



Как помочь сыну или дочери подготовиться к 5 классу?

- Подскажите, как справиться с "техническими сложностями" первых дней. Трудно ориентироваться в системе кабинетов? Обычно в школах все учебные кабинеты пронумерованы. Пусть ребенок откроет в своем школьном дневнике специальную страничку, запишет туда все предметы, которые будет изучать в пятом классе, против названия каждого предмета пометит номер соответствующего кабинета и этаж. Теперь, если заблудился в школьном лабиринте, можно легко вспомнить номер помещения и найти его.

- Пятиклассник должен хорошо знать, где вывешено школьное расписание. Нередко в начале учебного года расписание уроков меняется чуть ли не каждый день. Неплохо иметь дома номера контактных телефонов для уточнения. Напоминайте ребенку, чтобы он собрал все необходимое, сверившись с расписанием на завтра. Но не делайте это за него!

- Подскажите сыну или дочери, к кому в школе можно обратиться за помощью в случае каких-то затруднений. Это в первую очередь классный руководитель, завуч, курирующий пятые классы (нужно знать, где его кабинет). За эмоциональной поддержкой многие пятиклассники тянутся к своей бывшей учительнице начальных классов.

- Задавайте конкретные вопросы ребенку о делах в школе, интересуйтесь новыми предметами, новыми учителями, одноклассниками. Не забывайте и о более "приземленных" деталях: успевает ли ребенок поехать в перерыв в столовой? Может ли без опаски зайти в общий со старшеклассниками туалет, спокойно одеться в гардеробе?

- Найдите возможность познакомиться с новыми педагогами своего ребенка. Например, попросите классного руководителя пригласить их на родительское собрание или подойдите к ним сами. Если считаете нужным, расскажите им о каких-либо особенностях сына или дочери. Узнайте об их требованиях, критериях оценки и т. д.

- Обратите внимание на отношение вашего пятиклассника к школьным оценкам. Важно, чтобы он понимал: разные люди, в том числе и учителя, могут оценивать по-разному и результаты его работы, и его самого как личность. В средней школе легче будет тому, кто не делает трагедии из школьной отметки. И тут, конечно, многое зависит от родителей: нельзя, чтобы наши неправомерные ожидания и высокие требования отравляли ребенку жизнь. Повышенная тревожность чаще возникает не из-за реальных неуспехов (хотя бывает и такое), а из-за страха не соответствовать установкам родителей.

- Обращайте внимание на физическое самочувствие ребенка, его эмоциональное состояние, изменения в поведении. Кто-то из детей становится более тревожным или робким, кто-то больше утомляется или становится менее организованным, чем раньше... По данным школьных психологов, какие-то изменения в первое время наблюдаются у 70-80 процентов пятиклассников. Старайтесь, чтобы ребенок соблюдал режим дня, создайте дома щадящую, спокойную обстановку. При необходимости (если, например, у ребенка стойкие нарушения сна, он чаще стал болеть, постоянно снижено настроение и др.) обратитесь к врачу. Не забывайте о возможности консультации у детского психолога. Например, если ребенку не сразу удалось наладить контакт с новыми учителями или одноклассниками.

- Научите, как справляться с возросшими учебными нагрузками. По-другому можно построить домашнее расписание занятий. Учитесь добывать необходимую информацию из самых разных источников: из газет и журналов, из справочной литературы. Если есть возможность, то и в Интернете. Хорошей привычкой может стать работа в читальном зале библиотеки. Все это - подготовка к учебе и в старших классах, и в вузе. Покажите, как работать с разными словарями, энциклопедиями, справочниками. Обратите внимание, умеет ли ребенок выделить главное в абзаце, параграфе, статье, составить краткий конспект.

- Приглашайте к себе домой одноклассников сына или дочери. Особенно если это другой класс или школа. Так вы поможете ему быстрее наладить

контакты в новой среде, обрести эмоциональную поддержку. Хорошо бы не забывать и о прежних школьных друзьях.

Естественно, что через какое-то время наиболее острые моменты перехода останутся позади. Большинство детей преодолевает эти трудности к концу первого месяца в пятом классе. Но некоторым детям требуется большая помощь взрослых, чем другим. Если период адаптации затянулся, обращайтесь за помощью к педагогам и психологам!

Желаем удачи!