***АДАПТАЦИЯ В 5 КЛАССЕ***

*Золотые правила воспитания для родителей:*

1.Любите своего ребёнка, и пусть он никогда не усомнится в этом.

2.Принимайте ребёнка таким, какой он есть, – со всеми достоинствами и недостатками.

3.Опирайтесь на лучшее в ребёнке, верьте в его возможности.

4.Стремитесь понять своего ребёнка, загляните в его мысли и чувства; почаще ставьте себя на его место.

5.Создайте условия для успеха ребёнка; дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.

6.Не пытайтесь реализовывать в ребёнке свои несбывшиеся мечты и желания.

7.Помните, что воспитывают не слова, а личный пример.

8.Не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми, особенно не ставьте их в пример. 9.Помните, что каждый ребёнок неповторим и уникален.

10.Не рассчитывайте на то, что ребёнок вырастет таким, как вы хотите.

11.Помните, что ответственность за воспитание ребёнка несете именно вы.

**Возрастные особенности младшего подростка**

1.Потребность в достойном положении в коллективе сверстников, в семье;

2.Повышенная утомляемость;

3.Стремление обзавестись верным другом;

4.Стремление избежать изоляции, как в классе, так и в малом коллективе;

5.Повышенный интерес к вопросу о «соотношении сил» в классе;

6.Стремление отмежеваться от всего подчеркнуто детского;

7.Отсутствие авторитета возраста;

8.Отвращение к необоснованным запретам;

9.Восприимчивость к промахам учителей;

10.Переоценка своих возможностей, реализация которых предполагается в отдаленном будущем;

11.Отсутствие адаптации к неудачам;

12.Отсутствие адаптации к положению «худшего»;

13.Ярко выраженная эмоциональность;

14.Требовательность к соответствию слова делу;

15.Повышенный интерес к спорту.

**Признаки успешной адаптации**

1.Удовлетворенность ребёнка процессом обучения;

2.Ребёнок легко справляется с программой;

3.Степень самостоятельности ребёнка при выполнении им учебных заданий, готовность 4.Прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому;

5.Удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

**Некоторые проблемы пятиклассников**

1.В письменных работах пропускает буквы.

2.Не умеет применять правила, хотя знает их формулировку.

3.С трудом решает математические задачи.

4.Плохо владеет умением пересказа. Невнимателен и рассеян.

5.Неусидчив во время занятий, индивидуальной работы.

6.Не умеет работать самостоятельно.

7.С трудом понимает объяснения учителя.

8.Постоянно что-то и где-то забывает.

9.Плохо ориентируется в пространстве (в том числе и в своей тетради).

10.Испытывает страх перед уроками, учителями, ситуациями проверки знаний.

11.Часто меняет приятелей, ни с кем не дружит подолгу; часто бывает одинок.

**Трудности адаптации пятиклассников в школе**

Переход ученика из начальной школы в среднюю школу совпадает со своеобразным концом детства – стабильным периодом развития в жизни ребёнка. В пятом классе ребёнка ждет новая система обучения: классный руководитель и учителя-предметники, преподающие новые дисциплины в разных кабинетах.

Одни пятиклассники гордятся тем, что повзрослели, и быстро втягиваются в учебный процесс, а другие переживают изменения в школьной жизни, и адаптация у них затягивается. В такой период дети нередко меняются – тревожатся без явных на то причин, становятся робкими или, наоборот, развязными, слишком суетятся. Как результат – у ребят снижается работоспособность, они становятся забывчивыми, неорганизованными, иногда у детей ухудшаются сон и аппетит.

Успешность адаптации младшего подростка зависит не только от его интеллектуальной готовности, но и от того, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях.

**Признаки возникшей дезадаптации школьника**

1.Нежелание делиться впечатлениями о проведённом дне.

2.Стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы.

3.Усталый, утомлённый вид ребёнка.

4.Нежелание выполнять домашние задания.

5.Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.

6.Жалобы на те или иные события, связанные со школой.

7.Беспокойный ночной сон.

8.Трудности утреннего пробуждения, вялость.

9.Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

**Чем можно помочь?**

Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребёнка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.

Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребёнка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.

Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.

Для пятиклассника учитель – уже не такой непререкаемый авторитет, как раньше, в адрес учителей могут звучать критические замечания. Важно обсудить с ребёнком причины его недовольства, поддерживая при этом авторитет учителя.

Пятикласснику уже не так интересна учёба сама по себе, многим в школе интересно бывать потому, что там много друзей. Важно, чтобы у ребёнка была возможность обсудить свои школьные дела, учёбу и отношения с друзьями в семье, с родителями.

Помогите ребёнку выучить имена новых учителей.

Если вас, что-то беспокоит в поведении ребёнка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.

Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребёнка.

**Рекомендации родителям пятиклассников**

Воодушевите ребёнка на рассказ о своих школьных делах.

Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: «Как прошёл твой день в школе?». Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребёнком о школе. Запоминайте отдельные имена, события и детали, о которых ребёнок вам сообщает, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе.

Регулярно беседуйте с учителями вашего ребёнка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.

Без колебаний побеседуйте с учителем, если вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребёнка или его проблемах, связанных со школой, или о взаимосвязи его школьных и домашних проблем. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребёнка не реже, чем раз в два месяца.

Не связывайте оценки за успеваемость ребёнка со своей системой наказаний и поощрений.

Ваш ребёнок должен оценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость – как наказание. Если у ребёнка учёба идёт хорошо, проявляйте чаще свою радость. Выражайте озабоченность, если у ребёнка не все хорошо в школе. Постарайтесь насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений они могут привести к эмоциональным проблемам.

Помогайте ребёнку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

Продемонстрируйте интерес к этим заданиям. Если ребёнок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

Помогите ребёнку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.

Выясните, что вообще интересует вашего ребёнка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребёнка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен фильм. Ищите любые возможности, чтобы ребёнок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности. Например, поручите ему рассчитать необходимое количество продуктов для приготовления пищи или необходимое количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.

Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддержать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в жизни ребёнка происходят изменения.

Старайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере. Спокойствие домашней жизни поможет ребёнку более эффективно решать проблемы в школе. *В этот период родители должны быть особенно внимательны к своим детям.*

**Адаптация**

Первое условие школьного успеха пятиклассника – безусловное принятие ребёнка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться. Родители должны обязательно проявлять интерес к школе, классу, в котором учится ребёнок, к каждому прожитому им школьному дню. Обязательно знакомьтесь с одноклассниками вашего ребёнка и общайтесь с ними после школы. Недопустимы физические меры воздействия, запугивание, критика в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей. Учитывайте темперамент ребёнка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если взрослые и сверстники относятся к ним насмешливо и даже жестоко, проявляют насилие. Предоставляйте ребёнку самостоятельность в учебной работе и организуйте обоснованный контроль за его учебной деятельностью. Развивайте самоконтроль, самооценку и самодостаточность ребёнка.