

Информация для родителей учащихся 5х классов

«Адаптация пятиклассников к средней школе».

Обычно необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения.

У пятиклассников изменились:

- социальное окружение (новый состав класса и учителей)
- и система деятельности (новая учебная ситуация новой ступени образования).

Ситуация новизны является для любого человека в определенной степени тревожной. Ребенок переживает эмоциональный дискомфорт, прежде всего из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр.

Это состояние можно назвать состоянием внутренней напряженности, настороженности.

Психологический портрет: специфические особенности нашего пятиклассника.

1. 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

4. 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».
- Проявляется неорганизованность и забывчивость.
- 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.

Помощь родителей в период адаптации

Для удобства выделим две основные задачи адаптации пятиклассника:

Первая задача – как научить трудиться, организовывать свой труд?

Успешно учиться ребенок будет только в том случае, если этот процесс вызывает положительные эмоции.

Как заинтересовать ребенка?

Обязательно:

- **проявляйте интерес** к школе, классу, учителям,
- **обсуждайте** с ребенком задания,
- **уделяйте внимание** особо трудным предметам, изучайте вместе дополнительную литературу,
- **запишите** ребенка в секции, кружки.

Чем больше он будет узнавать, тем интереснее будет заниматься.

Обязательно **поощряйте успехи** ребенка – как учебные, так и вне учебные.

Не обсуждайте с ребёнком учителей, это помогает 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 регулярной учебной деятельности!**

Вторая задача – как научить общаться со сверстниками?

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 взрослоти 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.

К кому ребёнку можно обратиться за помощью в школе:

- ✓ классный руководитель,
- ✓ любой предметник,
- ✓ бывший классный руководитель,
- ✓ социальный педагог,
- ✓ психолог,
- ✓ мед. работник,
- ✓ администратор,
- ✓ секретарь,
- ✓ директор,
- ✓ любой дежурный старшеклассник,
- ✓ любой взрослый!

Консультации школьного психолога для родителей:

Четверг: с 16:00 до 19:00

Для записи необходимо обратиться к администратору на 1 этаже
(записаться на консультацию рекомендуется заранее;
график работы может изменяться;
есть возможность записи на приём в утренние часы)