**АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД В 5 КЛАССЕ.**

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ**

Переход в 5 класс предъявляет высокие требования к умению ребёнка адаптироваться в новых условиях.

**Новые условия обучения и воспитания:**

* обучение в разных кабинетах;
* новый классный руководитель и учителя–предметники;
* разные требования, стиль и методика обучения на уроках;
* большой поток информации;
* чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы;
* новый коллектив сверстников;
* новые правила и нормы поведения.

**Новые условия влияют на изменения в поведении и психике ребёнка:**

* возрастает тревожность;
* снижается работоспособность;
* повышается робость или напротив - «развязность»;
* появляются неорганизованность и забывчивость;
* заболевания носят психосоматический характер;
* появляется чувство страха и неуверенности в ситуации несоответствия прежним достижениям или ожиданиям родителей.

Эти особенности могут сохраняться от одного-двух месяцев до полугода.

**Успешно адаптируются те ребята, которые ко времени поступления в среднее звено:**

* имеют достаточный уровень интеллектуального развития;
* умеют работать самостоятельно;
* умеют планировать свои действия;
* умеют контролировать свои действия и оценивать результат своей работы;
* умеют строить взаимоотношения со сверстниками и взрослыми;
* способны выдерживать эмоциональные нагрузки, обладают эмоциональной устойчивостью;
* не делают трагедии из школьной оценки.

**Причины трудностей в учении:**

* недостатки учебной подготовки при нормальном и даже хорошем уровне развития мышления и других познавательных процессов;
* значительные пробелы в знаниях;
* несформированность общеучебных и специальных учебных умений и навыков.
* преимущественно эмоциональное отношение к учебному предмету;
* несформированность необходимых мыслительных действий и операций – анализа и синтеза, плохое речевое развитие, недостатки внимания и памяти;
* формализм в усвоении знаний;
* особенности учебной мотивации;
* слабая произвольность поведения и деятельности – нежелание, невозможность заставить себя постоянно заниматься.

**Следствия неполной адаптации:**

* низкая или напротив - защитно-высокая самооценка;
* прямая или косвенная защитная агрессия;
* чувство беспомощности и обиды;
* формирование мотива избегания неудач;
* частые заболевания;
* повышенная возбудимость и импульсивность или напротив - вялость, закрытость;
* формирование чувства неполноценности;
* нарушение правил поведения или полное их игнорирование.

**Рекомендации родителям в период адаптации к 5 классу**

1. Следите за состоянием здоровья ребёнка.
2. Проявляйте искренний интерес к его школьным делам.
3. Не требуйте в первое время от ребёнка прежних результатов.
4. Не сравнивайте и не ругайте ребёнка в присутствии посторонних людей, учителей и сверстников.
5. Учитывайте особенности темперамента (активность, темп деятельности) и не предъявляйте завышенных требований.
6. Учите самостоятельности и самоконтролю постепенно.
7. Поддерживайте своего ребёнка в сложных ситуациях и эмоциональных переживаниях.
8. Проявляйте терпение, выдержку, принимайте безусловно своих детей, любите их не за отметки, а просто так!

Материал подготовила педагог-психолог школы

Казарова Екатерина Геннадьевна