

Как помочь пятикласснику адаптироваться к новым условиям обучения

К пятому классу, как правило, ребенок уже приспособился к школе, однако, переходя в среднее звено, снова оказывается в новой, непривычной ситуации. Во-первых, ему предстоит познакомиться с новыми учителями, запомнить их имена, с каждым найти общий язык, привыкнуть к разным требованиям. Часто дети испытывают трудности в отношениях с учителями, а это благодатная почва для появления у ребенка тревожности, страхов.

Во-вторых, ребенку нужно запомнить, где находятся кабинеты по разным предметам. Если через два-три месяца от начала обучения его спросить легко ли он ориентируется в школе, может ли указать, где находится тот или иной кабинет, как зовут учителя и т.д., примерно треть детей не справятся с этой задачей.

В-третьих, школьных предметов становится больше, а значит, увеличивается умственная нагрузка. Все это требует от ребенка значительных умственных и эмоциональных затрат. Поэтому в пятом классе у многих учеников снижается успеваемость.

С переходом в пятый класс ребенка ждут не только изменения окружающей действительности, но и его физиологические и психологические изменения. Начинается младший подростковый возраст. Теперь ребенок больше ориентируется на мнение сверстников, чем взрослых. Общение выходит на первый план интересов, и статус в детском коллективе определяется тем, насколько ребенок успешен в общении. Подросток глубже анализирует свое поведение и свое эмоциональное состояние. Если у ребенка возникают проблемы во взаимодействии со сверстниками, в подростковом возрасте это особенно отрицательно влияет на его общее благополучие (и на успеваемость, в частности).

Чем же могут помочь родители своему ребенку в этот непростой период?

1. Помогите ребенку в выполнении домашнего задания. Часто родители, наоборот, ослабляют контроль и меньше помогают пятиклассникам, потому что считают, что те уже взрослые и должны стать более самостоятельными. В 11 лет ребенок еще не может правильно

распределить свое время, у него еще недостаточно развита воля, поэтому ему все еще требуется помощь в приготовлении домашнего задания. Совместно с ребенком определите часы, когда он будет заниматься и следите за тем, чтобы это делалось вовремя. Если ребенок просит помощи, направьте его, подскажите, как он может найти ответ самостоятельно, но не давайте готовых решений. При негативном отношении ребёнка к школе, нежелании делать уроки, капризах, стоит оказать особую помощь в адаптации (обратитесь за консультацией к психологу)

2. Помогайте ребёнку соблюдать режим дня. Важно чередовать труд и отдых, вовремя ложиться спать, чтобы не было переутомления. На выполнение домашнего задания пятиклассник должен тратить не больше двух часов в день. Если после школы ребенок предоставлен сам себе, то желательно запланировать на это время посещение кружков и секций (старайтесь не слишком загружать ими ребенка). Свободное время лучше посвятить подвижным играм, занятиям спортом, а время, проведенное за компьютером сократить до минимума - не больше одного часа в день.

3. Помогите ребёнку запомнить все требования и правила, для этого сами поговорите с учителями и запишите всю необходимую информацию.

4. Расскажите классному руководителю об особенностях своего ребёнка для того, чтобы учителю было легче найти подход к нему.

5. Не требуйте одинаковых результатов по разным предметам. У каждого человека свои склонности и способности. Помогите ребенку найти себя.

6. Всегда поддерживайте своего ребёнка. Чаще беседуйте с ним о школьной жизни, спрашивайте о его делах и рассказывайте истории из своего детства.

Очень важно в этот период сохранять спокойную атмосферу дома. Ребенок, переступая порог дома после школы больше всего хочет, чтобы его выслушали и дали отдохнуть (завтра ему снова в школу). Помните об этом.