Ваш  ребенок пятиклассник.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

в период адаптации в 5 классе

Ваш ребенок уже в 5-ом классе. Начальная школа позади, и ребенок взял с собой в среднее звено багаж хороших прочных знаний, стабильную успеваемость, умение общаться и хорошее здоровье, чтобы покорять новые вершины.

Для ребенка-пятиклассника, еще маленького среди учащихся среднего и старшего звена, но одновременно  повзрослевшего за лето, очень **важно чувство социальной  успешности,** которая даёт ребенку желание стараться, быть лучше и осваивать новое в школе.

Процесс АДАПТАЦИИ к новому режиму обучения, к изменившимся методическим требованиям, к новым социальным, школьным, семейным правилам, для ребёнка - есть сложный  и неоднозначный процесс, который требует времени для физиологического и психологического привыкания ребёнка и внимательного, терпимого отношения взрослых.

**С какими же трудностями сталкиваются родители в первые месяцы обучения детей в 5 классе?**

*Если ниже перечисленные проблемные ситуации возникли у Вас с ребенком, то эта брошюра для Вас!*

**-**Ребенок стал показывать низкие результаты по успеваемости, оценки ниже, чем в начальной школе.

**-**Ребенок стал больше конфликтовать как со сверстниками, так и со взрослыми.

**-**В семье чувствуется противостояние, демонстративность в поведении ребенка.

**-**Возможно, и наоборот, ребенок стал более инфантильным, вернулся к «дошкольным» моделям поведения: непривычные требования внимания к себе, желание больших телесных контактов (обнимания, забираться на колени и пр.)в начальной школе.

**-**Нарушение сна и аппетита, нежелание идти в школу.

**-**Проявление, усиление невротических симптомов: запинки в речи, навязчивые движения и др. (если имел место ранее поставленный диагноз)

**-** Эмоциональная нестабильность: капризы, слёзы, спад настроения или в противоположность избыток эмоционального перевозбуждения.

**-**Частые жалобы ребенка на самочувствие, простудные  и пр. заболевания.

В этот период некоторые дети могут быть очень шумными, крикливыми, без удержу носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие очень скованны, робки, стараются держаться незаметно, слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче, замечании расстраиваются, замыкаются в себе.

Конечно, не у всех детей адаптация к школе протекает с подобными отклонениями, но есть пятиклассники, у которых этот процесс сильно затягивается

**Осложнения в адаптации вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребенка, его организм в связи с резким изменением образа жизни и со значительным увеличением тех требований, которым ребенок должен отвечать.**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ   РЕКОМЕНДАЦИИ:**

**В этот период как никогда нужно чтобы ограничений, требований, запретов не было слишком много – будьте гибкими терпимыми в общении с ребенком**

**Больше наблюдайте, активно слушайте ребенка.**

**Вы переживаете за ребенка и помогаете ему, но не показывайте ребенку свою озабоченность его школьными успехами: – тревожность передаётся ребёнку от родителей!**

**Интересуйтесь школьной жизнью ребенка и смещайте фокус своего внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, экскурсий.**

**Подчеркивайте, выделяйте значимой ту сферу деятельности, где ребенок больше успешен, помогайте ему тем самым обрести веру в себя. Это способствует снижению тревоги, а так как ребенок на уроках все же работает, то у него обязательно накапливаются достижения.**

**Таким образом, нельзя допустить, чтобы ребенок был замкнут на своих школьных неудачах, ему надо найти такую внеучебную деятельность, в которой он способен самоутверждаться. А это впоследствии положительно и продуктивно скажется на школьных делах и обеспечит более комфортную адаптацию.**