

## Памятка родителям "Адаптация пятиклассников к новым условиям учёбы"

### Чем можно помочь?

1. **Первое условие школьного успеха пятиклассника** — безусловно, принять ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
2. **Создать условия для развития самостоятельности в поведении ребенка.** У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он отвечает.
3. **Несмотря на кажущуюся зрелость**, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
4. **Для пятиклассника учитель** – уже не такой непререкаемый авторитет, как раньше, и в адрес учителей могут звучать критические замечания. Важно конструктивно обсудить с ребенком причины его недовольства, поддерживая при этом авторитет учителя.
5. **Пятикласснику уже не так интересна учеба** сама по себе, многим в школе интересно бывать потому, что там много друзей. Важно, чтобы у ребенка была возможность обсудить свои школьные дела, учебу и отношения с друзьями в семье, с родителями.
6. **Если вас, что-то беспокоит в поведении ребенка**, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.
7. **Основными помощниками родителей** в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.

### Способы преодоления тревожности:

- Не сравнивайте ребенка с окружающими.
- Доверяйте ребенку.
- Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.  
**Пример: Слова поддержки:**
  - **Зная тебя, я уверен, что ты все сделал хорошо.**
  - **Ты делаешь это очень хорошо.**
  - **У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать?**
  - **Это серьезный вызов. Но я уверен, что ты готов к нему.**
- Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
- Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
- Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.  
**Пример Слова разочарования:**
  - **Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше.**
  - **Эта идея никогда не сможет быть реализована.**
  - **Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.**
- Используйте наказание лишь в крайних случаях.
- Не унижайте ребенка, наказывая его.
  - **Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей.**  
Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!».
- Помогите ему найти дело по душе.

**Главный воспитательный метод – личный пример и совместная деятельность, не критика и наказания.**