**Рекомендации родителям по адаптации пятиклассников**

В первую очередь хочу поздравить Вас, дорогие родители. Ваши дети успешно перешли из младшей школы на второй уровень обучения. 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, каков же психологический портрет 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.**

1. **У большинства детей начинается физиологическая перестройка организма:**

**- импульсивность, частая и порой необъяснимая смена настроения, упрямство. Обостряется комплекс собственной неполноценности, учащаются конфликты и ссоры с родителями, педагогами и сверстниками;**

**- потребность в постоянной поддержке и принятии.**

1. **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:**

**- новые учителя,**

**- новые одноклассники,**

**- новые предметы,**

**- новые требования и нормы поведения.**

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



***Возможны изменения в поведении ребенка:***

* **возрастает тревожность;**
  + **снижается работоспособность;**
  + **повышается робость или напортив «развязность»;**
  + **проявляется неорганизованность и забывчивость;**
  + **иногда нарушается сон, аппетит.**

**Чем могут помочь родители в период адаптации своим детям?**

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

1. Разберем первую задачу – ***научиться 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, 9 классу материал будет запущен, и не будет сформирована привычка к систематическим самостоятельным занятиям.**

2. Как помочь решить вторую задачу – ***научиться 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, несмотря 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 и т.д.. 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.**

**Надеюсь, эти рекомендации помогут Вам и Вашему ребенку на трудном этапе взросления и адаптации к новой среде!**