***Памятка для родителей пятиклассников.***

***О трудностях адаптации могут свидетельствовать следующие признаки:***

* *Усталый, утомленный внешний вид ребенка;*
* *Нежелание делиться своими впечатлениями о проведенном дне;*
* *Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить на другие темы;*
* *Нежелание выполнять домашние задания;*
* *Негативные высказывания в адрес школы, учителей, одноклассников;*
* *Жалобы на те или иные события, связанные со школой;*
* *Беспокойный сон;*
* *Трудности утреннего пробуждения, вялость;*
* *Постоянные жалобы на плохое самочувствие*

***Рекомендации:***

* *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. Запоминайте имена, события и детали, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Обязательно спрашивайте об одноклассниках, школьных предметах, педагогах.*
* *Регулярно беседуйте с учителями ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми. Без колебаний побеседуйте с учителем, если чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем не реже, чем раз в два месяца. Во время беседы с учителем выразите свое стремление сделать все возможное для того, чтобы улучшить школьную жизнь ребенка. Если между учителями и вами возникают серьезные разногласия, прилагайте все усилия, чтобы мирно разрешить их. Иначе вы можете случайно поставить ребенка в неловкое положение выбора между преданностью вам и уважению к учителю.*
* *Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений. Ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость – как наказание. Если учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий. Постарайтесь избегать наказаний и поощрений типа: «ты на полчаса больше можешь посмотреть телевизор за хорошие отметки, и на полчаса меньше – за плохие». Такие правила сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам.*
* *Знайте программу и особенности школы. Вам необходимо быть уверенным, что ребенок получает хорошее образование в хороших условиях. Посещайте все мероприятия и встречи, организуемым родительским комитетом и педагогами. Используйте любые возможности, чтобы узнать, как ваш ребенок учится и как его учат. Следует также иметь информацию о квалификации учителя, дисциплинарных правилах, установленных в школе и классе.*
* *Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами. Установите вместе с ребенком время, когда нужно выполнять домашние задания, и следите за выполнением этих установок. Это поможет вам сформировать хорошие привычки к обучению. Продемонстрируйте свой интерес к заданиям и убедитесь, что у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Однако, если ребенок обращается к вам с вопросами, помогите найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.*
* *Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе. Выясните, что вообще интересует вашего ребенка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Ищите любые возможности, чтобы ребенок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности. Например, поручите ему рассчитать необходимое количество продуктов для приготовления пищи или необходимое количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.*

*Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни происходят изменения. Переход в среднюю школу может привести к стрессу. При возможности пытайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий. Спокойствие домашней жизни поможет ребенку более эффективно решать проблемы в школе.*

*При необходимости Вы можете обратиться в Социально–психологическую службу*

 *МАОУ СОШ №74.*