Формирование учебного коллектива 5 класса. Адаптация пятиклассников.

Одни пятиклассники гордятся тем, что повзрослели, и быстро втягиваются в учебный процесс, а другие переживают изменения в школьной жизни, и адаптация у них затягивается. В такой период дети нередко меняются - тревожатся без явных на то причин, становятся робкими или, наоборот, развязными, слишком суетятся. Как результат - у ребят снижается работоспособность, они становятся забывчивыми, неорганизованными, иногда у детей ухудшается сон и аппетит.

Есть разные причины медленной адаптации в 5 классе:

Разные требования со стороны учителей-предметников, необходимость все эти требования и учитывать, и выполнять.

Большой поток информации, незнакомые термины, слова. Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых.

Чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы, а классному руководителю не удается уделить всем необходимое внимание.

Все переживания этого возраста естественны и помогают ученику взрослеть, поэтому вам, родители, и нам, учителям, надо просто быть внимательнее и добрее к детям в новом периоде их школьной жизни.

**Физиологические проблемы пятиклассников**

Необходимо обратить внимание на следующие моменты:

Изменение режима дня ребенка в сравнении с начальной школой, увеличение физической и умственной нагрузки.

Быстрое физиологическое взросление многих детей, гормональные изменения в организме.

Изменение в питании ребенка, связанные с его большей самостоятельностью.

Рекомендации для родителей

Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для длительной активности детей между выполнением домашних заданий

Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних заданий, правильности светового режима

Предупреждение близорукости, искривление позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук