

Несколько советов психолога «Как прожить хотя бы один день без нервозности».

Будите ребёнка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.

Не торопитесь. Умение рассчитать время – **Ваша задача**. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.

Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было плохих отметок!». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.

Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.

Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.

Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.

После школы не торопитесь садиться за домашние задания. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами **бесполезны**.

Не заставляйте делать все упражнения сразу: **20 минут занятий – 10 минут перерыв**.

Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.

В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...».

Найдите в течение дня хотя бы **полчаса**, когда будете принадлежать **только ребёнку**.

Выбирайте **единую тактику** общения с ребёнком **всех** взрослых в семье. Все **разногласия** по поводу педагогики решайте **без него**.

Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели **переутомления**.

Учтите, что даже «**большие дети**» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ПЯТИКЛАССНИКА

ЭТО НАДО ЗНАТЬ!



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ПЯТИКЛАССНИКА ЭТО НАДО
ЗНАТЬ!

Успешность адаптации школьника к обучению в основной школе, и конкретно в 5 классах зависит от реализации преемственных связей между начальным и общим образованием.

Ситуация новизны является для любого человека в определенной степени тревожной. Ребенок переживает эмоциональный дискомфорт, прежде всего из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и др.

При решении проблемы преемственности, особенно в период адаптации к новым условиям необходимо учитывать психологические особенности 10 – 12 летних детей, вступающих в подростковый возраст.

5-й класс – это переход из начальной школы в среднюю, и из-за смены структуры, содержания обучения у этих детей происходят изменения психологического и учебного характера:

Период адаптации считается сложным для всех участников образовательного процесса. Для учащихся начинается новая учебная деятельность: изменения в организации обучения, смена его форм и методов, режима дня, увеличение нагрузки. В организме ребенка происходят психолого-физиологические изменения, которые влияют на учебную деятельность.

Этот, некоторый, закономерный рубеж совпадает с началом кризисного периода, связанного с физиологическим созреванием, сменой ведущего вида деятельности.

Известно, что возможность успешного продвижения школьников, на этапе перехода из младшей школы в среднюю, зависит от их способностей успешно адаптироваться к изменениям условий обучения. К таким изменениям относится то, что в средней школе обучение становится предметным, появляются разные учителя и ребенку необходимо уметь гармонично интегрировать разнообразные переживания, разные, стили и требования учителей и на этой основе формировать целостную и непротиворечивую самооценку.

В обучении и общении ребенка должен произойти переход от ориентации его на заданный учителем образец к выбору

Учебная деятельность становится для ребенка не только процессом усвоения знаний, но и способами овладения социальной реальностью и формирования мотивационно-потребностной сферы.

Потенциал дальнейшего становления личности закладывается именно при переходе в среднюю школу, поскольку ребенок впервые сознательно ставит перед собой задачи, пробует свои силы выбирает стили общения.

Все это нужно учитывать как родителям обучающихся, так и учителям. Важно помнить, единство требований залог успеха развивающейся личности подростка!

