

Министерство образования и науки Республики Казахстан
Инновационный Евразийский университет

**Психолого-педагогическая адаптация в условиях средней школы,
учащихся 5-х классов**

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

Специальность - 6М010300 «Педагогика и психология»

Павлодар – 2015

Министерство образования и науки Республики Казахстан

Инновационный Евразийский университет

Департамент «Педагогика и спорт»

«Допущена к защите»

_____ директор

департамента _____ **В.В. Сергеева**

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

На тему: «Психолого-педагогическая адаптация в условиях средней школы, учащихся 5-х классов»

по специальности 6М010300 – «Педагогика и психология»

**Выполнил магистрант
группы ПиП-202м**

А.Т. Культуманова

**Научный руководитель
к.п.н.**

А.К. Сатынская

Павлодар 2015

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1 Научно-педагогические проблемы адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы	9
1.1 Сущность понятия адаптация в современной науке и школьной практике	9
1.2 Основные закономерности возрастного и личностного развития учащихся 5-х классов на переходном этапе к обучению в среднем звене общеобразовательной школы	27
1.3 Проблемы адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы	43
2 Психолого-педагогическое сопровождение адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы	60
2.1 Диагностика адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы	60
2.2 Организация опытно-экспериментальной работы по психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы	68
2.3 Анализ результатов опытно-экспериментальной работы по психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы	78
Заключение	90
Список использованных источников	94
Приложение А	98
Приложение Б	99
Приложение В	100
Приложение Г	101
Приложение Д	102
Приложение Ж	103

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования: Социально-экономическое развитие вызывает необходимость адаптации, как отдельной личности, организации, так и общества в целом. Действительно, на рынке труда успешно конкурировать может тот, кто не просто имеет хорошую профессиональную подготовку и самостоятельно решает возникающие вопросы, но обладает адаптированностью как осознанной способностью активно взаимодействовать с постоянно меняющейся внешней средой [1, 2, 3, 4].

Вопросы адаптации становятся актуальными и в сфере образования: сегодняшняя школа не в состоянии успешно решать стоящие перед ней задачи без учета интенсивности, конструктивности, длительности, «болезненности» адаптационных процессов, происходящих у школьников, их родителей, учителей.

Учебная адаптация сопровождается психофизиологической, социальной адаптацией, которые зачастую проходят в условиях неблагоприятной экологической обстановки. Наблюдается усложнение адаптационных процессов, что оказывает огромное влияние на степень напряжения функциональных систем адаптации школьников. Неадаптированность ребенка к обучению ведет к ухудшению его здоровья, снижению успеваемости, отчуждению от школы, неблагоприятному социальному статусу, что является причиной деструктивности личности.

Чрезвычайно сложным является период перехода школьников десяти-одиннадцатилетнего возраста в среднее звено общеобразовательной школы: предметное обучение, усложнение учебного материала, меняется учительский состав, выдвигаются более высокие требования к учебной деятельности школьников, рост числа педагогов - все это снижает работоспособность, повышает тревожность, вызывает состояние фрустрации.

Трудности, которые переживают многие выпускники начальной школы в процессе обучения в среднем звене, в большинстве случаев становятся причиной их неуспеваемости, стрессов, тревог, психологического нездоровья, снижения учебной мотивации. Учащиеся с трудом приспосабливаются к новым условиям учебной деятельности, новому характеру взаимоотношений в коллективе сверстников и с учителями-предметниками.

Педагоги и психологи считают этот период детства сложным для детей, при этом исключительно значимым для дальнейшего развития личности. В 9-12 лет происходит синхронизация двух кризисных периодов в жизни школьника - возрастного (переход в подростковый период) и образовательного, который является по своей сути деструктивным. Отсутствие плавного перехода из начальной школы в среднюю, преемственности между разными ступенями образования и болезненно протекающий для большинства школьников адаптационный период в 5 классе беспокоят как ученых педагогов и психологов, так и учителей-практиков (В.В. Давыдов, Д.Б. Эльконин, Г.А. Цукерман, Т.И. Безуглая, С.А. Беличева, Г.В. Бурменская, С.В. Вахрушев, Н.Н. Деменова, И.В. Дубровина, А.З. Зак, З.И. Калмыкова, Т.Н. Князева, С.Н.

Костромина, Т.Ф. Кумарина, Н.Г. Лусканова, Е.В. Новикова, К.Н. Поливанова, Т.В. Прокофьева, О.А. Сизова, В.И. Слободчиков, Л.Б. Слугина, Н.В. Сомова, Е.Ю. Сушкова, Л.И. Теплова, О.В. Хухлаева, Л.А. Ясюкова и др.).

Проблема адаптации к среде и содержанию обучения встает периодически перед школьником: начало обучения, переход в основную школу, в старшие классы, профессиональные учебные заведения.

Педагоги, работающие в среднем звене общеобразовательной школы, наблюдают резкий спад успеваемости школьников в 5-х классах, хотя и часто поднимают вопрос о преемственности между начальным и средним звеном общеобразовательной школы, но стремятся получить результаты без учета адаптивных возможностей растущей личности. В школе проблема адаптации, как справедливо замечает М.Н. Дудина, чаще ассоциируется с обучением первоклассника, реже - в связи с переходом в среднее звено и еще реже - с переходом в старшие классы. Недостаточно хорошо изучены и психологические особенности детей 10-11 лет. Г.А. Цукерман называет этот период «ничьей землей» в возрастной психологии.

Проблема адаптации рассматривалась в трудах многих авторов.

А.П. Сорокин, С.И. Степанова, Г.В. Стрельников, А.Н. Вазин выделили этапы адаптационного процесса, И.Д. Калайков исследовал роль адаптации в развитии цивилизации, В.К. Лабутин изучал биохимические виды адаптации, Г.А. Балл - психологическую адаптацию, И.К. Кряжева - критерии адаптации. Л.М. Растова исследовала вопросы адаптации личности в коллективе, А.Г. Хрипкова рассматривала вопросы адаптации к учебной и физической нагрузке учащихся начальной школы. Е.А. Осипова исследовала проблемы психолого-педагогического обеспечения адаптации учащихся в средней школе. Общие и специфические подходы психологов к проблеме адаптации, учебной адаптации изложены в работах Ф.Б. Березиной, М.Р. Битяновой, А.А. Деркача, И.В. Дубровиной, И.А. Коробейникова, Е.А. Львовой, О.А. Матвеевой, А.А. Налчаджяна, Р.В. Овчаровой, Ю.П. Поваренкова, Л.А. Ясюковой и др.

В научных исследованиях названных авторов разработаны определения адаптации, выявлена ее сущность, рассмотрены виды. Объектами адаптации в этих исследованиях являлись, как правило, рабочие, молодые учителя, студенты, старшеклассники, первоклассники. Но проблема адаптации школьников при переходе в среднее звено общеобразовательной школы не исчерпана. С одной стороны, личности, обществу и государству настоятельно необходим высокий уровень адаптированности школьников к обучению, с другой стороны, отсутствует научно осмысленный, отрефлексированный опыт адаптации учащихся при переходе из начальной в среднее звено общеобразовательной школы, в принципиально новых социально-экономических условиях. Отсюда вытекает проблема разработки и апробации программ по адаптации школьников при переходе в среднее звено общеобразовательной школы. Актуальность противоречия и проблемы определила тему исследования: «Психолого-педагогическая адаптация в условиях средней школы, учащихся 5-х классов».

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить программу психолого-педагогической адаптации в условиях средней школы, учащихся 5-х классов.

Объект исследования - учебно-воспитательный процесс в условиях средней общеобразовательной школы.

Предмет исследования - процесс психолого-педагогической адаптации в условиях средней школы, учащихся 5-х классов.

Определение объекта, предмета и цели исследования, предварительное изучение психолого-педагогической литературы **позволили сформулировать гипотезу.** Адаптация учащихся к обучению в условиях средней школы будет успешной, что проявится в их адаптированности, если:

- реализация учебно-воспитательных целей будет сопровождаться соответствующим комплексом психологической, педагогической и социальной помощи, на каждом этапе адаптации (первичной, частичной, полной);

- лично и социально-ориентированный образовательный процесс будет представлять собой непрерывную цепь адаптирующих ситуаций, сознательно организуемых и выстраиваемых педагогами;

- управление адаптацией школьников будет осуществляться при помощи мониторинга, в основу которого положены индивидуально-групповые критерии успешности адаптации пятиклассников.

Исходя из цели и гипотезы, были определены следующие **задачи исследования:**

- провести теоретический анализ научной литературы по проблеме психолого-педагогической адаптации учащихся к условиям обучения в средней школе;

- проанализировать существующие программы психолого-педагогической адаптации школьников на этапе перехода в среднее звено школы в контексте их адаптации к новым условиям обучения;

- выявить условия, обеспечивающие успешность социально-психологической адаптации ребенка к условиям обучения в средней школе;

- разработать и внедрить программу психолого-педагогической адаптации учащихся 5-х классов к условиям обучения в средней школе.

Положения выносимые на защиту:

- структура адаптации школьников при переходе из начальной в среднее звено общеобразовательной школы представляет собой взаимодействие всех сторон интегрированного «Я» пятиклассника с образовательной средой средней школы;

- в условиях лично-ориентированной образовательной парадигмы система психолого-педагогической адаптации при переходе учащихся из начальной в среднюю школу является ведущим фактором успешной учебной адаптации пятиклассников;

- в основу мониторинга адаптации учащихся 5-х классов положены индивидуально-групповые критерии успешности учебной адаптации, включающие в себя показатели уровня развития мышления, произвольности, учебной мотивации, уровня воспитанности и развития межличностных

отношений, уровня предметных знаний и сформированности общеучебных умений.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

- определено понятие «адаптация учащихся при переходе из начальной в среднее звено общеобразовательной школы», выявлены ее факторы и условия;
- создана структура адаптации учащихся 5-х классов, который предполагает поэтапное включение в звенья адаптационного процесса сфер интегрированного «Я» ученика: эмоциональной, практически - действенной, интеллектуальной, волевой, физической, которые играют ведущую роль в механизме адаптации.

