**Рекомендации родителям пятиклассников**.

В пятом классе ребенка ждет новая система обучения:

классный руководитель и учителя-предметники, преподающие новые

дисциплины в разных кабинетах. 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. К тому же переход в среднюю школу совпадает с подростковым периодом (10-15 лет). Данный период открывается кризисом 13 лет.

Особенности кризиса:

\* Снижение продуктивности в учебной и творческой деятельности;

\* Переход от конкретного к абстрактному мышлению;

\* Проявляется взросление ребенка (негативизм, беспокойство, стремление к одиночеству).

Родители считают детей этого возраста трудными, "неслухами».

**Развитие внимания**

Хорошо развитые свойства внимания и его организованность являются

факторами, непосредственно определяющими успешность обучения

пятиклассников. Как правило, хорошо успевающие учащиеся имеют лучшие

показатели развития внимания.

**Развитие памяти**

Наиболее распространенный прием запоминания у младших

подростков - многократное повторение, обеспечивающее механическое

заучивание.

**Мышление**

Именно в этот период у 5-ов начинает формироваться словесно-

логическое мышление, оно переходит в стадию формально-логических

операций, т. е. ученик начинает оперировать отвлеченными понятиями без

опоры на наглядность.

**Особенности учебной деятельности пятиклассников**

Дети, вступающие в подростковый период, чувствительны к возникновению у них познавательных интересов, более восприимчивы к переходу учебной деятельности на новый, более высокий уровень, когда для подростка раскрывается смысл.

В 5-м классе ко всем проблемам подросткового возраста добавляется

проблема адаптации к новым условиям обучения. Под адаптацией принято

понимать — в широком смысле — приспособление к окружающим условиям.

Адаптация имеет два спектра — биологический и психологический.

**Причины плохой адаптации в 5-м классе:**

1.Разные требования со стороны учителей-предметников,

необходимость все их учитывать и выполнять.

2.Большой поток информации, незнакомые термины, слова.

Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а

также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых.

3.Чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы, а

классному руководителю не удается уделить всем необходимое внимание.

4.Все переживания этого возраста естественны и помогают

ученику взрослеть, поэтому родителям и учителям надо просто быть

внимательнее и добрее к ребятам в новом периоде их школьной жизни.

**Признаки успешной адаптации:**

• удовлетворенность ребенка процессом обучения;

• ребенок легко справляется с программой;

• степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных

заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток

выполнить задание самому;

•удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками, учителем.

**Причины психологических трудностей:**

5. 1. Повышение уровня тревожности семьи, связанной с обучением

ребенка в пятом классе.

6. 2. Повышение уровня тревожности самого ребенка.

7. 3. Зависимость степени адаптации ребенка к новым условиям от

тех требований, которые предъявляет ребенку семья, его ближайшее

окружение.

8. 4. Зависимость степени адаптации ребенка от его внутреннего

состояния, характера, его успеваемости в начальной школе.

9. 5 Степень учебной и социальной мотивации пятиклассника, его

желание вступать в учебные и внеучебные контакты.

10. 6. Состояние его физического здоровья, связанное с возрастными

изменениями в организме и психологическим климатом в классном

коллективе.

11. 7. Влияние самооценки ребенка на адаптацию к школе (чем ниже

самооценка, тем больше трудностей у ребенка в школе).

**Рекомендации для родителей**

¬

Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома,

создание условий для двигательной активности детей между выполнением

домашних заданий.

¬

Наблюдайте за правильной позой во время домашних занятий,

соблюдение светового режима.

¬

Обязательное введение в рацион ребенка витаминных

препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания ребенка.

¬

Забота о закаливании ребенка, максимальное развитие

двигательной активности, создание в доме спортивного уголка,

приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели и т. д.

¬

Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как

главных условий сохранения здоровья.

¬

Обязательно проявляйте интерес к школе, классу, в котором

учится ваш ребенок, к каждому прожитому им школьному дню.

¬

Неформальное общение со своим ребенком после

прошедшего школьного дня.

¬

Обязательно познакомьтесь с его одноклассниками

¬

Позволяйте общаться с ребятами после школы.

¬

Не допускайте физических мер воздействия, запугивания,

критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек,

дедушек, сверстников).

