

### **Учебные трудности пятиклассников.**

Одна из болевых точек учебного процесса в школе – это адаптация пятиклассников, так как переход учащихся из начального звена обучения в среднее звено вносит изменения в привычную школьную жизнь:

- кабинетная система;
- большое количество учителей предметников;
- появляются новые виды домашних заданий;
- увеличивается количество изучаемых предметов,
- объем и темп работы на уроке отличаются от начальной школы;
- сложность адаптации к учителям.

Все эти причины приводят к переутомлению детей, возрастанию состояния стресса, снижения успеваемости. Во избежание этих проблем в школе разработана программа адаптации учащихся.

### **Помощь родителей в период адаптации.**

В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.

При слишком длительном процессе адаптации, а также при наличии множества функциональных отклонений необходимо обратиться к школьному психологу.

### **Советы родителям пятиклассников:**

- Первое условие школьного успеха пятиклассника - безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
- Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.
- Обязательное знакомство с его новыми одноклассниками и возможность общения ребят после школы.
- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
- Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
- Никогда не ругайте его за то, что он делает что-то не так, как все.
- Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.
- Старайтесь реалистично оценивать способности вашего ребенка. Если требования неоправданно высоки, это может навредить ребенку. Когда ребенок не может достичь поставленной вами цели, его чувство собственного достоинства может резко понизиться из-за этой неудачи.
- Относитесь к ребенку ласково и чаще хвалите его там, где это оправданно - вам нужно создать в доме атмосферу тепла и доверия. Это дает ребенку психологическую свободу пробовать новые идеи и применять новые знания без страха получить в ответ резкое замечание.
- Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
- Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.
- Уважайте в ребенке право на собственный выбор занятий, игр и на собственное дело.

- Не говорите о школе плохо, не критикуйте учителей в присутствии детей.
- В случае конфликтной ситуации в школе, постарайтесь устранить её, не обсуждая все подробности с ребёнком.
- Следите, чтобы ребёнок вовремя ложился спать. Не выспавшийся ребёнок на уроке - грустное зрелище.
- Учите ребёнка выражать свои мысли письменно: обменивайтесь с ним записками, пишите вместе письма.
- Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребёнку приятно, если его школьная жизнь является частью вашей жизни.
- В школе ребёнок может столкнуться с критическим отношением к себе. Помогите ему не утратить веры в себя.
- Поддерживайте в ребёнке интерес к творчеству, оригинальность.
- Помните, что вы должны приспосабливаться к ребёнку, а не он к вам.
- Помогайте справляться с проблемами в общении со сверстниками и взрослыми.
- Найдите для него друзей, которые были бы так же хорошо развиты, как и он.
- Не увлекайтесь соревновательными методами. Если ваш ребёнок будет всегда победителем, другие дети могут его возненавидеть.
- Не говорите об одарённости ребёнка в его присутствии, не перехваливайте его.
- Не требуйте от ребёнка, чтобы он всегда и во всём был лучшим.
- Делайте все возможное, чтобы обеспечить ребенка бумагой для рисования, музыкальными инструментами - всем тем, что он сможет использовать для развития своих интеллектуальных и художественных способностей. Не ограничивайте ребенка в принадлежностях для игры и работы.
- Сделайте вашу собственную жизнь как можно более интересной и насыщенной. Детям важно осознавать, что их родители находят хорошее применение своим способностям, развиваются. Пусть дети участвуют в ваших занятиях вместе с вами. Неважно, какие именно это занятия, лишь бы они способствовали самореализации, творческому развитию. Важен сам факт живого совместного общения.

#### **Общие рекомендации.**

- Если вас что-то беспокоит в поведении ребёнка, постарайтесь встретиться с классным руководителем и обсудить это.
- Помогите детям выучить имена новых учителей, предложите описать их, отметить какие-то особенные черты.
- Посоветуйте ребёнку в затруднительной ситуации обращаться к классному руководителю.
- Не следует сразу ослаблять контроль за учебной деятельностью ребёнка, если в начальной школе он привык к вашему контролю. Приучайте его к самостоятельности постепенно.
- Основными помощниками родителей в сложных ситуациях становятся терпение, внимание, понимание.
- **Заведите традицию под названием «Школьные посиделки».** Воодушевите ребенка на рассказ о своих школьных делах. Старайтесь показать неподдельный интерес к школьной жизни ребенка. Тут не достаточно вопроса типа: «Как прошел твой день в школе?» Найдите время и внимательно беседуйте с ребенком о школе. Не отмахивайтесь от желания сына или дочери рассказать мелкие подробности, запоминайте отдельные имена, события и детали, которыми ребенок делится с вами. Обязательно спрашивайте вашего ребенка о его одноклассниках, делах в классе, школьных предметах, педагогах.
- **Регулярно общайтесь с учителями.** Без сомнений беседуйте 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 особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребенка не реже, чем раз в два месяца.

- **Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений.** Ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость — как наказание. Если ребенок учится хорошо, отмечайте это, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Если в школе проблемы, покажите ребенку, то вас это волнует, настаивайте на том, чтобы он более внимательно выполнял домашние и классные задания. Не устанавливайте условия, 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.
- **Найдите программу и особенности школы, где учится ваш ребенок.** Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом 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.
- **Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их 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 у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Однако если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.
- **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.
- **Поддерживайте 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.

Источник: **рекомендации специалистов Филадельфийского детского центра по обеспечению «гармонии между домашней и школьной жизнью ребенка» («Эмоциональное здоровье вашего ребенка», пер. с англ. М., 1966, с. 260—262).**