

# Первый раз в пятый класс

## Рекомендации для родителей

В период адаптации очень важно для ребенка, чтобы дома была спокойная, щадящая обстановка, доверительная атмосфера, кроме того, обязательно соблюдение режима дня, нужно сделать все для того, чтобы пятиклассник постоянно чувствовал поддержку и помощь со стороны родителей. Если Вы заметили проявления повышенной тревожности, вот несколько советов по взаимодействию с таким ребенком:

- ✓ Обязательно давайте вашему ребёнку выговориться, поделитесь своими школьными страхами и тревогами.

- ✓ Попробуйте создать ситуацию успешности (как в урочной, так и во внеурочной деятельности – вы можете помочь ему подготовить интересный доклад или найти в Интернете полезную информацию по подготовке КВН или конкурсы для классного вечера и т.д.)

- ✓ Создавайте условия для выхода активности, накопившегося напряжения, агрессивности, помогайте расслабиться.

- ✓ Заранее подготовьте ребёнка к грядущим переменам, расскажите, что его ожидает в пятом классе, заострите внимание на позитивных изменениях.

- ✓ Научите его в любой ситуации видеть плюсы, пропагандируйте оптимизм, убеждайте, что всё будет хорошо.

- Если вы видите, что процесс адаптации затянулся более чем на 4 месяца и замечаете ухудшение самочувствия ребенка, постоянное нежелание идти в школу на фоне пониженного настроения и снижения успеваемости, то Вам просто необходимо обратиться с данной проблемой к классному руководителю и психологу.

- Никогда не ограничивайте свой интерес обычным вопросом: «Как прошел твой день в школе?». Каждый день находите время для беседы с ребенком. Спрашивайте о том, какие сложности или трудности возникли сегодня, чем, наоборот он доволен, что удалось сделать лучше, чем раньше? Какие предметы вызывают положительные эмоции, с какими связаны негативные переживания? Как складываются взаимоотношения с педагогами?

✦ Проконтролируйте то, заполнен ли список преподавателей в дневнике, также вы можете поиграть в игру «Как зовут ваших учителей», которая поможет быстрее запомнить имена и отчества учителей по разным предметам. Вы называете предмет и имя учителя, а ребенок называет отчество; Вы называете предмет, а ребенок называют имя и отчество; Вы называете фамилию, а ребенок - предмет и так далее. Кроме того, вы можете добавить в игру и номер кабинета учителя-предметника. Очень хорошо играть в неё тогда, когда в гостях у вашего ребенка одноклассники, тогда игра идет на скорость и количество правильно названных Ф.И.О. учителей.

✦ Запоминайте имена, все события и детали, о которых ребенок рассказывает вам, обязательно используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Интересуйтесь делами в классе, тем, как у вашего ребенка складываются отношения с одноклассниками и с «новичками», т.к. именно в 5<sup>-м</sup> классе чаще всего в коллектив приходят новенькие ученики.

✦ Регулярно беседуйте с учителями-предметниками и классным руководителем вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми, особенно если вы чувствуете, что многого не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой. Даже если нет особых поводов для беспокойства, встречайтесь с классным руководителем вашего ребенка не реже, чем раз в два месяца. Если увидите проблемы, не затягивайте, подойдите к учителю, выясните причину появившихся сложностей. Обязательно расскажите об особенностях своего ребенка.

✦ Бывает так, что между вами и учителем возникают серьезные разногласия, помните, что вы должны приложить все усилия, чтобы мирно разрешить их, иначе вы можете поставить ребенка в положение выбора между преданностью вам и уважением

✦ Вам нужно объяснить ребенку, что есть и плюсы в «рассогласованностях» разных учителей. Ребенок старается учитывать требования, соотносить их, преодолевать трудности - а это значит, он учится взрослой жизни, где разнообразие требований - норма. Кроме того, ребенок, участь строить отношения с разными учителями, становится более гибким в общении. Важно, чтобы вы, родители, объяснили ребенку, с чем связаны эти различия, и помогли ему справиться с возникшими трудностями. Можно составить расписание уроков

с указанием на требования учителя: например, иностранный язык – всегда приносить с собой, помимо основной тетради, словарную тетрадь и тетрадь для переводов и т.п.

