**Успешность адаптации.**

**Рекомендации родителям пятиклассников.**

|  |
| --- |
| 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 делахи обеспечит более комфортную адаптацию. |