у ребёнка учёба идёт хорошо, проявляйте чаще свою радость. Выражайте озабоченность, если у ребёнка не все хорошо в школе. Постарайтесь насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений они могут привести к эмоциональным проблемам.

#### 4. Помогите ребёнку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

Продемонстрируйте интерес к этим заданиям. Если ребёнок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

#### 5. Помогите ребёнку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.

Выясните, что вообще интересует вашего ребёнка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребёнка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен фильм. Ищите любые возможности, чтобы ребёнок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности. Например, поручите ему рассчитать необходимое количество продуктов для приготовления пищи или необходимое количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.

#### 6. Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддержать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в жизни ребёнка происходят изменения.

Старайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере. Спокойствие домашней жизни поможет ребёнку более эффективно решать проблемы в школе.

В этот период родители должны быть особенно внимательны к своим детям.

◆ **Здоровье.**

Не забывайте о смене учебной деятельности ребёнка дома, создавайте условия для двигательной активности между выполнением домашних заданий. Наблюдайте за правильной позой во время выполнения домашних заданий, заботьтесь о правильном световом режиме. Предупреждайте близорукость, искривление позвоночника, тренируйте мелкие мышцы кистей рук. Обязательно вводите в рацион ребёнка витаминные препараты, фрукты и овощи. Организуйте правильное питание. Заботьтесь о закаливании ребёнка, максимальной двигательной активности.

Воспитывайте ответственность ребёнка за свое здоровье.

**! ПОМНИТЕ:**

**Первое условие школьного успеха пятиклассника** – безусловное принятие ребёнка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.

Родители должны обязательно проявлять интерес к школе, классу, в котором учится ребёнок, к каждому прожитому им школьному дню. Обязательно знакомьтесь с одноклассниками вашего ребёнка и общайтесь с ними после школы. Недопустимы физические меры воздействия, запугивание, критика в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей. Учитывайте темперамент ребёнка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если взрослые и сверстники относятся к ним насмешливо и даже жестоко, проявляют насилие. Предоставляйте ребёнку самостоятельность в учебной работе и организуйте обоснованный контроль за его учебной деятельностью. Развивайте самоконтроль, самооценку и самодостаточность ребёнка.

**Хотелось бы, чтобы наши советы помогли Вам и Вашему ребёнку быстрее адаптироваться к 5-му классу!**