Теоретическая значимость исследования заключается:

- в раскрытии содержания понятия «психолого-педагогическая адаптация», которая представляет собой всестороннюю помощь учащимся в конкретных условиях с регулированием меры помощи по этапам адаптации в средней школе;
- в раскрытии сущности адаптации учащегося пятого класса в среднем звене общеобразовательной школы как процесса взаимодействия ученика и учителя, ведущего к изменениям и в субъектах деятельности, и в образовательной среде школы;
- в обосновании и создании структуры адаптации пятиклассников, что предусматривает деятельность всего педагогического коллектива.

Практическая значимость исследования определяется возможностями использования полученных результатов учителями начальной и средней школы, а также школьными психологами по обеспечению успешной психолого-педагогической адаптации учащихся 5-х классов при переходе в среднее звено общеобразовательной школы. Разработаны практические рекомендации для учителей, школьных психологов, родителей по организации процесса психолого-педагогической адаптации учащихся в период перехода в среднюю школу.

Достоверность полученных результатов и сформулированных выводов обеспечивалась методологической обоснованностью, опорой на фундаментальные положения психологии и педагогики, применением методов, адекватных цели, задачам исследования.

Методологическую основу исследования составили:

- теория адаптации (И.П. Павлов, И.М. Сеченов, П.К. Анохин, Д.Н. Узнадзе, Т.Г. Дичев, И.К. Кряжева, И.А. Милославова, В.С. Олейников, Л.М. Растова);
- теория социального управления (М. Вудкок, Д. Френсис, П. Лоуренс, В.Г. Афанасьев);
- теория педагогического менеджмента (Ю.А. Конаржевский, В.С. Лазарев, М.М. Поташник, В.П. Симонов);
- теория деятельности (П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.К. Маркова, Д.Б. Эльконин);
- теория личности (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, С.Л. Рубинштейн, Г.П. Щедровицкий);

- гуманистические концепции обучения и воспитания (Ш.А. Амонашвили, А.С. Белкин, В.И. Загвязинский, В.А. Караковский, В.А. Сухомлинский, Е.А. Ямбург);

- теория личностно-ориентированного образования (Н.А. Алексеев, В.В. Сериков, Е.В. Бондаревская, М.Е. Кузнецов, И.С. Якиманская);

- концепция гуманистической психологии (Р. Берне, А. Маслоу, К. Роджерс).

Для решения поставленных задач использовались различные **методы исследования:**

1. Теоретические методы - моделирование, анализ, синтез, которые позволили выявить специфические стороны исследуемого процесса, определить и обосновать деятельность по адаптации пятиклассников.

2. Эмпирические методы - анкетирование, тестирование, включенное наблюдение, интервьюирование, изучение документации, метод анализа продуктов деятельности, констатирующий и формирующий эксперимент, статистической обработки данных.

Ключевые слова: адаптация, проблема адаптации, учебная адаптация, программа психолого-педагогической адаптации, система психолого-педагогической поддержки, практические рекомендации для учителей, школьных психологов, родителей, процесс психолого-педагогической адаптации учащихся в период перехода в среднюю школу, деятельность педагогического коллектива, успешность учебной адаптации, закономерности возрастного и личностного развития учащихся 5 класса, диагностика адаптации учащихся, опытно-экспериментальная работа по психолого-педагогическому сопровождению адаптационного процесса.

База исследования: учащиеся четырех 5-х классов средней общеобразовательной школы №5 города Павлодара. Общее количество учащихся, участвовавших в эксперименте - 97, их них 39 мальчиков.

Апробация и внедрение результатов: работы проводились через публикацию статьи «Деятельность психолога на этапе адаптации учащихся к переходу в среднее звено школы» в сборнике материалов международной научной конференции молодых ученых, магистрантов, студентов и школьников «XV Сатпаевские чтения» в ПГУ имени С. Торайгырова, статьи «Мектептің орта буынына көшуге оқушының бейімделуі кезеңіндегі педагогтың қызметі» в журнале №3 «Вестник ИнЕУ».

Структура диссертации. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы (92 наименований) и шести приложений. Работа содержит 6 рисунков и 8 таблиц.

1 НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ 5-х КЛАССОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

1.1 Сущность понятия адаптация в современной науке и школьной практике

Понятие адаптации (от латинского слова *adaptatio*-приспособление) возникло в биологии и рассматривается в ней как приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды. Процессы адаптации направлены на сохранение гомеостаза, т.е. стабильности, равновесного психического состояния организма с окружающей средой. Адаптационные реакции на неблагоприятные воздействия значительной интенсивности имеют ряд общих черт и рассматриваются как целостный адаптационный синдром. Процесс адаптации имеет несколько фаз в своем развитии: первоначальной декомпенсации, частичной и полной компенсации.

Адаптация - приспособление строения и функции организма, его органов и клеток к условиям среды. Выделяют различные фазы процесса адаптации к необычным экстремальным условиям, изменения, сопровождающие адаптацию, затрагивают все уровни организма - от молекулярного до психологической регуляции деятельности [5, с.9].

Адаптация - приспособление психологических особенностей (например, эмоционального настроения, состояния и т.п.), а также поведение человека к социальным условиям, социальной ситуации, в которых он в данный момент времени оказался [6, с.13].

Адаптация социальная - приспособление человека к социальным условиям существования, например, к особенностям страны, ее культуры, политики, идеологии, к сложившейся в данной стране социальной ситуации или к особенностям социальной группы, в которых он в данный момент времени оказался [6, с.14].

Адаптация психологическая - приспособление психологических свойств, состояний и процессов к условиям, в которых человек оказался [6, с.14].

Цель адаптации заключается в предупреждении и преодолении трудностей в учебе учащихся 5-х классов, сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребенка при переходе из начальной школы в 5-й класс.

Задачи адаптации:

- обеспечить ученикам, пришедшим из начальной школы в 5 класс, эмоциональный комфорт в новых условиях обучения;
- помочь учителю найти правильные пути и способы работы с адаптирующимися учениками в новых условиях обучения;
- информировать родителей о проблемах адаптации детей и возрастных особенностях, оказывать психологическую помощь и поддержку;
- способствовать осуществлению преемственности в работе педагогов и психологов;
- повышать уровень профессиональной компетентности учителей (проведение семинаров), педагогической компетентности родителей.

Адаптация социальная рассматривается как приспособление индивида к условиям социальной среды, является одним из основных социально-психологических механизмов социализации личности, который включает в себя и принятие индивидом социальной роли.

Адаптация социальная это:

- активное приспособление человека к изменившейся среде с помощью различных социальных средств, которое характеризуется тем, что человек, сам осознав необходимость изменений в отношениях со средой, формирует новые способы поведения, направленные на гармонизацию отношений с окружающими;

- оптимизация взаимоотношений личности и группы, сближение целей их деятельности, ценностных ориентаций, усвоение индивидом норм и традиций группы, вхождение в ее ролевую структуру;

- процесс и результат освоения ребенком новых для него социальных ролей и позиций, значимых для самого ребенка и его социального окружения – родителей, учителей, сверстников, других людей, всего социума [7, с.6].

Социальная адаптация включает:

- адекватное восприятие окружающей действительности и самого себя;
- успешное общение и адекватные отношения с окружающими;
- способность к труду, обучению и организации досуга и отдыха;
- способность к самообслуживанию и самоорганизации;
- изменчивость поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями.

Адаптированность - уровень фактического приспособления человека к жизни, взаимосоответствия его социального статуса и удовлетворенности или неудовлетворенности собой. Человек может быть гармоничен и адаптирован или дисгармоничен и дезадаптирован [7, с.6].

Адаптированность образовательной среды - способность образовательной среды устанавливать соответствие между предлагаемыми образовательными услугами и образовательными запросами семьи, общественности и отдельных граждан, создавать и поддерживать условия для продуктивной работы педагогических кадров, управленческого и обслуживающего персонала. Адаптированность образовательной среды для каждого ребенка и взрослого проявляется в открытом и дружественном характере информационной и социальной среды во всех образовательных учреждениях; в разнообразии образовательных программ и согласованных с ними педагогических технологий, учитывающих индивидуальные особенности и интересы обучающегося; в полноценности духовно-нравственного, интеллектуального, физического развития, гражданского и профессионального становления [7, с.7].

В западной психологии проблема социальной адаптации разрабатывалась в рамках направления, возникшего на базе необихевиоризма и интеракционизма. Необихевиористская традиция рассматривает адаптацию как такое состояние индивида, в котором его потребности, с одной стороны, и требования среды, с другой - полностью удовлетворены. Такое состояние предстает как гармония между индивидом и природой или социальной средой. "Адаптация как процесс" - считал Р. Хенки, автор определения, - принимает форму изменения среды и

изменений в организме путем применения действий (реакций, ответов), соответствующих данной ситуации. Эти изменения являются "биологическими". Автор не упоминает, однако, об изменении психики человека, о психических процессах адаптации в этот период [8].

Согласно интеракционистской концепции (Л. Филлипс), все виды адаптации обусловлены как внутренними, так и средовыми факторами. Как эффективную адаптацию личности рассматривают интеракционисты такой вид адаптации, при которой личность удовлетворяет минимальным требованиям и ожиданиям общества. При этом с возрастом все более сложными становятся те ожидания, которые предъявляются к социализирующейся личности. Адаптивность как свойство личности выражается двумя типами ее ответов на воздействия среды:

- принятием и эффективным ответом на те социальные ожидания, с которыми встречается каждый в соответствии со своим возрастом и полом; тем самым адаптивность выступает как выражение конформности к тем требованиям (нормам), которые общество предъявляет к поведению личности;

- в более специфическом смысле адаптация не сводится просто к принятию социальных норм: она выражается у личности в ее гибкости и эффективности при встрече с новыми и потенциально опасными условиями. В этом смысле адаптация означает, что человек успешно пользуется создавшимися условиями для осуществления своих целей, ценностей и стремлений. Такая адаптивность личности может наблюдаться в любой области ее деятельности.

