

## Советы родителям пятиклассников

«Пятый класс: не надоедать, а вовлекать. Секреты дефектолога для родителей, чей ребенок "разлюбил" учиться»

*Автор: Гажаева Марина Викторовна, учитель-дефектолог*

Уважаемые родители! В 5 классе я часто слышу одну и ту же фразу: «Он в началке был отличником, а теперь его не заставишь сесть за уроки». Знакомо?

С точки зрения дефектологии, проблема здесь не в лени, а в **смене ведущей деятельности мотивации**. В начальной школе ребенок учился ради похвалы учителя (внешняя мотивация). В средней школе эта схема рушится, а внутренняя мотивация («зачем мне это нужно?») еще не сформировалась.

Повысить мотивацию пятиклассника невозможно через контроль и наказания. Можно — через грамотную организацию среды и снятие эмоционального напряжения. Вот 5 основных аспектов, которые нужно соблюдать.

### 5 аспектов работы с мотивацией от дефектолога

#### 1. Дозирование инструкций (правило «одного окна»)

**Проблема:** В 5 классе у ребенка появляется 5–6 учителей. Каждый задает разный объем. Мозг пятиклассника, особенно если есть несформированность регуляторных функций, воспринимает хаос заданий как угрозу. Возникает ступор: «Я не знаю, за что хвататься».

**Совет:**

- Не спрашивайте: «Что задали?» (ребенок искренне может не помнить 3 предмета подряд).
- Введите правило: «**Один вечер — один дневник**». Сядьте рядом, откройте электронный дневник, выпишите все задания на стикер.
- Разделите стикер на три части: «Сделать сразу», «Сделать после отдыха», «Сдать завтра». Ребенок должен видеть конечное количество задач. Хаос убивает мотивацию быстрее двойки.

#### 2. «Право на ошибку» страх наказания

**Проблема:** В 5 классе резко возрастает объем письменных работ. Если ребенок боится принести домой «грязную» тетрадь или плохую оценку, его мозг блокирует мыслительные процессы. Он тратит энергию не на решение примера, а на тревогу.

#### Совет:

- Разделите понятия «учеба» и «оценка» дома.
- **Введите «черновик без последствий».** Покажите ребенку, что вы цените процесс рассуждения, а не только результат. Фраза: «Давай посмотрим как ты думал, даже если ответ неправильный» — работает мощнее любой похвалы за пятерку.
- Если ребенок принес двойку, ваша первая фраза: «Обидно, давай разберемся, где закралась ошибка?» (вместо «Почему двойка?»). Когда страх уходит, появляется желание пробовать снова.

### 3. Временная перспектива (создание «островков успеха»)

**Проблема:** Пятиклассник не понимает, зачем ему учить дроби или писать сочинения. Мозг ребенка этого возраста не умеет эффективно работать на долгосрочную перспективу («это пригодится в жизни через 5 лет»).

#### Совет:

- Используйте **ультра-короткое планирование**. Не «выучи параграф», а «прочитай 3 абзаца, перескажи мне их за чаем через 10 минут».
- Обязательно фиксируйте **«сделанное»**, а не «несделанное». В конце дня попросите назвать 3 вещи, которые сегодня получились хорошо (даже если это просто «аккуратно написал число»). Для дефектолога это база: чувство компетентности рождает желание повторять действие.

### 4. Режим и физиология как база мотивации

**Проблема:** У детей 10–11 лет происходит гормональная перестройка. Кора головного мозга (отвечающая за волю и усидчивость) находится в состоянии повышенной уязвимости. Если ребенок не высыпается, никакие беседы о важности учебы работать не будут.

#### Совет:

- Мотивация начинается в спальне. В 5 классе ребенок должен ложиться не позднее 21:30–22:00.
- Делайте перерыв после школы **2–3 часа** без гаджетов и уроков. Мозгу нужно время на «перезагрузку» после 5–6 уроков с разными учителями.
- Учитывайте **пик работоспособности**: с 10:00 до 12:00 и с 16:00 до 18:00. Сложные предметы (алгебра, русский, иностранный) лучше учить в эти часы, а не в 21:00, когда ребенок уже «не соображает».

## 5. Отказ от «эффекта присутствия»

**Проблема:** Самая частая ошибка родителей в 5 классе — гиперопека. Когда мама сидит рядом и подсказывает, у ребенка не формируется собственная учебная деятельность. Мотивация остается маминой.

### Совет:

- Переходите на позицию **«технического помощника»**.
- Ваша задача: объяснить, где искать информацию (в учебнике на странице 45, в правиле в рамочке), **но не решать за ребенка**.
- Используйте **«метод ограниченного времени»**: «У тебя есть 20 минут на математику. Если не успеваешь — ставим таймер, остальное сделаем чуть позже. Твоя задача — успеть то, что реально сделать». Это снимает чувство «бесконечной каторги» и возвращает ребенку чувство контроля над временем.

### Короткая памятка для родителей пятиклассников

Если ребенок...	Вместо «Ты должен»	Попробуйте (Совет дефектолога)
<b>Зависает над пустым листом</b>	«Пиши быстрее, времени нет!»	Разбить задание на микро-шаги: «Сначала просто запиши число. Теперь прочитай первый пункт»
<b>Говорит «Это тупо, мне не нужно»</b>	«Вырастешь — поймешь, учишься!»	Найти прикладное применение: «Посчитай сдачу в магазине», «Переведи инструкцию к игре»
<b>Плачет или злится перед уроками</b>	«Прекрати истерику, садись!»	Сделать <b>сенсорную паузу</b> : стакан воды, обнимание, 5 минут попрыгать. Тревога блокирует память. Сначала успокоить тело, потом учить
<b>Скрывает дневник/оценки</b>	«Ты что, обманываешь меня?»	<b>Перестать ругать за оценки</b> . Ввести правило: «Я ругаю за обман, за любую оценку (даже 1) мы разберемся вместе без крика»

**Главный секрет:** В 5 классе ребенок хочет учиться, когда он **понимает, что у него получается**, и когда он **чувствует себя в безопасности** (его не унижают за ошибки). Ваша задача сейчас — не натаскать на пятерки, а сохранить веру в свои силы. С верой можно освоить любую программу. Без веры — даже репетиторы бессильны.

*Если вы видите, что перечисленные советы не работают, а ребенок стабильно отказывается от учебы — это повод обратиться к школьному дефектологу для диагностики регуляторных функций. Возможно, ребенку нужна не «планка выше», а адаптация учебного маршрута.*