***«Психологические проблемы в процессе адаптации учащихся***

***пятых классов»***

Переход из начальной школы в основную связан с возрастанием нагрузки на психику ребенка. Трудности обучения достаточно легко укладываются в рамки одной схемы: двигательная гиперактивность, невнимательность, неорганизованность, повышенная утомляемость.

 Для пятиклассников становится серьезной проблемой смена классного руководителя, учителя-предметники. Переходя из четвертого класса в пятый, ученик попадает в новый мир. И часто школьник теряется в этом мире. Высокий уровень тревожности, напряжение, психологический дискомфорт – все это приводит к стрессовым ситуациям, к потере интереса к учению и, как следствие, к ухудшению успеваемости.

***Рекомендации для родителей по оптимизации периода адаптации ребенка.***

***Если ребенок лжет:***

 любите и принимайте ребенка таким, какой он есть, со всеми его недостатками и достоинствами;

 не наказывайте ребенка, если он сам сознается во лжи, дав оценку собственному поступку.

 ***Если ребенок гипердинамичен:***

 приобщайте ребенка к организованным подвижным играм, в которых он может расходовать избыточную энергию;

 учите его сдерживать «бурлящие» эмоции и постарайтесь не выплескивать свои.

 ***Если ребенок застенчив:***

 чаще прикасайтесь к ребенку, гладьте его, обнимайте;

 всегда сами предлагайте помощь ребенку, так как он сам не способен ее попросить.

 ***Если ребенок медлителен:***

 никогда не позволяйте ребенку работать «на время»;

 чаще переключайте внимание ребенка в процессе деятельности.

 ***Если ребенок плохо запоминает:***

 для того чтобы лучше запомнить текст, прочитывайте его вслух;

 короткие тексты заучивайте целиком, длинные разбивайте на порции.

 Чтобы ребенок ощутил вашу поддержку и заботу, любовь и внимание, чтобы он почувствовал себя близким и нужным, обязательно говорите ему слова любви и восхищения. Это поможет вашему ребенку учиться с радостью и увеличит его желание ходить в школу.