Основными чертами эффективной адаптации согласно интеракционистской концепции являются: адаптивность в сфере внеличностной социально-экономической активности, где индивид обретает знания, умения и навыки, добивается компетентности и мастерства; адаптивность в сфере личных отношений при установлении интимных, эмоционально насыщенных связей с близкими людьми, где от личности требуется чувствительность, знание мотивов человеческого поведения, способность тонкого и точного реагирования на взаимоотношения [9, с.15].

Проблема адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, считается одной из наиболее педагогически сложных проблем. Проанализируем внешние и внутренние факторы адаптации. Проблема адаптации учащихся при переходе к новому этапу образования, от дошкольного до высшего профессионального, в последнее время приобрела особую актуальность. Это связано с тем, что каждый учащийся в результате не один раз оказывается в ситуации адаптационного стресса. Он выражается в напряжении всех функциональных систем организма. У некоторых детей наблюдается двигательное возбуждение или, напротив, заторможенность, плохой сон, снижение аппетита. Следствием адаптационного стресса являются частые жалобы на усталость и головные боли, всплеск простудных и обострение хронических заболеваний. Вот почему одно из условий безопасной жизнедеятельности ребёнка - это его успешная адаптация в образовательной среде. Как отмечает М.Р. Битянова [10, с.221], и этого мнения придерживается большинство исследователей, переход из начального в среднее звено считается

одной из наиболее сложных проблем, а период адаптации в 5-м классе - одним из труднейших периодов школьного обучения. Состояние детей в это время с педагогической точки зрения характеризуется низкой организованностью, рассеянностью и недисциплинированностью, снижением интереса к учёбе и её результатам, с психологической – снижением самооценки, высоким уровнем ситуативной тревожности. Условия обучения коренным образом меняются: дети переходят от одного основного учителя к системе «классный руководитель – учителя предметники», сталкиваются с множеством новых, более сложных требований, выдвигаемых разными учителями. Учащиеся 5-х классов особо нуждаются в установлении адекватных отношений с педагогами. По данным А.М. Прихожан [11], трудности и страхи в отношениях с учителями испытывают от трети до половины всего числа учащихся 5-х классов. Ситуацию обостряют родители: принуждая детей работать «на оценку», взрослые всё больше провоцируют школьные страхи, связанные у детей с неуверенностью в своих силах, тревогой по поводу негативных оценок или их ожидания. Для ребёнка, вступающего в подростковый возраст, это становится серьёзным испытанием и представляет особую проблему в период адаптации. Вместе с тем стремление ребёнка хорошо выполнять все требования школы, показать себя с лучшей стороны побуждает его проявлять высокую активность, что свидетельствует об ассимилятивном пути адаптационного процесса. В общем случае при переходе в 5-й класс происходит кардинальное изменение образовательной среды, которое характеризуется:

- увеличением учебной нагрузки, возросшим объёмом учебной работы, как на уроке, так и дома;
- возросшим темпом работы на уроке и необходимостью быстро конспектировать учебный материал;
- новыми видами учебной деятельности и новыми требованиями к оформлению работ;
- формированием собственной позиции, нового стиля общения с учителями;
- необходимостью установления межличностных отношений с учителями и классным руководителем;
- различием методик преподавания и требований учителей-предметников;
- необходимостью установления конструктивных межличностных взаимоотношений с одноклассниками, определения своего статусного положения в классе;
- сменой статуса по отношению к другим школьникам: в основной школе пятиклассники оказываются самыми маленькими, вследствие чего у них могут возникнуть проблемы со старшеклассниками;
- необходимостью освоения школьного пространства и правил поведения в нём.

Проблема адаптации к основной школе усугубляется у выпускников образовательных учреждений «Детский сад – начальная школа» (у них процесс адаптации к 1-му классу происходил в «тепличных условиях»), и адаптацию к совершенно новой для себя образовательной среде в средней школе они

переживают тяжелее), а также у тех пятиклассников, которые поступили в школу с особыми запросами (гимназия, специализированный лицей). Обучение в таких школах требует от ученика усвоения и строгого выполнения определённых норм и правил; ребёнку необходимо адаптироваться не только к новому коллективу одноклассников, новым учителям, но и к резко возросшему объёму информации, повышенным требованиям педагогов - предметников. Не редко родители стремятся определить ребёнка в гимназию, не учитывая актуального уровня развития его интеллектуальных способностей. У значительной части детей это порождает эмоциональный стресс, который может затянуться и привести к неврозам. В учебной деятельности эмоциональная дезадаптация проявляется в резком ухудшении концентрации внимания, в снижении функций памяти, в затруднённой реализации речевого намерения. При этом уровень интеллектуальных способностей у невротизированного ребёнка может быть высоким, но они блокируются со стороны отрицательных эмоций. Успешность адаптации школьника к обучению в 5-м классе зависит от реализации преемственных связей между начальным и основным общим образованием. При решении проблемы преемственности, особенно в период адаптации вчерашнего младшего школьника к новым условиям обучения в 5-м классе, необходимо:

- учитывать психологические особенности 10-12-летних детей, вступающих в подростковый период развития; уровень познавательной деятельности, с которым ребёнок перешёл в 5-й класс;

- анализировать причины неуспешной адаптации и возможности (пути) коррекции соответствующих трудностей.

Следует отметить, что психофизиологические особенности детей, приступающих к обучению в основной школе, весьма неоднородны. Происходит это потому, что возраст современных пятиклассников варьируется от 10 до 12 лет, к тому же половое созревание у девочек происходит раньше, чем у мальчиков. Часть пятиклассников в период адаптации уже вступают в пубертат, остальные находятся на предпубертатной стадии развития. Поэтому «размытость» перехода учащихся от младшего школьного к подростковому возрасту приводит в целом к удлинению периода адаптации и обострению адаптационных проблем не в самом начале 5-го класса, а в середине года или даже в 6-м классе. В научной литературе всё чаще используются формулировки «адаптация учащихся 5-6-х классов», «школьная дезадаптация подростков». Внешними критериями адаптации учащихся к обучению в основной школе являются:

- объективные результаты учебной деятельности (хорошая успеваемость);
- выполнение норм и правил поведения в школе;
- сформированность коммуникативных умений (ученик умеет налаживать контакты с одноклассниками и преподавателями).

В подростковом возрасте можно говорить об относительно устойчивых личностных особенностях ребёнка, определяющих его стиль поведения и межличностных отношений, а также выбор способа адаптации. Вместе с тем личность ребёнка находится в стадии формирования, поэтому целесообразно

развивать такие психологические качества детей, которые способствуют продуктивной адаптации в новой образовательной среде и формируют базис адаптивного потенциала личности. С целью определения психологических особенностей учащихся, адаптировавшихся к обучению в среднем звене школы, проведены психодиагностические обследования учащихся 5-6-х классов. Результаты этих исследований показали, что как среди пяти, так и среди шестиклассников значительная часть учащихся (48 и 45% соответственно) не смогла полностью адаптироваться к обучению в среднем звене школы. Сравнительный анализ психологических особенностей адаптировавшихся и неадаптировавшихся учащихся обнаружил, что для успешно адаптировавшихся пятиклассников характерны эмоциональная устойчивость, высокий уровень самоконтроля поведения, работоспособности, дисциплинированности, добросовестности, решительности, а так же более значительное развитие интеллектуальных способностей и учебной мотивации (с преобладанием эмоциональных мотивов). Одновременно нами было отмечено, что у данной категории пятиклассников наблюдается повышенный уровень тревожности (эустресс активатор дополнительной энергии). Успешно адаптировавшиеся шестиклассники обладают схожим набором индивидуально-психологических характеристик (дисциплинированность, добросовестность, наличие самоконтроля эмоций и поведения, терпимость и уживчивость), высокой учебной мотивацией (с преобладанием познавательных мотивов), а также более низкой тревожностью. Необходимо обратить внимание на этот момент. Низкая тревожность неадаптировавшихся пятиклассников свидетельствует о том, что процесс адаптации у них идёт по линии аккомодации, ситуативного приспособления, тогда как у их адаптировавшихся одноклассников преобладает ассимилятивный тип адаптации, с менее предсказуемым результатом, но более продуктивный в итоге, что и является причиной повышенной тревожности («А как среда отреагирует на мои попытки её изменить?»). Однако в результате такого способа адаптации индивид активно «подстраивает» среду в соответствии со своими индивидуальными особенностями, при этом он приобретает позитивный опыт продуктивной адаптации. В 6-м классе повышенная тревожность, напротив, наблюдается у неадаптировавшихся учащихся: приспособленческие методы оказались неэффективными, а особенности личности и несформированность учебной деятельности не позволяют действовать продуктивными методами. Помимо психологических различий адаптировавшихся и неадаптировавшихся учащихся 5-6-х классов в исследовании было выявлено, что неадаптировавшиеся школьники менее активны во внешкольной деятельности, тогда как их адаптировавшиеся одноклассники чаще посещают различные кружки, учатся в музыкальных и художественных школах, более активны во внеклассной работе. Важнейшим внутренним фактором успешности адаптации к условиям среднего звена школы является сформированность учебной деятельности выпускников начальной школы. Успешность учебной деятельности в выпускном классе начальной школы зависит от личностных особенностей ученика: общительности, организованности, самостоятельности и способности легче

переживать неудачи. На сформированность учебной деятельности четвероклассников оказывают влияние как внутренние факторы (уровень развития интеллектуальных способностей, личностные особенности учащихся, в частности общительность, организованность, самостоятельность, а также психологическая готовность к школе и успешный опыт адаптации в 1-м классе), так и внешние (особенности внутрисемейных отношений, программа обучения, внеучебная деятельность). Кроме того, проведены исследования раскрывающие успешности учебной деятельности в зависимости от освоения различных программ начальной школы, а также посещения дополнительных занятий и кружков, доля успешных детей в учебной деятельности достоверно выше. Обобщая полученные данные, можно сделать вывод, что на формирование успешной учебной деятельности младших школьников положительное влияние оказывают внешкольные занятия, направленные на развитие интеллектуальных и творческих способностей детей. Анализ внешних и внутренних факторов адаптации к обучению в среднем звене школы приводит к следующим выводам:

- успешность адаптации пятиклассников обусловлена совокупностью внешних и внутренних факторов;

- к внутренним факторам относятся состояние здоровья пятиклассника, уровень интеллектуального развития, эмоциональная устойчивость, самоконтроль поведения, работоспособность, дисциплинированность, добросовестность, решительность, коммуникативные способности, социальная смелость, учебная мотивация, а также степень сформированности учебной деятельности;

- к внешним факторам пятиклассников относятся экология, социально-экономические характеристики семьи, особенности образовательной среды (согласованность программ обучения, организация учебного процесса, тактика педагогических воздействий, согласованность требований учителей, компетентность классного руководителя), а также возможность творческой самореализации ребёнка в учебной и внеучебной деятельности;

- психолого-педагогическое сопровождение адаптации пятиклассников должно включать два этапа: – на подготовительном этапе (2-4-й классы) необходимо уделять внимание не только формированию учебной деятельности младших школьников, но и развитию выше указанных личностных качеств в учебной и внеучебной деятельности, при этом особое внимание следует уделять творческому развитию детей, повышению познавательного интереса к различным областям знаний; – на поддерживающем этапе следует оказывать детям индивидуально ориентированную помощь в успешном преодолении стресса адаптационного периода, в формировании психологических и социально-психологических качеств, обеспечивающих успешность учебной деятельности, в развитии коммуникативных способностей школьников и формировании коллектива класса;

- с учётом особенностей младшего подросткового возраста рекомендуется проводить занятия в форме психологического тренинга и специально организованной совместной творческой деятельности;

- на успешность адаптации пятиклассников влияет психолого-педагогическая компетентность педагогов (классного руководителя и учителей-предметников) и понимание родителями особенностей подросткового возрастного кризиса.

В процессе школьного обучения ребёнок проходит три переломных момента:

- поступление в первый класс;
- переход из начальной школы в основную (5 класс);
- переход из основной школы в старшую (10 класс).

Каждый из этапов имеет свои сложности. Переходный период из начальной школы в среднее звено сказывается на всех участниках образовательного процесса: учащихся, педагогах, родителях, администрации школы, специалистах психолого-педагогической службы. Часто последствия бывают отрицательными, что обусловлено:

- сменой социальной обстановки;
- изменением роли учащегося;
- увеличением учебной нагрузки (не один учитель, а несколько);
- увеличением темпа работы (дети пишут медленно);
- изменением режима дня;
- изменением коллектива;
- разностью систем и форм обучения;
- различием требований со стороны учителей-предметников;
- изменением стиля общения учителей с детьми.

Преемственность трактуется сегодня как непрерывный процесс воспитания и обучения ребенка, имеющий общие и специфические цели для каждого возрастного периода. Решение проблемы преемственности на методическом уровне предполагает учет тесной взаимосвязи разных её аспектов:

- дидактического, включающего преемственность содержания, средств, форм и методов обучения;
- психологического, связанного с учетом закономерностей формирования учебной деятельности и развития психических функций ребенка;
- методического, связанного с разработкой новых подходов к формированию предметных понятий, оказывающих эффективное влияние на развитие мышления учащихся;
- оздоровительного, включающего здоровьесберегающие аспекты урока;
- воспитательного, осуществляющего непосредственную связь основного и дополнительного образования;
- диагностико-аналитического, осуществляющего мониторинг, тестирование, анкетирования учащихся для полного понимания сложившейся картины.

Обеспечение преемственности в обучении:

Учебно-методический блок: Создание условий для овладения достаточного уровня специальными знаниями, умениями и навыками для осуществления

непрерывного образовательного процесса, для развития профессиональных компетенций и мотивации учителей.

Диагностико-аналитический блок: Диагностика и анализ учебно-воспитательного процесса, методической работы; координация деятельности школьных структур по обеспечению концентрированного воздействия на учащихся, педагогов, родителей.

Оздоровительный блок: Создание условий обучения, способствующих сохранению здоровья участников образовательного процесса с учетом преемственности.

Психологический блок: Психологическое сопровождение учебно-воспитательного процесса для создания комфортных условий обучения и воспитания учащихся.

Воспитательный блок: Создание условий для обеспечения интеграции основного и дополнительного образования и оптимальных условий для самовыражения и самоопределения учащихся.

Школа стремится с одной стороны максимально адаптироваться к учащимся с индивидуальными особенностями, с другой стороны гибко реагировать на социокультурные изменения, происходящие в нашей жизни. Главным итогом двухсторонней деятельности является адаптация детей к быстро меняющейся жизни.

При проведении адаптационного периода в пятых классах следует, прежде всего, обратить внимание на такие моменты [8, 11, 14]:

- помощь в адаптации к возросшим требованиям учебной деятельности: возросшие требования зачастую оказываются не по силам пятиклассникам. Отсюда повышенная зависимость определенной части детей от взрослых, «прилипчивость» к классному руководителю, плач, капризы, интерес к книгам и играм для маленьких детей. У некоторых пятиклассников возникает ощущение одиночества. Иногда за одной и той же формой поведения скрываются совершенно разные потребности и мотивы: от желания вновь оказаться в привычной ситуации опеки и зависимости, до стремления утвердить себя как «старшего», «выросшего». Взрослые должны обратить внимание на возрастные особенности детей, помочь им адаптироваться к новым условиям, не требовать быстрого «взросления» или подчеркивать «детскость» в их поведении.

- выработка у детей объективных критериев собственных возможностей: в этот период у школьников преобладает эмоциональное отношение к учебным предметам. Практически все пятиклассники считают себя способными к тому или иному учебному предмету, при этом критерием такой оценки служит не реальная успешность, а субъективное отношение к нему. Такое отношение к собственным возможностям создает благоприятные условия для развития способностей, умений, интересов (положительные эмоциональные переживания). Вследствие такого субъективного отношения дети не всегда могут объективно оценивать свои возможности. Они берутся за многие дела, будучи уверены, что справятся с ними, но при первой же трудности бросают начатое. С этой точки зрения необходимо дать детям возможность проверить свои способности, ориентировать их на выработку объективных критериев

успешности и неуспешности, исключив при этом негативные оценки их деятельности.

- формирование навыков самоконтроля: данный возраст характеризуется, прежде всего, такой особенностью как чувство взрослости, которое предполагает отношение подростка к самому себе, как к взрослому. Именно поэтому адаптационный период должен быть направлен на развитие самоконтроля у пятиклассников через самостоятельную, специально организованную (творческую) деятельность. Возможно моделирование и разыгрывание таких ситуаций, как «Я-пятиклассник», «Мое поручение», «Я на уроке», «Мой режим дня», «Что я могу делать самостоятельно?», «Мое общение со взрослыми» и т.п.

- выработка способов оптимального взаимодействия в классном коллективе: потребность в самореализации и в самоутверждении является наиболее характерной для подросткового возраста. Но, как правило, продуктивные формы для реализации этой потребности у детей еще не выработаны. Поэтому важно с первых минут общения создать в классе доброжелательную атмосферу, способствующую продуктивному решению практических задач сообща. Школьникам необходимо предоставить возможность взаимодействия в больших и малых группах сменного состава (в форме деловой игры) для выработки собственных правил. Темы могут быть следующие: «Портрет настоящего пятиклассника», «Что делать, если...» и др. При этом, правила должны не только формулироваться, а и обсуждаться, аргументироваться, осмысливаться.

- формирование умения учиться в средней школе: сложившиеся в начальной школе умения и навыки, часто не соответствуют программным требованиям 5-го класса. Чувствуя это, учащиеся проявляют готовность к овладению новыми навыками учебной деятельности. Целесообразно обучение определенным умениям на уроке в сочетании с регулярными занятиями вне уроков (психологом, или учителем с помощью психолога). Занятия могут включать такие темы: «Как учиться в средней школе», «Как слушать учителя», «Как выполнять домашние задания», «За что ставится отметка», «Как проверять свою работу», «Как научиться лучше думать», «Как подготовиться к контрольной работе», «Как лучше запоминать» и др. Необходимо также развивать у школьников произвольное внимание и логическую память.

Учителям приходится учить всех детей без исключения, вне зависимости от их способностей, индивидуальных различий. Наблюдения за учащимися, общение с ними в этот период показывают, что они растеряны, не могут понять, как строить взаимоотношения с педагогами, какие требования обязательны для выполнения - к школьнику впервые предъявляется много требований со стороны большого количества людей. На пятиклассника обрушивается поток информации с непонятными для него словами, терминами. Есть и такая категория детей, которые в силу своего эмоционального состояния, создают множество организационных трудностей. К сожалению, дети очень мало проявляют инициативу, не умеют выходить из сложившейся ситуации самостоятельно.

Эффективность образовательного процесса зависит от того, насколько быстро ребенок адаптируется к новой социальной ситуации. При переходе к предметному обучению возникают трудности, связанные с резким изменением привычной среды, а именно изменением учебного процесса: новые предметы, разные требования учителей-предметников, увеличение учебной нагрузки. В данной ситуации необходимо выделить факторы, обуславливающие успешную адаптацию учащихся 10-12 лет к предметному обучению. Существуют такие факторы как непонимание связи учебных предметов с возможностью их использования в будущем; избирательный интерес к учебным предметам; неспособность справиться с учебной нагрузкой, поверхностность и неустойчивость знаний [15, с.213]. У учащегося 10-12 лет нужно сформировать умения, позволяющие соответствовать требованиям и нормам, предъявляемым в пятом классе, развивать способности адаптироваться в этих условиях, реализовать свои потребности, не входя в противоречие со средой.

