***Родителям 5-классников!***

|  |
| --- |
| Пятый классВ период школьного обучения ребёнок проходит несколько адаптационных периодов, которые не всегда бывают легки для ребёнка. Это первый класс (адаптация к обучению в школе), **пятый класс** (адаптация к обучению в среднем звене, к разным учителям), десятый класс (адаптация к обучению с старшем звене, часто к другим ученикам в классе и учителям)… Можно ещё выделить 9-й и 11-й классы, как достаточно сложные из-за экзаменов.**Сегодня мы поговорим о тех трудностях, с которыми сталкиваются учащиеся пятого класса**\* Им бывает очень сложно приспособиться к различным требованиям разных учителей;\* Каждый урок проходит в отдельном специальном кабинете, и вначале очень сложно запомнить, в каком\* Классный руководитель не контролирует их так, как учитель начальной школы, ведь он учитель-предметник, который обучает и других детей;\* Резко увеличивается темп обучения, объём учебной нагрузки. Ведь их обучают учителя, которые только что выпустили старшеклассников и привыкли к самостоятельности учеников\* Пятиклассникам чаще всего 10-12 лет, а это младший подростковый возраст, когда у детей меняется система ценностей, и бывшего отличника, например, уже так не уважают за его «пятёрки», как это было в начальной школе, и лидером вдруг становится «троечник»… Да и гормональные изменения в организме могут осложнять работу познавательных психических процессов.**Все эти трудности могут привести к временному снижению успеваемости у многих пятиклассников. Ведь изменения могут повлечь за собой следующие проблемы****Снижение учебной мотивации.** Когда ребёнок видит, что его старания в учёбе не приводят к успеху, когда он никак не может понять объяснения некоторых учителей, он теряет интерес к обучению, и перестаёт стараться. Здесь родителям важно объяснять ребёнку необходимость преодоления трудностей в учёбе, важность изучения того или иного предмета.**Слабые способности к изучению какой-то учебной дисциплины.** Эта проблема часто проявляется именно в **пятом классе**, в то время как учитель начальной школы обычно лояльнее относится к своим учениками, т.к. лучше знает их индивидуальные особенности. Да и требования к знанию предмета в начальной школе не такие высокие, как бывают в среднем звене обучения.**Проблемы взаимоотношений с одноклассниками.** Когда у ребёнка меняется социальный статус в классе, он не всегда воспринимает это спокойно. Меняющаяся система ценностей может повлиять на дружбу, уважение в коллективе, а это мешает сосредоточиться на учёбе.**Личностные проблемы.** У детей в пубертатном периоде развития часто возникает снижение самооценки и уверенности в себе в результате возникающих трудностей в учёбе или общении со сверстниками. К тому же физиологические изменения в теле часто приводят к повышенной стеснительности. Это тоже очень мешает успешно учиться. Родителям важно помнить, что **пятый класс** – это сложный период в жизни их ребёнка. И вместо того, чтобы больше и строже требовать в этот период, лучше проявить внимание к трудностям ребёнка и оказывать поддержку. В таком случае процесс адаптации к обучению в среднем звене у него пройдёт быстрее и легче. Если Вы видите, что адаптационный период затянулся на полгода и больше, стоит обратиться к специалисту – детскому психологу с целью помочь ребёнку преодолеть возникшие трудности. |
|  |
|  |

**Рекомендации родителям пятиклассников**

*Физиологическая адаптация:*

Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий

Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних заданий, правильностью светового режима

Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук

Обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания.

Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скалок, гантелей и т.д

Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как главных условий сохранения здоровья

*Психологическая адаптация:*

Первое условие школьного успеха ребенка –безусловное его принятие, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться

Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.

Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы

Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, крики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников)

Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания

Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению.

Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.

Развитие самоконтроля и самооценки, самодостаточности ребенка.

***Первый раз – в пятый класс***

Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем

Если в семье произошли какие-то события, повлиявшие на психическое состояние ребенка (развод, отъезд в долгую командировку кого-то из родителей, рождение еще одного ребенка и т.д), сообщите об этом классному руководителю. Именно изменениями в семейной жизни часто объясняются внезапные перемены в поведении детей

Проявляйте интерес к школьным делам, обсуждайте сложные ситуации, вместе ищите выход из конфликтов

Помогите ребенку выучить имена новых учителей. Предложите ему описать их, отметить какие-то особые черты.

Посоветуйте ребенку в затруднительных ситуациях обращаться за помощью к классному руководителю или психологу.

Не следует сразу ослаблять контроль за учебной деятельностью ребенка, если в период обучения в начальной школе он привык к вашему контролю. Приучайте его к самостоятельности постепенно: он должен сам собирать портфель, звонить одноклассникам и спрашивать уроки.

Помните, что основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание.