**Памятка родителю**

**«Успешная адаптация в 5-м классе»**

****

* Помните, от Вашего отношения к школе, к процессу учения во многом зависит эмоциональное благополучие ребенка в школе, его желание учиться, дружить с одноклассниками, принимать своих учителей.
* Не связывайте свою любовь к ребенку с успешностью в учебной деятельности. Ваши ожидания от его успехов в школе должны соответствовать его интеллектуальным и физиологическим возможностям.
* Обязательно проявляйте интерес к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Старайтесь поддерживать неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.
* Наблюдайте за ребенком, за эмоциональным состоянием, сном, соматическим состоянием.
* В случае изменения эмоционального фона ребенка, появления повышенной тревоги, замкнутости и т.п. Вы всегда можете обратиться за помощью к школьному психологу.
* Поддерживайте тесную связь с классным руководителем Вашего ребёнка. Интересуйтесь успеваемостью, поведением и взаимоотношениями с другими детьми.
* Исходя из особенностей деятельности ребенка, вместе с ним составьте распорядок дня. Планируйте время на свободное общение со сверстниками, контролируйте пребывание ребенка в социальных сетях.
* Учитывайте индивидуальные особенности ребёнка. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к новым условиям. Могут потерять интерес к учёбе, если чувствуют со стороны взрослых непонимание.
* Пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
* Поощряйте ребёнка, подбадривайте, поддерживайте. И не только за учебные успехи.
* Важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку в семье. Сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.