Напряженность, согласно определению в психологическом словаре, это психическое состояние, вызванное предвосхищением неблагоприятного для субъекта развития событий [16, с.220]. Таким событием в данном случае является переход с одной ступени на другую. Степень психической напряженности обуславливается такими моментами как значимость ситуации, конфликты в сфере значимых отношений личности и ее социального окружения. Учебная деятельность в пятом классе дополняется другими видами деятельности, и все вместе они влияют на развитие учащихся, учебная деятельность при этом остается основной. С начала обучения в средней школе расширяется значение понятия «учение», так как учение начинает выделяться в самостоятельный и целенаправленный процесс получения знаний. На данном этапе ребенок учится приобретать знания, овладевает приемами и навыками учебной работы.

Выделены объективные и субъективные факторы адаптации учащихся 10-12 лет к предметному обучению. К объективным факторам можно отнести, соответствие требований учителей-предметников возрастным особенностям учащихся, успешность в предметной деятельности. Успешная адаптация к предметному обучению выражается в сформированности у учащихся знаний, которые соответствуют требованиям и нормам стандарта, усвоению учебного материала.

К субъективным факторам адаптации к предметному обучению относятся отсутствие напряженности; отношение к учебным предметам, определяющее взаимоотношения между учащимися и учителями-предметниками; степень самостоятельности младшего школьника при выполнении учебных заданий. Данная группа факторов дает возможность определить роль индивидуальных особенностей обучения (сформированность основных компонентов учебной деятельности) в адаптации.

Значение социальной адаптации возрастает в условиях кардинальной смены деятельности и социального окружения человека. У учащихся и первых, и пятых, и десятых классов меняется их социальное окружение (новый состав класса и/или учителей) и система деятельности (содержание новой ступени

образования). Ситуация новизны всегда является для человека в той или иной степени тревожной. Ребенок же переживает в таких условиях эмоциональный дискомфорт из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр. Такое состояние часто сопровождается внутренней напряженностью, иногда затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных решений. Достаточно длительное психическое напряжение может закончиться школьной дезадаптацией и ребенок становится тогда недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстает в учебе, быстро утомляется и уже не хочет идти в школу. Соматически ослабленные дети (а их количество увеличивается) являются наиболее подверженными возникновению дезадаптации. Конечно же, адекватное восприятие ребенком своего школьного окружения, успешное установление отношений с одноклассниками и новыми учителями весьма затрудняются, если у него высок уровень личной и школьной тревожности.

Термин «дезадаптация» обозначает нарушение процессов взаимодействия человека с окружающим миром. Понятие «школьная дезадаптация» - более узкое и подразумевает неспособность и невозможность учащихся младшего подросткового возраста найти в пространстве школьного обучения свое место, чтобы он мог быть принят таким, каков он есть, сохраняя и развивая свою индивидуальность, потенциал и возможности для самореализации [17 с.95].

Критерии школьной дезадаптации:

- неуспешность в обучении по программам, включая такие формальные признаки, как хроническая неуспеваемость, второгодничество, и качественные признаки в виде недостаточности общеобразовательных знаний и навыков;

- нарушение эмоционально-личностного отношения к обучению, учителям, жизненной перспективе, связанной с учебой: пассивное - безучастное, негативно-протестное, демонстративно-пренебрежительное и другие значимые, активно проявляемые ребенком отношения к школе и учебе;

- повторяющиеся, некорректируемые нарушения поведения (отказные реакции; стойкое антидисциплинарное поведение с активным противопоставлением себя одноклассникам, учителям; демонстративное пренебрежение правилами школьной жизни, школьный «вандализм»).

Обратной стороной адаптации ребенка к школе является проблема школьной дезадаптации, которая вызывается двумя группами причин:

- индивидуальные характеристики ребенка: его способности, особенности эмоциональной сферы, состояние здоровья, особенности семейной среды;

- влияние социально-экономических и социально-культурных условий: семейное окружение, материальное состояние семьи, ее культурный уровень, ценности и т. д. [18, 37].

Варианты дезадаптивного поведения детей, как психозащитные реакции, которые можно наблюдать у детей:

Активный протест. Непослушен, нарушает дисциплину на уроке, на перемене - негативизм по отношению к другим - ссорится, мешает играть,

раздражается, гневается. При стабильном проявлении реакции активного протеста - диагностируется как патология поведения.

Реакция пассивного протеста. Редко поднимает руку на уроке, выполняет требования учителя формально. На перемене - пассивен, предпочитает находиться один, не проявляет интереса к коллективным играм. Депрессивное настроение, страхи.

Реакция тревожности и неуверенности. Пассивен на уроке, при ответах напряжен и скован. На перемене не может найти себе занятие, предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт. Тревожен, легко плачет, краснеет, теряется при малейшем замечании учителя. Выраженные реакции тревожности и неуверенности сопровождаются появлением невротической симптоматики в виде тиков, заикания, энуреза, и т.п., а также учащением соматических заболеваний. Степень развития невротозов зависит от несоответствия социальных условий их типу высшей нервной деятельности, неправильного воспитания [19].

Педагогический диагноз школьной дезадаптации обычно ставится в связи с неуспешностью обучения, нарушениями школьной дисциплины, конфликтами с учителями и одноклассниками. Иногда школьная дезадаптация остается скрытой и от педагогов и от семьи, ее симптомы могут не сказываться отрицательно на успеваемости и дисциплине ученика, проявляясь либо в субъективных переживаниях школьника, либо в форме социальных проявлений.

Нарушения адаптации выражаются в виде активного протеста (враждебность), пассивного протеста (избегание), тревожности и неуверенности в себе и, так или иначе, влияют на все сферы деятельности ребенка в школе:

- реакция активного протеста. Ребенок непослушен, нарушает дисциплину на уроке, на перемене, ссорится с одноклассниками, мешает им играть, и дети отвергают его. В эмоциональной сфере наблюдаются вспышки раздражения, гнева;

- реакция пассивного протеста. Ребенок редко поднимает руку на уроке, требования учителя выполняет формально (не вдумываясь в смысл того, что делает), на перемене пассивен, предпочитает находиться один, не проявляет интереса к коллективным играм. У него преобладает подавленное настроение, страхи;

- реакция тревожности и неуверенности. Ребенок пассивен на уроке, при ответах наблюдается напряженность, скованность, на перемене не может найти себе занятие, предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт. Он, как правило, тревожен, часто плачет, краснеет, теряется даже при малейшем замечании учителя. Иногда выражение реакции тревожности сопровождается тиками, заиканием, а также учащением соматических заболеваний (головная боль, тошнота, ощущение усталости и т. п.) [20, с.53].

Успешность адаптации во многом зависит от наличия у детей адекватной самооценки. Человек постоянно сравнивает себя с другими людьми и на основе этого сравнения вырабатывает мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Так

постепенно складывается самооценка. Процесс этот начинается в раннем возрасте: именно в семье ребенок впервые узнает, любят ли его, принимают ли таким, каков он есть, сопутствует ли ему успех или неудача. В дошкольном возрасте у ребенка складывается ощущение благополучия или неблагополучия. В первой школе также складывается определенное ощущение благополучия, первичная адаптация учащегося к социуму, и при смене школы самооценка колеблется, так как отношение к учащемуся в новом учебном коллективе не соответствует тому, к которому он уже адаптировался, на котором основана его самооценка; может произойти кризис веры в себя.

Безусловно, адекватная самооценка облегчает процесс адаптации к школе, тогда как завышенная или заниженная, напротив, осложняют его. Однако даже если у ребенка адекватная самооценка, взрослые должны помнить, что учащийся всё еще не взрослая сложившаяся личность, его ум находится в процессе развития и становления, и негативное отношение со стороны учителей или учеников при общей смене обстановки могут повлиять на становление личности учащегося крайне негативно.

Таким образом, осложняется сам процесс учения, продуктивная работа на уроке становится проблематичной. Даже потенциальный отличник может превратиться в отстающего ученика. Не менее важным становится процесс адаптации учащихся и для учителей, которые, мало зная своих учеников, могут ошибиться в оценке их возможностей, успешной индивидуализации и дифференциации обучения. Поэтому учителям необходимо, вовремя корректировать собственную педагогическую позицию относительно класса и отдельных учеников. Независимо от того, в каких условиях начинается учебный год, процесс адаптации у учащихся всегда происходит. Вопрос только в том, сколько времени он займет у ребенка и учителя, и каковы будут его психологические и педагогические последствия. Поэтому смысл адаптационного периода в школе состоит в том, чтобы обеспечить его естественное протекание и благополучные результаты.

Проблема адаптации - одна из ключевых в современных исследованиях психологии, на уровне определений подчеркивается важность личности, ее ведущих структурных образований (потребностей, мотивов, отношений к социальным ролям и статусу, Я-концепции) для развития и конечной успешности адаптации в ее социально-психологическом аспекте. Проблема социально-психологической адаптации рассматривалась Б.Н. Алмазовым, Э.М. Александровской, М.В. Антроповой, М.М. Безруких, уровни адаптации определены Е.А. Карповой, условия успешной адаптации, выдвинуты в работах В.В. Тонковой - Ямпольской, причины дезадаптации в работах Р.В. Овчаровой, М.М. Безруких [21, 22].

Однако в психолого-педагогической литературе в недостаточной степени изучены условия педагогического взаимодействия, при которых возможна эффективная социально-психологическая адаптация.

Проблема адаптации выступает на первый план в условиях существенного, кардинального изменения деятельности индивида, сопровождающегося трансформациями в его социальном окружении. При этом ведущую роль в

развитии и результативности адаптационных процессов играют именно структуры личности как отражение складывающихся отношений и связей с существенными характеристиками человеческого существования.

Адаптация понятие широкое и включает в себя: адаптацию социальную - к социальной среде, к взаимодействию со всеми участниками образовательного процесса; адаптация психологическая - построение взаимоотношений с конкретным человеком; адаптация к педагогическим условиям - требования учителя, объем материала, учебный план, система построения урока и др.; адаптация к эргономическим условиям - рабочий стол, освещенность, удаленность от классной доски и др. Социально-психологическая адаптация требует определенных навыков, личностных качеств, развитого самосознания, которое включает в себя и самооценку личности.

В словарях социально-психологическая адаптация определяется как процесс активного приспособления индивида к изменившейся среде с помощью различных социальных средств [24, с.45]. Социально-психологическая адаптация представляет собой элемент деятельности, функцией которого является освоение относительно стабильных условий среды, решение повторяющихся, типичных проблем путем использования принятых способов социального поведения, действия. Основным способом социально-психологической адаптации является принятие норм и ценностей новой социальной среды (в данном случае - нового классного и учительского коллектива), сложившихся здесь форм взаимодействия (формальных и неформальных связей, стиля обучения и т.д.), а также форм предметной деятельности (например, способов выполнения заданий). Социально-психологическая адаптация так же, как и психическая, имеет две формы: активную, когда индивид стремится воздействовать на среду с тем, чтобы изменить ее (в том числе те нормы, ценности, формы взаимодействия и деятельности, которые он должен освоить), и пассивную, когда он не стремится к такому воздействию и изменению. Показатели успешной социально-психологической адаптации - высокий социальный статус индивида в данной среде, а также его психологическая удовлетворенность этой средой в целом и ее наиболее важными для него элементами. Показателями низкой социально-психологической адаптации являются перемещение индивида в другую социальную среду, аномия и отклоняющееся поведение. Успешность адаптации зависит от характеристик среды и индивида. Чем сложнее новая среда (например, больше социальных связей, сложнее совместная деятельность, выше социальная неоднородность), чем больше происходит в ней изменений, тем труднее для индивида социально-психологическая адаптация. Примером сложной для социально-психологической адаптации ситуации может служить социальная среда города в условиях быстрой урбанизации.

Наиболее значимые для социально-психологической адаптации социально-демографические характеристики индивида - образование и возраст. Исследования данной проблемы направлены на выявление факторов, способствующих формированию наиболее эффективной формы адаптации, на

изучение тех элементов социальной ситуации, которые оказывают существенное влияние на эффективность адаптации человека.

А.В. Петровский определяет адаптацию как одну из стадий развития личности в процессе социализации. На стадии адаптации, которая обычно совпадает с периодом детства, человек выступает как объект общественных отношений, на которого направлено громадное количество усилий родителей, воспитателей, учителей и других людей, окружающих ребенка и находящихся в той или иной степени близости к нему. На этой стадии происходит вхождение в мир людей: овладение некоторыми знаковыми системами, созданными человечеством, элементарными нормами и правилами поведения, социальными ролями; усвоение простых форм деятельности. Человек, собственно, обучается быть личностью. Ребенок, не прошедший стадию адаптации и не усвоивший основ социальной жизни, не может быть обучен этому впоследствии. Стадия адаптации в процессе социализации является очень важной, поскольку сензитивные периоды детства не обратимы [25].

От успешности адаптации зависит содержание и успешность прохождения последующих этапов социализации: интеграции и индивидуализации. Результаты адаптации, интеграции и индивидуализации составляют наиболее важные социально-психологические процессы, от которых во многом зависит субъективное благополучие личности. Субъективное благополучие можно отнести к внутренним критериям адаптированности индивида в социуме.

Адаптационная проблематика имеет не только большое методологическое значение, но и занимает важную проблемную область с точки зрения решения прикладных задач психологии.

Рассматривая этапы включения личности в социум, исследователи выделяют адаптацию первичную и вторичную. Первичная адаптация учащихся проходит в начале учебной деятельности в первом классе и в период начала учебы при переходе из одной школы в другую. Вторичная адаптация в школе связана со всеми последующими изменениями (переход в другой класс, смена учителя, изменение требований к учащимся со стороны администрации, учителей, родителей и т.д.).

Школьная адаптация имеет две стороны:

- приобретение учебных знаний и умений, овладение соответствующими учебными операциями и приспособление к условиям учебы (учебная адаптация);

- включение в коллектив в качестве полноправного его члена на основе интернализации как официальных, так и неофициальных социальных ролей (социальная адаптация).

Несмотря на различие сторон адаптации (учебную и социальную), психологи отмечают их тесную взаимосвязь: усвоение знаний и приобретение соответствующих навыков обусловлены особенностями процесса вхождения новичка в социальную среду предприятия или учебного заведения. По данным М.П. Будякиной и А.А. Русалиновой, успешность овладения специальными знаниями влияет на социальную позицию новичка в коллективе, на его отношение к этому коллективу. И наоборот, полнота включения молодого

человека в социальную жизнь коллектива обусловлена его деятельностью на учебном поприще [26].

Переход учащихся из начальной школы в среднее звено справедливо считается кризисным периодом. Многолетние наблюдения педагогов и школьных психологов свидетельствуют о том, что этот переход неизбежно связан со снижением успеваемости, хотя бы временным. Учащимся, привыкшим к определенным порядкам начальной школы, необходимо время, чтобы приспособиться к новому темпу и стилю жизни.

Часто внешние изменения по времени совпадают с началом физиологических изменений в организме детей. Все это в первую очередь отражается на качестве успеваемости. Например, отличник в начальной школе вдруг в пятом классе начинает получать четверки и тройки, вдруг становится твердым хорошистом.

Период адаптации к новым правилам и требованиям может занимать у ребенка от одного месяца до целого года. Критерием успешности адаптации выступает, прежде всего, степень сохранности психологического и физического здоровья обучающихся.

Очевидно, что предметная среда образовательного учреждения также оказывает воздействие на процесс школьной адаптации. В этой связи школьная адаптация рассматривается как адаптация к физическим и пространственно-временным условиям осуществления учебной деятельности, как адаптация к школе - образовательному учреждению со сложившейся предметной средой.

Адаптация имеет два спектра - биологический и психологический. Мы ведем речь именно о психологической адаптации учащихся, так как детям в настоящий период необходимо приспособиться к новым условиям школьной действительности, начиная от внешних (кабинетная система), и заканчивая внутренними (установление контактов с разными учителями, усвоение новых предметов). Надо заметить, что с понятием "адаптация" тесно связано понятие "готовность к обучению в средней школе". Не все учащиеся начальной школы одинаково подготовлены к переходу в среднюю школу. Можно выделить следующие составляющие понятия "готовность к обучению в средней школе":

- уровень сформированности основных умений и навыков, успешное усвоение программного материала;
- умение самостоятельно работать, осмысливать материал;
- качественно иной, более "взрослый" тип взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

Понятие «адаптация» тесно связано с понятием «готовность к обучению в средней школе». Не все учащиеся начальной школы одинаково подготовлены к переходу в среднее звено школы. Можно выделить следующие составляющие такой готовности:

- сформированность основных компонентов учебной деятельности, успешное условие программного материала;
- новообразование младшего школьного возраста:
- произвольность – способность сознательно управлять своими действиями и психическими процессами (вниманием, памятью, мышлением, чувствами);

рефлексия – процесс самопознания субъектом внутренних психологических актов и состояний;

- a) мышление в понятиях (в соответствующих возрасту формах); способность к саморегуляции;
- b) качественно иной тип взаимоотношений (более «взрослый») с учителями и одноклассниками;
- c) ведущая деятельность (начальное звено – учебная деятельность, среднее звено – межличностные отношения).

Для обеспечения благополучного, бесконфликтного протекания адаптационного периода в 5-м классе, необходимо:

- выявление тех изменений в жизни ребенка, которые необходимо смягчить, сделать более плавными для обеспечения переходного периода;
- определение необходимых путей коррекции в способах деятельности, направленных на развитие обще учебных умений и навыков;
- сохранение и развитие основных способов и форм организации образовательного процесса начальной школы, осуществлять поиск новых форм работы, позволяющих учитывать возрастные особенности переходного периода;
- создание эмоциональной обстановки в классе, основанной на доверительности, искренности, оптимизме, откровенности;
- создавать ситуации, позволяющие проявлять инициативу, иметь право на ошибку, на свое мнение, участвовать в совместной деятельности, работать в условиях альтернативы, выбора, создавать демократическую атмосферу обучения;
- особое внимание уделять возможности формирования уметь делать осознанный выбор, основанный на адекватной самооценке школьника.

Причинами и следствием неполной адаптации могут быть:

Причины:

- продолжительная неуспеваемость или её снижение,
- невозможность соответствовать прежним результатам и требованиям родителей в системе оценок,
- проблемы в сфере общения, недовольство своим положением в коллективе сверстников,
- неудовлетворённость потребностей и желаний и т.д.

Следствие (нарушения в личностной и функциональной сферах):

- низкая или напротив защитно-высокая самооценка;
- прямая или косвенная оборонительно-защитная агрессия;
- чувство беспомощности и обиды;
- формируется мотив избегания неудач;
- расстроенность нервных процессов (частые заболевания, «школьный» невроз);
- повышенная возбудимость и импульсивность или напротив инертность, закрытость;
- формирование чувства неполноценности.
- проявление асоциальных форм поведения (демонстративность, закрытость, агрессия, импульсивность, раздражительность, обидчивость

нарушение правил поведения или полное их игнорирование и т.д.) [27, 28, 29, 30].

Таким образом, в исследованиях адаптации к организованным условиям деятельности выделяются два направления. Это - изучение специальной (учебной) и социальной составляющих процесса адаптации новичка в условиях начала учебы в школе или изменения условий учебы. Выделение данных составляющих и определение взаимосвязи овладения ведущей деятельностью с особенностями социально-психологической адаптации к коллективу дают основания считать адаптацию к организованным условиям осуществления учебной деятельности сложным системно-структурным явлением, изучение которого наиболее эффективно в рамках комплексного подхода.

Под школьной адаптацией мы понимаем процесс и результат приспособления учащегося к изменяющимся условиям школьной среды, позволяющие ему при сохранении здоровья удовлетворить свои потребности.

Школа стремится с одной стороны максимально адаптироваться к учащимся с индивидуальными особенностями, с другой стороны гибко реагировать на социокультурные изменения, происходящие в нашей жизни. Главным итогом двухсторонней деятельности является адаптация детей к быстро меняющейся жизни.

