

РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГА – ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ ПЯТИКЛАССНИКОВ

Ваш ребенок перешел в 5-й класс? Отлично! Потому что для него начинается новая захватывающая ступень его школьной жизни.

Переход ребенка из начальной школы в среднее звено – важный этап. 5 класс это период адаптации к среднему звену обучения.

Адаптация— привыкание к новым условиям обучения.

Он связан с возрастанием психоэмоциональной нагрузки на него, с повышением требований к его степени самостоятельности, физиологическими изменениями. Все это – серьезное испытание для психики вашего новоиспеченного пятиклассника. И адаптация пятиклассника может эффективно произойти только в союзе “учитель-родитель”.

Особенности адаптационного периода

Как показывает практика, большинство детей переживает это событие как важный шаг в своей жизни. Они гордятся тем, что «уже не маленькие». Появление нескольких учителей с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений является для них зримым показателем их взросления.

Переход учащихся из начальной школы в среднюю справедливо считается кризисным периодом. Многолетние наблюдения педагогов и школьных психологов свидетельствуют о том, что этот переход неизбежно связан со снижением успеваемости, хотя бы временным. Хотя бывает и так, что ребенок, еле-еле учившийся в начальных классах, вдруг становится твердым хорошистом.

Этот период носит название *адаптационного*.

В адаптационной период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, «развязными», чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными. 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. С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей. Подобные заболевания носят психосоматический характер. Можно ли избежать серьезных проблем с учебой при переходе в среднюю школу? Опыт показывает, что можно. Но для этого необходимо учитывать все факторы, влияющие на качество обучения в пятом классе.

За время адаптации при благоприятных условиях пятиклассники достигают следующих результатов:

- выполняют требования, которые предъявляются к их уровню;

- осознают необходимость обучения;
- овладевают способами преодоления своих трудностей, проблем;
- владеют умственными операциями (сравнение, классификация, обобщение);
- приобретают социальный опыт обучения на средней ступени обучения.

О трудностях адаптации свидетельствуют следующие признаки:

- Утомленный внешний вид ребенка.
- Замкнутость ребенка.
- Нежелание выполнять домашних заданий.
- Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
- Беспокойный сон.
- Постоянные жалобы на плохое самочувствие.
- Неадекватное поведение

От вас, уважаемые родители, зависит, насколько вы сумеете помочь адаптироваться пятикласснику в новых условиях и привыкнуть к новому статусу.

В этом вам могут помочь следующие советы

1. Если Вы обеспокоены поведением ребенка, как можно скорее встретитесь с классным руководителем и школьным психологом.
2. Если в семье произошли события, оказавшие влияние на психологическое состояние ребенка, обязательно сообщите этот факт классному руководителю. Именно изменения в семейной жизни часто объясняют внезапные изменения в поведении детей.
3. Интересуйтесь школьными делами, побуждайте ребенка обсуждать ситуации, которые для ребенка могут оказаться сложными и вместе ищите выход из создавшихся обстоятельств.
4. Помогите своему ребенку запомнить имена новых учителей; предложите перечислить их какие-то особые черты, описать их.
5. Приучайте ребенка к самостоятельности: пусть он сам готовит портфель, звонит одноклассникам и классному руководителю, спрашивает их об уроках т.п. Но не следует сразу ослаблять контроль за учебной деятельностью, особенно когда в начальных классах ребенок привык к контролю с Вашей стороны.
6. Основными помощниками в сложных ситуациях есть терпение, внимание, понимание.
7. Старайтесь задавать ребенку различные вопросы: “Как твои дела в школе?”, “Что было интересного сегодня?”, “Как поживают твои одноклассники?”, “Какой урок сегодня тебе понравился? Почему?” Планируйте в течение недели беседу с ребенком о его школьной жизни. Старайтесь запомнить события и нюансы, о которых рассказывает Вам

- ребенок, и в дальнейшем используйте их, чтобы вести последующие аналогичные разговоры о школе.
8. Не связывайте оценки по успеваемости ребенка со своей системой поощрений и наказаний. Пусть ребенок оценивает свою хорошую успеваемость в качестве награды, а низкие оценки - в качестве наказания. Если у ребенка с учебной проблем нет, проявляйте как можно чаще свою радость и гордость за него. А если в школе не все хорошо, выражайте озабоченность. Постарайтесь не устанавливать наказаний и поощрений, связанных с оценками; в последствии они могут привести к негативным эмоциональным проблемам.
 9. Ребенку можно оказывать помощь при выполнении домашних заданий, но при это не делайте их вместо ребенка. Покажите интерес к этим заданиям. Если же ребенок обращается к Вам с вопросами, касающихся домашнего задания, не подсказывайте, а помогите ему самостоятельно найти ответы. Вы только дайте ребенку почувствовать интерес к тому, чему обучают в школе.
 10. Выясните интересы Вашего ребенка, затем проведите связь между этими интересами и школьными предметами. К примеру, интерес ребенка к просмотру фильмов можно изменить, подарив книгу, по которой снят фильм, и тем самым вызвав стремление читать книги. Создавайте ситуации, в которых ребенок мог бы применить свои школьные знания в домашнем быту. Например, попросите его сделать расчет необходимого количества продуктов для приготовления обеда или нужного количества краски для покраски прямоугольной поверхности.
 11. Особые усилия прикладывайте для того, чтобы создать и поддерживать спокойную атмосферу в доме. Спокойствие и домашний уют помогут ребенку более эффективно справляться со школьными проблемами и быстрее пройти период адаптации пятиклассника.
 12. Воспитывайте ответственность ребёнка за свое здоровье. Развивайте самоконтроль, самооценку и самодостаточность ребёнка.
 13. Недопустимы физические меры воздействия, запугивание, критика в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей.
 14. Объясните ребенку, что в сложных ситуациях он может обращаться за советом к классному руководителю и психологу- психологу школы.