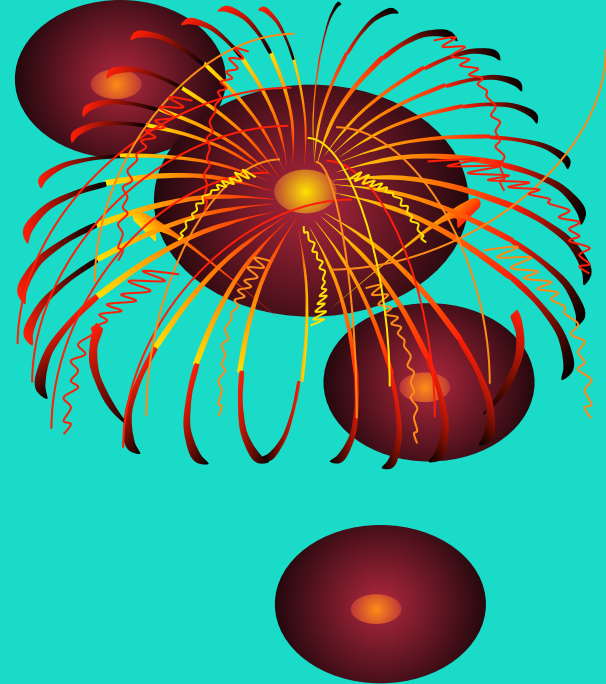


**Уважаемые
родители!**



**Ваш ребенок стал пятиклассником!
Искренне поздравляем Вас с этим
событием!**



**Но кроме большой радости Вас ждет
еще и огромная ответственность
за будущее Вашего ребенка.**

**Начался очень сложный период в его жизни –
адаптация к новым
условиям обучения в школе.**

**Чтобы облегчить этот процесс,
прислушайтесь к нашим советам.**

Однажды орлица отдала на воспитание маленького орленка своему отцу – старому орлу.

Через некоторое время, понаблюдав за процессом воспитания, она поинтересовалась у отца: «Скажи мне, почему ты все время учишь его летать, летать, летать, но совершенно не уделяешь внимания тому, чтобы научить его преследовать пищу, охотиться на зайцев, ловить рыбу?»

Разве это ему не надо?

«Конечно надо, - сказал старый орел. – Но когда я научу его летать, голод научит его преследовать пищу, охотиться на зайцев и ловить рыбу».

Пятый класс

– это переход не только на новую ступень, но и в новый период развития - **отрочество.**





За то, как наши дети войдут в этот возраст, будут ли успешны в учебе и жизни в целом, лежит ответственность на нас, взрослых – педагогах и родителях.





Физиологические особенности

Костная система

Начинается окостенение скелета, поэтому нужно обязательно следить за осанкой, равномерным распределением переносимой тяжести.

Сердечно-сосудистая система

Рост сосудов отстает от роста сердца, поэтому могут быть боли в сердце, головокружение, перепад давления, недомогания.

Обязателен режим дня и отдых после школы.
Сон должен быть не менее 10 часов.

Домашние задания надо выполнять не более 2,5 часов с перерывами на отдых.

Половое развитие

Начало полового созревания.
Гормональная буря» (выброс гормонов – высокая энергетика, «взбудораженность», следствие – высокая утомляемость).

Симпатии мальчики – девочки.
Культура отношений. Пример – отношения отец – мать.

Нервная система

Очень неустойчива.

Процессы возбуждения еще преобладают над процессами торможения.

Высокая активность, высокая утомляемость, снижение работоспособности.

Пик неврозов – 11-12 лет (особенно у мальчиков). Может быть неадекватное поведение, повышенная конфликтность.

Утверждение своего «Я».

Из 101 учащегося 5-х классов

- **Здоровые дети – 15%**
- **С хронической патологией – 23%**
- **С морфофункциональными отклонениями – 60%**

По заболеваниям:

- Костно-мышечная система – 42%
- Эндокринная система – 28%
- Органы зрения – 20%
- Желудочно-кишечный тракт – 16%
- Органы дыхания – 15%



**Переход из начальной школы
в среднюю связан с
возрастанием нагрузки на
психику ученика.**



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,
разнообразии и качественное
усложнение 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 пятиклассника.



Постепенно меняется ведущая деятельность. Главным становится общение, которому подростки посвящают большую часть своего свободного времени.

Учеба постепенно отходит на второй план. Но на протяжении почти всего пятого класса интерес к учебе сохраняется почти у всех детей.



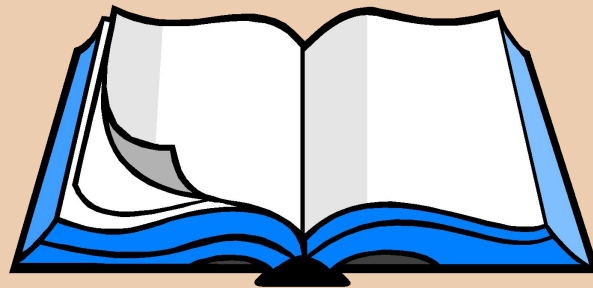
**Еще одна важная особенность детей
этого возраста – изменение
структуры внимания.**

**У ребенка резко ухудшаются все
свойства внимания, кроме
переключения.**

**Он в этом возрасте не может долго
сосредотачиваться на одном объекте и
должен менять деятельность.**

**Часто в пятом классе у ребенка
возникают проблемы в учебе.**

**Родителям не стоит отчаиваться, но
выяснить причины этих проблем
все же необходимо.**



**Иногда снижение успеваемости в
средней школе неизбежно.**

**Это связано с тем, что подросток
должен вырасти, а на это иногда
тратятся все силы.**

**Поэтому не требуйте от ребенка
непрерывно пятерок, но в то же время
побуждайте его к систематической
работе.**

Обязательно поощряйте любой интерес ребенка к какой-нибудь деятельности, к какому-нибудь предмету, может быть, впоследствии именно этот интерес перерастет в призвание.

Подростки очень эмоциональны. Даже отношение к предметам носит чисто эмоциональный характер. Дети с удовольствием берутся за то, что их привлекает.

Но, столкнувшись с первыми трудностями, быстро охлаждаются.

Родителям не стоит из-за этого расстраиваться: это возрастная особенность.

Эмоциональность пятиклассника настолько высока, что даже положительные эмоции могут оказать отрицательное действие.

Пятиклассники очень активны, они многое хотят сделать, но умеют еще мало.

Чтобы не подавить их инициативу, нужно помогать им, поддерживать любые начинания.

...и ещё несколько советов

- Найдите время познакомиться со всеми учителями своего ребенка. Чем раньше вы это сделаете, тем легче будет разрешить проблемы, возникающие в процессе обучения.

Воодушевите ребенка на рассказ о своих школьных делах.

- Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: «Как прошел твой день в школе?» Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребенком о школе.

Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.

- Без колебаний побеседуйте 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.

- Ваш ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость — как наказание.**
- Если у него учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу.**
- Но выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий.**

Найдите программу и особенности школы, где учится ваш ребенок.

- Вам необходимо знать, какова школьная жизнь вашего ребенка, и быть уверенным, что он получает хорошее образование в хороших условиях.**
- Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом и педагогическим коллективом. Используйте любые возможности, чтобы узнать, как ваш ребенок учится и как его учат.**

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.**

Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать 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.

Особенностью детей данного возраста является их возросшая степень самостоятельности

- С одной стороны, это хорошо, так как многое ребенок делает сам и не нуждается в вашей помощи, особенно в бытовом плане.**
- Но именно эта уверенность в себе позволяет детям идти на эксперименты, иногда опасные для жизни и здоровья.**

Подростковый возраст связан с интенсивным расширением контактов, с обретением своего "Я"

в социальном плане, дети осваивают окружающую действительность ЗА порогом класса и школы.

А потому задача родителей - помочь в этом сложном деле. Хорошо бы больше знакомиться с друзьями вашего ребенка, приглашать их в дом, интересоваться их увлечениями и ценностями.



Ваш ребенок входит в очень
трудный этап жизни –
отрочество.

Наберитесь терпения, чтобы
вместе с ним перерастить этот
период!

**Любите ребенка таким, какой
он есть!**

Будьте всегда «рядом» с ним.

**И помните, что личный
пример родителей – является
самым главным для ребёнка!**



**Желаем
Вам
успеха!**