1.2 Основные закономерности возрастного и личностного развития учащихся 5-х классов на переходном этапе к обучению в среднем звене общеобразовательной школы

Младший подростковый возраст мы рассматриваем в пределах физического возраста детей от 10 до 12 лет. Подростковый возраст называют переходным возрастом, т.к. в этот период происходит как бы взросление ребенка, т.е. переход его от детского состояния к более взрослому к отрочеству. У школьников существенно меняется его положение в коллективе, общественные позиции, к нему предъявляются более серьезные требования со стороны семьи, школы, коллектива и со стороны взрослых.

В этом возрасте происходит анатомо-физиологическая перестройка организма, которая имеет свои физиологические особенности. Со стороны физического развития происходит неравномерный, но бурный рост тела, совершенствуется мускульный аппарат, идет интенсивное окостенение скелета, причем среди девочек этот процесс происходит раньше, чем среди мальчиков. Непропорционально и неравномерно растут отдельные части тела: вытягиваются руки, ноги; возникает впечатление угловатости (синдром "гадкого утенка") в этот период в эмоциональной сфере также происходит ломка привычных старых стереотипов и подросток начинает осознавать свою угловатость, стесняется, пытается, как то сгладить свою нескладность, что вызывает эмоциональные переживания, недовольство собой, неуверенность. Сердце значительно увеличивается в своем объеме, становится более сильным, работает более мощно, а диаметр кровеносных сосудов отстает в развитии, отсюда возникают некоторые сбои в кровообращении, повышается кровяное давление, напрягается сердечная деятельность. В связи с этим у подростков

возникают головные боли, головокружение, раздражительность, нервность, эмоциональные срывы, быстрая утомляемость. У него может наблюдаться повышенная возбудимость, вспыльчивость, что выражается в бурных проявлениях в эмоциональной сфере, в резких реакциях типа аффектов. Это необходимо учитывать при организации учебно-воспитательного процесса. Основным фактом физического развития подростка является половое созревание.

Этот период отражается на всех сторонах развития младшего подростка. В младшем подростковом возрасте существенно изменяются условия жизни, обучения, деятельности школьника. Что в конечном итоге приводит к перестройке эмоциональной сферы, к взаимоотношению со взрослыми, сверстниками с окружающим миром. С 4-го класса начинается систематическое изучение основ наук, что требует более высокого уровня эмоционального и интеллектуального развития.

Рассмотрим особенности психического, личностного развития школьников в возрасте 10-12 лет. Возрастной период 10-12 лет характерен переходом от младшего школьного возраста к отрочеству. Как и любой переходный период, он имеет свои особенности и связан с определенными трудностями, как для учащихся и их родителей, так и для учителей. Что же характеризует особенности интеллектуального и личностного развития школьников на стыке младшего школьного и подросткового возраста?

В этот период происходят существенные изменения в психике ребенка. У него начинает развиваться теоретическое мышление, так как новые знания, новые представления об окружающем мире изменяют сложившиеся ранее житейские понятия. На основе развития нового уровня мышления происходит перестройка всех остальных психических процессов, т.е., как заметил Д.Б. Эльконин, "память становится мыслящей, а восприятие думающим". Многочисленные исследования показывают, что развитие мышления в понятиях способствует дальнейшему развитию у детей рефлексии - понимания ими своей психической жизни, формирования отношения к самому себе. В результате у ребенка начинают развиваться собственные взгляды, мнение, в том числе понимание значимости образования [31, 32].

Познавательная сфера по-прежнему развивается как ведущая. Наиболее серьезные требования предъявляются к умственному и речевому развитию учащихся: навыки логических операций с понятиями, систематизация учебных знаний, перенос интеллектуальных навыков, понимание смысла изучаемых понятий, грамотность и содержательность устной речи. К концу младшего школьного возраста у учащихся должны быть сформированы и другие новообразования: произвольность психических процессов, способность к саморегуляции.

Познавательные потребности и учения приобретают для младших подростков определенный смысл, как необходимое и важное условие к будущей самостоятельной жизни. Но и здесь наблюдаются порой расхождение в целях и средствах. Стремление к приобретению знаний может сочетаться с безразличным или даже отрицательным отношением, как реакция на учебные

неудачи или взаимоотношение с учителем. Эмоционально это выражается в переживаниях его, которые маскируются, скрывая свое чувство самолюбия безразличием или равнодушием. Особую роль в формировании положительного отношения подростков к процессу обучения играют несколько факторов:

- эмоциональный характер изложения материала;
- проблемная и поисковая деятельность дающая возможность переживать радость самостоятельных открытий и настрой подростка на успех.

В когнитивном развитии отмечается переход от стадии конкретных операций к стадии формальных операций, характеризуемой преобладанием гипотетико-дедуктивного подхода в решении задач над эмпирико-интуитивным, появлением способности вырабатывать стратегии поиска и организации информации. Мышление учеников этого возраста еще не столь абстрактно и системно, как у более старших школьников, оно заметно отличается от мышления младших школьников: оно рефлексивно, т.е. ученики способны осознавать процессы своего мышления, умственные, речевые и мнемонические стратегии.

Развитие рефлексии сказывается и на личностных преобразованиях младшего подростка: у них складываются свои собственные представления об академических, атлетических способностях, а также о физических и личностных характеристиках, определяющих популярность среди сверстников [29].

Учебная деятельность дополняется другими видами деятельности, и все вместе теперь они влияют на психическое развитие учащихся, учебная деятельность при этом остается основной и продолжает определять содержание мотивационных сфер личности. С начала обучения в средней школе расширяется само понятие "учение", так как теперь оно может выходить за пределы класса, школы, может отчасти осуществляться самостоятельно, целенаправленно. Качественно изменяются требования к мотивации учебной деятельности. Появляется новый вид учебного мотива - мотив самообразования, представленный пока в наиболее простых формах (интерес к дополнительным источникам знаний). Кроме того, успешное обучение в среднем звене требует более глубоких и содержательных побудительных сил: ориентация на способы получения знаний, интерес к закономерностям и принципам, понимание смысла учения "для себя". Если интерес к учению становится смыслообразующим мотивом у ребенка, его учебная деятельность обеспечивает его успешное психическое развитие.

К сожалению, социальная ситуация в современной школе такова, что в складывающейся иерархии ценностей учение не всегда занимает достойное место, познавательная активность школьников развита слабо, и только отметка выступает как главный стимул и основной конечный результат учебы.

Рубеж 3-4-х классов, по свидетельству многих психологов и педагогов характеризуется некоторым снижением интереса к учебе в школе и самому процессу обучения. Это выражается в недовольстве школой в целом и обязательным ее посещением, нежелании выполнять дома учебные задания, в

нарушении правил поведения в школе. Такие негативные проявления свойственны многим ученикам, но у тех из них, чье развитие уже было проблемным, имеется вероятность сохранения и закрепления негативных тенденций в устойчивых формах поведения.

Таким образом, переход от детства к отрочеству характеризуется своеобразным мотивационным кризисом, вызванным сменой социальной ситуации развития и изменением содержания внутренней позиции школьника.

К 3-4-му классу общение со сверстниками начинает определять многие стороны личностного развития ребенка. В этом возрасте проявляются притязания детей на определенное положение в системе деловых и личностных взаимоотношений в классе, формируется достаточно устойчивый статус ученика. Именно характер складывающихся взаимоотношений с товарищами, а не только его успехи в учебе и отношения с учителями, во многом определяет эмоциональное самочувствие ребенка.

Существенно меняется также характер самооценки школьников этого возраста. Привычные в младших классах ситуации, когда самооценка определялась учителем на основании результатов учебы, подвергаются корректировке и переоценке другими детьми; при этом во внимание принимаются те качества ребенка, которые проявляются в общении.

Важной особенностью данного возраста является формирование чувства взрослости, когда младший подросток считает что он уже не ребенок, а взрослый и он начинает искать свое место в коллективе взрослых в качестве полноценного и равноправного участника этой жизни. Отсюда возникает противоречие между потребностью младших подростков и несоответствие этому их реальных возможностей. Отсюда их повышенная эмоциональность к оценке взрослых, их обидчивость, острая реакция на попытки взрослых умалить их достоинство, понизить их взрослость. Младший подросток стремится к тому, чтобы взрослые считались с его мыслями, эмоциями, уважали их.

В младшем подростковом возрасте очень ярко проявляется эмоциональное стремление к общению с товарищами на почве общих интересов, увлечений, совместной деятельности [10, 14]. Это является и привлекательностью школы для младших подростков в том, что они имеют широкий круг возможностей такого общения. Дружеские отношения в младшем подростковом возрасте более устойчивы, носят эмоционально напряженный характер. Прекращение дружеских отношений часто воспринимается младшим подростком очень болезненно. Дружеские отношения среди младших подростков не всегда носят и положительный характер. Иногда дружба возникает на почве нездоровых интересов или увлечений, совместного пустого времяпровождения. Иногда возникает паразитическая форма дружбы по расчету. К таким проявлениям нужно относиться очень тактично и осмотрительно. Нельзя запрещать эту дружбу, грубо высмеивать. И наоборот нужно тактично добиваться того, чтобы влияние друг на друга было только положительным.

Один из самых важных моментов в развитии младшего подростка является формирование у него самоосознания, потребности осознать себя как

личность. У младшего подростка возникает интерес к себе, к своим внутренним эмоциональным переживаниям, к качествам собственной личности, потребность самооценки, сопоставления себя с другими людьми. Он начинает всматриваться в самого себя, стремясь познать сильные и слабые стороны своей личности. Потребность самоосознания возникает из жизни, практической деятельности, определяется растущими требованиями взрослых, коллектива. У младшего подростка возникает потребность оценить свои возможности, для того чтобы найти свое место в коллективе.

На первых порах в основе самоосознания младшего подростка лежат оценки о нем взрослых, товарищей, коллектива. Младший подросток смотрит на себя глазами окружающих. Появляются попытки и самостоятельно анализировать и оценивать собственную личность, но, не обладая достаточным умением правильно анализировать свое эмоциональное состояние и собственные личностные проявления на этой почве могут возникнуть конфликты, порождаемые противоречиями между уровнем притязаний младшего подростка, его мнением о себе и реальным положением в коллективе и отношением к нему со стороны товарищей и взрослых.

