Переход из начального в среднее звено школы является переломным, кризисным периодом в жизни каждого школьника. Любой учитель скажет, что начало 5-го класса - сложный этап, и не только для ребенка, но и для учителей, и для родителей. Проблем много, и они не ограничиваются рамками учебного процесса, а связаны также с организацией жизни в школе в целом и с психологической атмосферой в семье.

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. По данным психологов ситуация адаптации вызывает у многих пятиклассников повышенную тревожность, как школьную, так и личностную. Психологами отмечены основные проблемы, возникающие в период адаптации к условиям обучения в средней школе:

 - Очень много разных учителей.

- Непривычное расписание (новый режим).

- Проблемы со старшеклассниками.

 - Возросший темп работы

 - Другие нормы оценок.

 - Новые, непривычные требования к оформлению работ и т. д..

  Успешность адаптации ребенка зависит не только от интеллектуальной готовности, но и от того, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях. Помощь детям должна быть направлена на укрепление их уверенности в себе, выработку собственных критериев успешности, умения вести себя в трудных ситуациях, ситуациях неуспеха. Необходимо помочь детям выработать индивидуальные модели поведения в значимых, оцениваемых ситуациях. Если есть возможность, следует подготовить детей к новым ситуациям, обсудить возможные трудности, обучить конструктивным способам поведения в них. Важно соблюдать режим дня.

Уделяйте внимание, и поддерживайте своего ребенка.

**Рекомендации родителям пятиклассников в период адаптации при переходе в среднее звено:**

**Каким же образом мы, родители, можем помочь своим детям?**

1. Прежде всего, необходимо создание положительной эмоциональной атмосферы в доме. Ребенок должен чувствовать, что его ждут, им интересуются, что его дела важны.
2. Будьте внимательны к настроению ребенка. Важно дать ему возможность выразить все свои эмоции и чувства. Ему важно ваше понимание и поддержка.
3. В период адаптации пятиклассников к школьной жизни очень важно не принуждать детей работать на оценку, тем самым провоцируя страхи и неуверенность в своих силах.
4. Не старайтесь отдавать ребенка в различные секции и кружки.
5. Развивайте умения смотреть на себя со стороны, совершенствовать навыки самоконтроля и самооценки.
6. Предоставьте ребенку возможность свободного выбора способов и источников информации, обучите работать с ними.

**ДЛЯ МАМЫ И ПАПЫ!**

 - Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.

- Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.

- Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Вы принимаете его таким, каков он есть, поэтому уважайте его индивидуальность.

- Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.

- Не скупитесь на ласку, мотивируя это тем, что ребенок уже большой. Это заблуждение!

- Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.

- Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.

 - Дайте понять ребенку следующее:  «Если тебе вдруг будет трудно, я тебе обязательно помогу и обязательно тебя пойму, и мы вместе справимся со всеми трудностями».

 Успехов Вам!

 Больше веры в себя и возможности своего ребенка!