**Памятка для родителей учеников пятого класса**

При переходе из начальной в среднюю школу в окружающем мире ребенка происходят важные изменения, которые требуют от него приложения большего количества сил.

В 5–м классе появляется много новых учителей, появляются новые правила и требования.

Происходит изменение социального положения ребенка в школе (были старшие, стали снова младшими). Меняется отношение взрослых (родителей, учителей) к степени ответственности ребенка: «Ты уже в пятом классе!»

***В ходе адаптации, у ребенка могут возникнуть следующие трудности*** Временное снижение успеваемости, временное изменение поведения (нехарактерное) и

эмоционального состояния (капризы, излишняя возбудимость, отсутствие интереса к любимым занятиям). Повышенная утомляемость, высокая тревожность Когда же это кончится?

Период адаптации может длиться от 2–3 недель до полугода.

*Это зависит от следующих факторов:*

Индивидуальные особенности ребенка;

Характер взаимоотношений с окружающими;

Тип учебного заведения (от этого зависит уровень сложности образовательной программы);

Степень подготовленности ребенка к школьной жизни.

***Советы для родителей***

***Учеба***

Старайтесь быть в курсе школьной жизни ребенка. Будьте терпимы к неудачам ребенка, его настроению .Не откладывайте решение возникающих с учебой проблем, старайтесь вовремя подойти к учителю–предметнику и решить возникшую проблему как можно быстрее.Помогите ребенку правильно распределить нагрузку при выполнении заданий. Поговорите с ним о том, что важно, на что стоит потратить силы, а что можно выполнить не так тщательно. Например, что важнее: найти красивую картинку или написать к ней текст и т.п.

Помогите ребенку выполнять домашние задания по тем предметам, которые ему тяжело даются***.***

***Общение***

Старайтесь (по возможности) проводить с ребенком больше времени.

Вспоминайте себя в этом возрасте, делитесь собственным опытом. Не забывайте рассказывать, что и Вас случались сложные моменты и трудности в детстве. Помните, что Вы и Ваш ребенок, разные люди. У него может быть все по – другому. «По–другому» не означает плохо, просто не так, как было у Вас. Вашему ребенку необходима Ваша поддержка, участие и забота, чтобы легче справиться с трудностями и неудачами.

Поддержка не должна отменять требования к выполнению обязанностей по учебе и дому.

Хвалите ребенка даже за небольшие победы и достижения. Избегайте сравнивать своего ребенка с другими детьми, особенно успешными. Сравнивать ребенка можно только с ним

же самим в разном возрасте.

Ребенок нуждается в общении и совместной деятельности с родителями не только на «школьную тему». Выслушивайте ребенка, когда он готов поделиться своим переживаниями и мыслями. Часто люди говорят, чтобы просто поделиться переживаниями, а не для того, чтобы их оценили,осудили или рассудили.

***Распорядок дня***

Свободное время ребенку лучше проводить на свежем воздухе. От количества часов сна зависит здоровье, настроение и успеваемость.

Каждому нужно свободное время «для души».

***Питание***

Питание должно быть полноценным и сбалансированным. Ребенок не должен уходить в школу голодным. В питании ребенка следует увеличить количество продуктов содержащих белки и углеводы (орехи, мед, сухофрукты, горький шоколад).

Помните, что универсальных советов не существует. Самое лучшее при возникновении трудностей – это забота и внимание к ребенку. Все остальное Вам подскажут родительское чутье и любовь.

**Некоторые правила общения с ребенком.**

Правило 1.

Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит

помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С

тобой все в порядке! Ты справишься!»

Правило 2.

Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно

помогите ему.

При этом:

Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам,

остальное предоставьте делать ему самому.

По мере освоения ребенком новых действий постепенно

передавайте их ему.

Правило 3.

Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность

за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.

Правило 4.

Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными

последствиями своих действий (или своего бездействия). Только

тогда он будет взрослеть и становиться «сознательными».