***Памятка для родителей***

 ***«Ваш ребенок – пятиклассник»***

Психологические и психофизиологические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в пятом классе школьники переживают период адаптации к новым условиям обучения, во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе.
Резкое изменение условий обучения, разнообразие требований, предъявляемых к школьнику разными учителями, и даже смена позиции «старшего» в начальной школе на «самого маленького» в средней, — все это является довольно серьезным испытанием для психики ребенка.
В адаптационной период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, «развязными», чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными, иногда нарушается сон, аппетит... У большинства детей подобные отклонения носят единичный характер и исчезают, как правило, через 2–4 недели после начала учебы. Однако есть дети, у которых процесс адаптации затягивается на 2–3 месяца и даже больше.
С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей. Подобные заболевания носят психосоматический характер.
В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку дома, четкий режим и его соблюдение. Важно, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.
При слишком длительном процессе адаптации, более 3-х месяцев, а также при наличии множества функциональных отклонений, необходимо обратиться к школьному психологу.

***Рекомендации родителям пятиклассников***

1. Первое условие школьного успеха пятиклассника – безусловное принятие ребенка. Если Вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.

2. Проявляйте интерес к школьным делам вашего ребенка, обсуждайте сложные ситуации, вместе ищите выход из конфликтов. Участвуйте в неформальном общении со своим ребенком, обсуждайте вместе новости прошедшего школьного дня.

 3. Помогите ребенку выучить имена новых педагогов.

4. Не следует сразу ослаблять контроль, за учебной деятельностью ребенка, если в период начальной школы он привык к вашему контролю. Приучайте его к самостоятельности постепенно.

5. Недопустимы физические меры воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка.

6. Учитывайте темперамент ребенка в период адаптации к школьному обучению в 5 классе. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, новому ритму обучения и новым педагогам. Таким детям особенно необходима поддержка взрослого.

 7. Поощряйте ребенка за его успехи. Используйте стимулы морального поощрения.

9. Помните, что основными помощниками родителей в сложных ситуациях с детьми являются: терпение, внимание, понимание и любовь.