

Известные педагоги и психологи опубликовали правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников во время адаптационного периода.

Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку и с их помощью готовить ребенка к взрослой жизни. **Правила:**

- Не отнимай чужого, но и свое береги.
- Попросили – дай, пытаются отнять – старайся защищаться.
- Не дерись без причины.
- Зовут играть – иди, не зовут – спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.
- Играй честно, не подводи своих товарищей.
- Не дразни никого, не выпрашивай ни у кого ничего.
- Два раза ни у кого ничего не проси.
- Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.
- Из-за отметок не плачь, будь гордым.
- С учителем из-за отметок не спорь и не обижайся.
- Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они у тебя обязательно будут.
- Не ябедничай, не наговаривай ни на кого.
- Старайся быть аккуратным.
- Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.
- Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты – неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!



Родительское собрание «Трудности адаптации пятиклассника к школе»



МОУ Большекуликовская СОШ

Моршанский район
МОП «Подросток и общество»

Специалист МОП Набережнова
Наталья Георгиевна



Основными помощниками

родителей в любых сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание.

Причины плохой адаптации в 5 классе

1. Разные требования со стороны учителей – предметников, необходимость 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 класс. руководитель не всегда рядом и ему не удается (как в 1-4 кл.) уделить всем необходимое внимание.

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.

Физиологические проблемы пятиклассников и условия адаптации к школе

Психологи советуют обратить внимание родителей на следующие моменты:

- изменение режима дня ребенка в сравнении с начальной школой, увеличение физической и умственной нагрузки;
- быстрое физиологическое взросление многих детей, гормональные изменения в организме;
- изменения в питании ребенка, связанные с его большей самостоятельностью.

Рекомендации для родителей

• Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем.

• Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий.

• Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение светового режима.

• Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка моторики и мелких мышц кистей рук.

• Обязательное введение в рацион детей витаминных препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания ребенка.

• Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка.

• Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как главных условий сохранения здоровья.

• Приучайте его к самостоятельности постепенно: он должен сам собирать портфель, звонить одноклассникам и спрашивать уроки, если не записал в дневник в классе, делать лёгкое домашнее задание сам, а трудное - с вашей помощью .

• Посоветуйте ребенку в затруднительных ситуациях обращаться за помощью к классному руководителю.

Психологические проблемы адаптации

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.

Рекомендации для родителей

• Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, к каждому прожитому дню. Обсуждайте сложные ситуации, вместе ищите выход из конфликтов.

• Неформальное общение со своим ребенком после школьного дня.

• Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей, лишение удовольствий, психические наказания.

• 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.

• Поощрение ребенка, и не только за учебу. Моральное стимулирование достижений .

• Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.

• Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.