• Вам необходимо показать ребенку, что некоторое «обезличивание» подхода к ним в 5 классе – очень значимый момент для его развития и укрепления чувства взрослости. Можно на примере приема на работу рассказать о том, что сначала тоже никто не знает и не понимает какой это работник и хороший ли он человек, но потом... Очень важно помочь ему освоить эту новую позицию.

• Не забывайте и про помощь классному руководителю в организации досуга детей, ведь Вы хорошо знаете не только детей, но и друг друга. Чаще всего родительский комитет остается прежним, или состав его меняется незначительно, по сравнению с 4 классом, поэтому вам легко будет взять часть забот на себя и ввести классного руководителя в курс традиционных дел и мероприятий.

• Ваша помощь нередко нужна на первых порах и в подготовке домашних заданий, обязательно учитывая требования учителей (даже, несмотря на то, что в начальной школе дети делали уроки самостоятельно). Перед тем как начать выполнять домашние задания попросите ребенка объяснить, как он выполняет то или иное упражнение, почему именно эти правила применяет при выполнении определенных задач, таким образом, Вы проверите, усвоен ли учебный материал на уроке. Если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их. Но если ребенок всё понимает, а успеваемость всё равно снижается, то займитесь развитием мышления, памяти, внимания, т.к. и наблюдательность, и внимательность, и способность выделять существенное – все это поможет усвоению материала. Помните, только помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их за него. Лучше всего заранее обговорить вместе с ребенком время, когда он будет выполнять домашние задания, и следите за выполнением этих условий. Это поможет вам сделать ребенка более организованным и научит его планировать день.

• Следите за тем, чтобы у ребенка было все необходимое для обучения. Очень часто из-за того, что ребенок не готов к уроку (например, не приобрел контурные карты и т.д.) он отстает от класса, не приобретает практических навыков

работы и не может дома выполнить задание на высокую оценку.

- ✦ Наблюдайте за правильной позой, соблюдением светового режима. Обязательно в этот период увеличить в рационе объем витаминных препаратов, фруктов и овощей.
- ✦ Никогда не связывайте оценки за успеваемость со своей системой наказаний и поощрений, ребенок должен воспринимать свою хорошую успеваемость как награду, а плохую успеваемость – как наказание. Если у ребенка в учебе все хорошо, проявляйте чаще своё одобрение и радость, хвалите его. Но, если у ребенка не очень хорошо в школе, обязательно выразите свою озабоченность. Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, запрет на любимые виды деятельности.
- ✦ Постарайтесь заинтересовать ребенка тем, что преподают в школе. Предварительно выясните, какие интересы у вашего ребенка, а затем попытайтесь установить связь между его интересами и школьными предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Создайте ситуацию, в которой ребенок может применить свои знания, полученные в школе, в быту. Например, поручите ему высчитать расстояние от дома до школы и время, затраченное на дорогу, или необходимое количество рулонов обоев, чтобы сделать ремонт в его же комнате.
- ✦ Если в вашей семье произошли или скоро произойдут какие-либо события, способные повлиять на психологическое состояние ребенка (развод, работа вахтовым методом одного из родителей, смерть близкого человека, рождение еще одного ребенка и т. д.) всегда сразу сообщайте об этом классному руководителю. Ведь очень часто именно изменениями в семейной жизни объясняются внезапные перемены в поведении детей. Если ваш ребенок «новичок» в классе, то обязательно сами познакомьтесь с одноклассниками, предоставьте им возможность общения после школы.
- ✦ Посоветуйте вашему ребенку в любых трудных для него ситуациях обращаться за помощью к классному руководителю.