

## Советы родителям по адаптации пятиклассников



Дорогие родители, ваши дети успешно перешли из младшей школы на основной общий уровень образования. Теперь их называют уже не младшие школьники, а младшие подростки.

Это сложный возраст, хоть и не такой острый, как подростковый, но младший подросток впервые встречается со множеством неизвестных для него трудностей. От нас – педагогов и родителей – зависит, насколько быстро и успешно ребенок сможет с этими трудностями справиться.

Итак, опишем **психологический портрет** – **специфические особенности нашего пятиклассника.**

### *Появление чувства взрослости:*

- стремление утвердить свою самостоятельность, независимость, личностную автономность, потребность в освобождении от опеки и контроля.
  - постепенно происходит замена влияния семьи влиянием сверстников.
2. У большинства детей начинается физиологическая перестройка организма:
- импульсивность, частая и порой необъяснимая смена настроения, упрямство, агрессивность. Обостряется комплекс собственной неполноценности, учащаются конфликты и ссоры с родителями, педагогами и сверстниками.
  - потребность в постоянной поддержке и принятии.
3. Психологические изменения:
- развитие теоретического мышления, логической памяти.
  - умственная активность младших подростков велика, но вот способности развиваются только в деятельности, которая вызывает положительные эмоции.

Кроме возрастных изменений, в жизни ребенка происходят и **внешние изменения:** новая школа, новые учителя, новые одноклассники, новые

предметы, новые требования и нормы поведения.

Конечно, пятикласснику, попавшему в такие условия, необходима наша помощь и повышенное внимание.

Не удивляйтесь, если в первое время появятся **изменения в поведении и психике ребенка:**

- Возрастает тревожность.
- Снижается работоспособность.
- Повышается робость или, напротив, «развязность».
- Проявление неорганизованности и забывчивости.
- Иногда нарушается сон, аппетит.

Подобные функциональные отклонения в той или иной форме характерны примерно для 70-80% школьников.

У большинства детей подобные отклонения носят единичный характер и исчезают, как правило, через 2-4 недели после начала учебы. Однако есть дети, у которых процесс адаптации затягивается на 2-3 месяца и даже больше.

**Больше веры в себя и возможности своего ребенка!**

## **Помощь родителей в период адаптации**

Для удобства выделим две основные задачи адаптации пятиклассника: научиться организовывать свой труд и общаться со сверстниками.

Разберем первую задачу – научить трудиться.

Успешно учиться ребенок будет только в том случае, если этот процесс вызывает положительные эмоции. Как заинтересовать ребенка предметом? Обязательно проявляйте **интерес к школе**, классу, учителям, обсуждайте с ребенком задания, уделяйте внимание особо трудным предметам, изучайте вместе дополнительную литературу, запишите ребенка в секцию. Чем больше он будет узнавать о предмете, тем интереснее ему будет заниматься. Обязательно поощряйте успехи ребенка – как учебные, так и внеучебные.

Никогда не обсуждайте с ребёнком учителей, необходимо формировать положительное отношение к школе.

Кроме положительной мотивации, важно научить ребенка правильно организовывать свой труд (вести дневник, планировать выполнение домашнего задания, подготовить

рабочее место, собрать всё необходимое для школы). Важно, чтобы контроль был обоснованным: если задание у ребенка не получается, не делайте его за него, а делайте вместе с ним, затем пусть ребенок решит подобную задачу самостоятельно.

**Важно:** отметки в дневнике – результат за работу. Обязательно внушайте детям, что «2» можно исправить, задание выучить. Для этого - сесть вместе с ребёнком, взять учебник, почитать правила, проговорить вслух, повторить формулы, составить конспект. И так, каждый день, пока эти правила работы с учебным материалом не войдут в привычку. Необходимо учить работать над уроками сейчас, иначе к 8 классу материал будет запущен, и не будет сформирована привычка к систематическим занятиям. Как помочь решить вторую задачу – научить общаться?

Успешное общение с одноклассниками во многом зависит от самооценки ребенка. В этом возрасте возможно снижение самооценки, что проявляется в робости, застенчивости, либо, наоборот, повышенной агрессивности, мнительности, когда

ребенку кажется, что к нему относятся враждебно.

Важнейшее условие школьного успеха пятиклассника - безусловное **принятие ребенка**, не смотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.

**Обязательное познакомьтесь с его одноклассниками** и организуйте общение ребят после школы.

**Недопустимо запугивание, критика в присутствии других людей** (бабушек, дедушек, сверстников).

Помните, что в этом возрасте формируется чувство взрослости ребенка, его самостоятельность. Кроме учебных дел у него должны быть свои домашние обязанности: убраться в комнате, вынести мусор. Так ребенок будет чувствовать свою значимость, что способствует развитию нормальной самооценки и самоуважения, ответственности.

Обязательно проявляйте **интерес к школе**, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Больше общайтесь со своим ребенком после прошедшего школьного дня.

# **Успехов Вам!**