¬

Исключите такие меры наказания, как лишение удовольствий,

физические и психические наказания.

¬

Поощряйте ребенка не только за учебные успехи. Морально

стимулируйте достижения ребенка.

**Правила общения с ребенком**:

⎫

Выражайте недовольство отдельными действиями, но не

личностью.

⎫

Осуждайте действия, но не его чувства, какими бы

нежелательными или «неположительными» они ни были.

⎫

Позволяйте ребенку сталкиваться с последствиями его действий или бездействий. Только тогда он будет «ВЗРОСЛЕТЬ», становится сознательным.

⎫

Если ребенку трудно, и он готов принять Вашу помощь,

обязательно помогите ему, но не полностью, а частично: большую часть

предоставьте делать самому.

⎫

Соизмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

⎫

Постепенно снимайте с себя ответственность за личные дела

ребенка: пусть он чувствует себя ответственным за их выполнение.

⎫

Уважайте других детей. Помните: если Ваш ребенок – личность,

то другой – такая же личность.

⎫

О своих чувствах говорите ребенку от первого лица, сообщайте

ему о своих переживаниях, а не о нем, его поведении.

⎫

Конечно, обязательно надо контролировать ребенка, особенно в

первые 1-2 месяца обучения в средней школе. Но все же ни в коем случае не

смешивать понятия "хороший ученик" и "хороший человек", не оценивать

личные достижения подростка лишь достижениями в учебе.

⎫

Если у ребенка возникли проблемы с успеваемостью и ему

сложно поддерживать ее на привычном уровне, попробуйте дать ему

возможность в этот период проявить себя в чем-то другом. В чем-то таком,

чем он мог бы гордиться перед друзьями. Сильная зацикленность на учебных

проблемах, провоцирование скандалов, связанных с "двойками" в

большинстве случаев приводит к отчуждению подростка и лишь ухудшает

ваши взаимоотношения.

**Рекомендации родителям по взаимодействию с агрессивным ребенком**.

Работу по коррекции агрессивного поведения детей следует начинать с

Вами, родители. Помните, что ребёнок не может измениться к лучшему, если

не произойдут необходимые изменения в семье.

**Некоторые принципы общения.**

1.Замечать, когда ребёнок ведёт себя неагрессивно и поощрять его за это.

2. Пусть ребёнок в каждый момент чувствует, что Вы его любите,

цените и принимаете, что он Вам нужен. Не стесняйтесь его лишний раз

приласкать и пожалеть. Нельзя допускать высказываний, наподобие

следующих: "если ты себя так поведешь…, то мама с папой тебя больше

любить не будут!".

3. Показывайте личный пример эффективного поведения, не

допускайте вспышек гнева и нелестных высказываний о других людях.

4. Запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы

преодоления агрессивности. Лишь поняв причины такого поведения, можно

надеяться на улучшение.

5. Формируйте способность к сопереживанию и сочувствию.

6. Дайте ребёнку возможность выплеснуть свою агрессию, сместить её

на другие объекты (например, поколотить подушку).

7. Не подавляйте попытки «самоутверждения» ребёнка, отнеситесь с

пониманием, старайтесь спокойно договориться.

8. Никогда не позволять себе оскорбить ребёнка, в диалоге не

использовать жаргонные и бранные слова - это не даст ему права оскорблять

Вас и не демонстрировать в поведении все, на что он способен.

9. Обсуждайте поведение только после успокоения.

10. Выясните, как возникает агрессивное поведение, и каково

возможное решение. "Имя ….., ты расстроился, потому что……..Ты

можешь переживать, не имея права обижать других. Что нужно сделать,

чтобы успокоиться и при этом ни на кого не нападать?" Предлагайте что-

то свое только в дополнение к сказанному.

11. Нельзя угрожать и шантажировать, т.к. в какой-то момент это

перестает действовать, и Вы будете неубедительны и бессильны.

12. Cвое плохое настроение не разряжать на нем свое плохое настроение не разряжать на нем.

13. Найти повод похвалить его, особенно, это хорошо спустя некоторое

время после наказания. Ребенок убедится, претензии были к его поступку, а

не к нему.

14. Ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях, так как

агрессия - это необходимое и естественное для человека чувство. Запрет или

силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может

привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или

перейти в психосоматическое расстройство. Научите его выражать свои

враждебные чувства социально приемлемым способом: словом или в

рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для

окружающих, в спорте.

15. Также желательно, чтобы у ребенка была своя комната (или хотя бы

уголок). Он должен знать, что его границы уважают и не нарушают без его

ведома.

16. Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с

кулаками - обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится,

придет в себя. Со временем ему будет требоваться все меньше времени,

чтобы угомониться. Кроме того, такие объятия выполняют несколько важных

функций: для ребенка это означает, что вы способны выдержать его

агрессию, а, следовательно, его агрессия может быть сдержана и он не

разрушит то, что любит; ребенок постепенно усваивает сдерживающую

способность и может сделать ее внутренней и таким образом контролировать

свою агрессию сам. Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с

ним о его чувствах. Но ни в коем случае не стоит читать нравоучения при

таком разговоре, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему

плохо.

17. Не стоит говорить: "Хороший мальчик" или: "Хорошая девочка".

Дети часто не обращают на это внимания. Лучше сказать: "Ты доставил мне

огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом, вместо

того чтобы драться с ним. Теперь я знаю, что могу доверить тебе уход за

ним". Такая похвала имеет большое значение для детей. Она позволяет им

почувствовать, что они могут произвести хорошее впечатление.

18. Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей (класса,

родственников, других детей и др.). В беседе стараться использовать меньше

эмоциональных слов (стыдно и др.).

**И еще несколько рекомендаций психолога….**

1. **Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом** типа: «Как прошел твой день в школе?» Каждую неделю выбирайте время, свободное от до­машних дел, и внимательно беседуйте с ребенком о школе. Запоминайте от­дельные имена, события и детали, о которых ребенок сообщает вам, ис­пользуйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Кроме того, обязательно спрашивайте вашего ребенка о его одно­классниках, делах в классе, школьных предметах, педагогах.

2. **Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемо­сти, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.**

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

Во время любой беседы с учителем выразите свое стремление сделать все возможное для того, чтобы улучшить школьную жизнь ребенка. Если между вами и учителем возникают серьезные разногласия, прилагайте все усилия, чтобы мирно разрешить их, даже если придется беседовать для это­го с директором школы. Иначе вы можете случайно поставить ребенка в не­ловкое положение между преданностью вам и уважением к своему учителю.

3. **Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений.**

Ваш ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как на­граду, а неуспеваемость - как наказание. Если у ребенка учеба идет хоро­шо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте свою озабоченность, если у ре­бенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий. Постарайтесь, насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений: например, ты на полчаса больше можешь посмотреть телевизор за хорошие отметки, а на полчаса меньше - за плохие. Такие правила сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам.

4. **Знайте программу и особенности школы.**

Вам необходимо знать, какова школьная жизнь вашего ребенка, и быть уверенным, что он получает хорошее образование в хороших условиях. Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетов и педагогическим коллективом. Используйте любые возможности, чтобы уз­нать, как ваш ребенок учится и как его учат. Следует также иметь информа­цию о квалификации учителя, дисциплинарных правилах, установленных в школе и классе, различных возможностях обучения, предоставляемых шко­лой вашему ребенку.

5. **Помогайте ребенку выполнять домашнее задание, но не делайте и сами.**

Установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно вы­полнять домашние задания, полученные в школе, и следите за выполнением этих установок. Это поможет вам сформировать хорошие привычки к обуче­нию. Продемонстрируйте свой интерес к этим заданиям и убедитесь, что ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Од­нако если ребенок обращается к вам с вопросом, связанным с домашним за­данием, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

6. **Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.**

Выясните, что вообще интересует вашего ребенка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Или любовь ребенка к играм можно превратить в стремление узнавать что-нибудь но­вое. Ищите любые возможности, чтобы ребенок 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.

7.**Особенные усилия прилагайте, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.**

Такие события, как первые несколько месяцев в школе, начало и окончание каждого учебного года, переход из начальной школы в среднюю и старшую могут привести к стрессу ребенка школьного возраста. При лю­бой возможности пытайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий. Спокойствие домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе.

Терпения вам и удачи, дорогие родители!