

Как помочь пятикласснику адаптироваться к новым условиям обучения

Памятка для родителей

В этом году в вашей семье событие: ребенок перешел в 5-й класс. Теперь у него новая система обучения, классный руководитель и учителя-предметники. Помогите ребенку справиться с изменениями и трудностями.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ:

- ① новая организация рабочего дня;
- ② иная система заданий — увеличилась умственная и физическая нагрузка;
- ③ нет педагогического контроля за питанием и тем, как ребенок сидит за партой;
- ④ взросление и гормональные изменения в организме

ПРИЗНАКИ

— утомленный вид и беспокойный сон;
— жалобы на школу, учителей, одноклассников;
— нежелание рассказывать о школе

КАК ПОМОЧЬ

- ① Контролировать осанку, чтобы избежать близорукости и искривления позвоночника.
- ② Развивать самоконтроль и самооценку.
- ③ Воспитывать ответственность за сохранение собственного здоровья.
- ④ Исключить физическое воздействие.
- ⑤ Поощрять и морально стимулировать достижения

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ:

- ① отстранение от взрослых;
- ② снижение интереса к учебе и успеваемости и напряженные отношения с одноклассниками;
- ③ новые условия обучения и разные требования от учителей;
- ④ повышение требований к самостоятельности со стороны взрослых

ЗАТРУДНЕНИЙ:

— трудности утреннего пробуждения, вялость;
— нежелание выполнять домашние задания;
— постоянные жалобы на плохое самочувствие

СПРАВИТЬСЯ:

- ① Планировать отдых перед тем, как выполнять домашнее задание, и после него.
- ② Повышать двигательную активность ребенка и семьи.
- ③ Проявлять интерес к школьной жизни ребенка и следить за питанием.
- ④ Предоставить самостоятельность в учебной работе