Широта интеллектуальных интересов младшего подростков часто сочетается с разбросанностью, отсутствием системы и метода, многие из детей склонны преувеличивать уровень своих знаний и особенно умственных возможностей. В этом возрасте появляется немалое количество скучающих учеников, которым учеба кажется прозаичной по сравнению с воображаемой "подлинной жизнью". Поэтому они начинают искать такие компании, где им было бы интересно. В большинстве своем они выбирают сообщество по интересам, где у них имеются свои кумиры, "учителя", т.е. объект для подражания.

Развитие интеллекта тесно связано с развитием творческих способностей. Неумение младшего подростка сосредотачиваться, переключаться - одна из главных причин плохой успеваемости и некоторых эмоциональных проблем, таких как пьянство, наркомания, безудержная погоня за удовольствиями. Сталкивая личность с множеством противоречивых жизненных ситуаций, переходный возраст стимулирует и актуализирует ее творческие потенции.

Тревожность – черта личности, характеризующая ее эмоциональную сферу. Уровень тревожности – это показатель индивидуальной чувствительности к стрессу, склонность ощущать большинство жизненных ситуаций как угрожающие. Очень высокая тревожность является субъективным проявлением психологического неблагополучия. Высокая тревожность может быть связана также с переживаниями угрозы престижу, самооценке, самоуважению человека. Как устойчивая черта личности – это повышенная склонность испытывать тревогу по поводу реальных или воображаемых опасностей. В отличие от страха как реакции на конкретную угрозу, тревога генерализована, диффузна. Поведенческие проявления тревожности могут заключаться в общей дезорганизации деятельности, нарушающей ее направленность и продуктивность. Однако тревожность не является изначально негативной

чертой личности. Оптимальный ее уровень - естественное и необходимое условие личностной активности.

Изучение тревожности важно и для понимания возрастных закономерностей развития эмоциональной сферы ребенка, становления, закрепления и развития эмоционально-личностных образований. Тревожность лежит в основе целого ряда психологических трудностей детства, многих нарушений развития, рассматривается как показатель «преневротического состояния», ее роль чрезвычайно высока и в нарушениях поведения, таких, как делинквентность и аддиктивное поведение подростков. Значение профилактики тревожности, ее преодоление важно при подготовке детей и взрослых к трудным жизненным ситуациям.

Для того чтобы стать полноценной личностью, ребенок должен воспитываться в эмоционально теплой и стабильной обстановке. Если эмоциональный контакт с близкими взрослыми или окружающими людьми нарушен, ребенок живет как бы на «вражеской» территории: обстоятельства подавляют его, его ожидания, относительно будущего пессимистичны, он постоянно чувствует себя слабее других, нелюбимым. В результате развиваются очень низкая самооценка, чувство неполноценности. Возникшая в детстве неуверенность в себе, как правило, становится устойчивым образованием[33].

Практика школьной жизни, общение с учителями и работниками школьной администрации, наблюдения школьных психологов свидетельствуют, что в своей профессиональной деятельности как начинающие учителя с небольшим стажем работы, так и учителя-мастера сталкиваются с определенными трудностями на различных этапах своего профессионального пути. Достаточно сложным представляется период начала обучения детей в средней школе. Как показывает практика, большинство учащихся и педагогов переживают этот период как важный шаг в их жизни.

Психологическая готовность учителя к обучению пятиклассников определяется тем, насколько педагог воспринимает учащегося как целостную личность.

Данный возраст характеризуется рядом специфических черт, таких как:

- появление чувства взрослости;
- ведущее личностное новообразование – становление нового уровня самосознания. «Я – концепции» (образ себя);
- стремление утвердить свою самостоятельность, независимость, личностную автономность, потребность в освобождении от опеки и контроля;
- постепенно происходит замена влияния семьи влиянием сверстников;
- потребность в постоянной поддержке и принятии;
- время перехода от мышления, основанного на оперировании конкретными представлениями, к мышлению теоретическому, от непосредственной памяти к логической;

Особенности поведения младшего подростка: Симптомы, которые являются нормой для развития:

- проявление симптомов кризиса зависит от ситуации, поведение достаточно гибко;

- относительно большой спектр форм поведения и эмоциональных состояний;

- симптомы кризиса наблюдаются, время от времени, в виде кратковременных «вспышек»;

- поведение и эмоции относительно легко поддаются коррекции;
- адаптационный период в 5 классе.

Новые условия обучения и воспитания:

- новое здание и разные кабинеты;
- новый классный руководитель и учителя-предметники;
- разные требования, стиль и методика обучения на уроках;
- большой поток информации;
- чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы;
- новый коллектив сверстников;
- новые правила и нормы поведения.

Успешно адаптируются те ребята, которые ко времени поступления в среднее звено:

- имеют достаточный уровень интеллектуального развития;
- умеет работать самостоятельно;
- умеет планировать свои действия;
- умеет контролировать свои действия и оценивать результат своей работы;
- умеет строить взаимоотношения со сверстниками и взрослыми;
- способны выдерживать эмоциональные нагрузки, обладают эмоциональной устойчивостью;

- кто не делает трагедии из школьной оценки;

Основные задачи в период адаптации к 5 классу:

- формирование представления о себе, как об умелом человеке с большими возможностями развития;

- формирование умения учиться в новых условиях;

- развитие учебной мотивации, познавательной активности и формирование интересов;

- формирование умения добиваться успехов и правильно относиться к успехам и неудачам, развитие уверенности в себе;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения соревноваться с другими, правильно и разносторонне сравнивать свои результаты с успешностью других;

- развитие ответственности и самостоятельности;

- развитие умения регулировать и контролировать эмоции и чувства;

- развитие эмпатии.

Адаптационный период характеризуется желанием учащихся: хорошо учиться, радовать своими успехами взрослых, ждут в новых условиях более интересной школьной жизни и новых положительных впечатлений.

Новые условия влияют на изменения в поведении и психике ребёнка (в первое время):

- возрастает тревожность;
- снижается работоспособность;

- повышается робость или напротив «развязность»;
- проявление неорганизованности и забывчивости;
- заболевания носят психосоматический характер;
- появляется чувство страха и неуверенности в ситуации несоответствия прежним достижениям.

Переход из начальной школы в среднюю связан у пятиклассников с появлением новых учителей, разнообразием их требований, занятиями в разных кабинетах, необходимостью вступать в контакты со старшеклассниками.

Целостный образ-Я ученика, который сложился у него в общении с учителем начальной школы, дополняется множеством новых составляющих, которые выступают поочередно то на уроке математики, то на уроке русского языка. Ребенок уже не получает устойчивого переживания успешности или неуспешности в узких рамках отношений с одним учителем, так как взгляды разных преподавателей на успехи и поведение школьников различны, иногда и противоположны. Для ребенка это означает первое столкновение с противоречиями в отношениях, ведь и в будущем на его пути будут встречаться люди, воспринимающие его по-разному. Важной задачей для ребенка в этой ситуации является сохранение самоуважения, в чем ему обязаны помочь педагог и психолог. Ребенок должен сохранить самоуважение, даже, несмотря на то, что учитель математики ставит ему тройки и двойки или, что он стал объектом критики учителя биологии или завуча школы. Признание собственных недостатков для ребенка является всего лишь осознанием им своих слабостей как составных частей позитивно эмоционально окрашенного образа-Я. Школьник должен чувствовать и понимать, что если у него сейчас не все ладится с учебной, то виновата в этом не плохая учительница, а он сам, более того, он в состоянии преодолеть эти проблемы или принять их. Если же нарушается преемственность реальных школьных достижений (например, в начальной школе он мог быть хорошим учеником, а в средней успешности заметно упали, но уровень притязаний остался прежний), то задача педагога и психолога состоит в помощи ребенку сохранить самоуважение как важнейшее условие преодоления неудач. Если же самоуважение не будет сохранено, вся система-Я у ребенка встает на его защиту, и он может выбрать путь лжи, мошенничества и уклонения от решения своих проблем.

Одной задачей педагогов и психолога на данном этапе социализации ребенка будет обучение его способности размышлять о себе, осознавать свои мотивы и побуждения, уметь формулировать оценочные суждения о себе. Целесообразно в этом возрасте предлагать ребятам различные анкеты, беседовать с учениками о них самих, о том, как они представляют себя в сравнении с другими учащимися, своим идеалом ученика. В этом возрасте идеальное Я ребенка может быть вполне осмысленным.

Далее рассмотрим условия успешной адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.

Переход из начального в среднее звено традиционно считается одной из наиболее педагогически сложных школьных проблем, а период адаптации в 5-м классе - одним из труднейших периодов школьного обучения. Это обусловлено,

прежде всего, совокупностью тех содержательных перемен, что происходят в школьной среде и внутреннем мире детей этого возраста, а именно [29]:

- новые требования к психолого-педагогическому статусу пятиклассника;
- увеличение объема и разнообразие содержания образования;
- увеличение веса многопредметного обучения и расширение круга учителей, с которыми учащиеся вынуждены систематически вступать в деловые взаимодействия;
- на место первой учительницы приходит новый классный руководитель;
- завершение перехода к кабинетной системе обучения;
- несформированность ученического коллектива класса (очень часто в 5-м классе меняется состав ученического коллектива);
- отсутствие у школьников умения как самостоятельно, так и совместно организовывать учебную деятельность.

Психологические и психофизиологические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в 5-м классе школьники переживают период адаптации к новым условиям обучения во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в 1-м классе [18]. Это проявляется в возрастании тревожности, снижении работоспособности, повышенной робости или, напротив, «развязности», неорганизованности, забывчивости. Исследовательские данные свидетельствуют о том, что подобные функциональные отклонения в той или иной форме характерны примерно для 70-80 % школьников.

У большинства детей подобные отклонения исчезают через 2-3 недели учебы («легкая адаптация»). Вместе с тем есть дети, имеющие различные функциональные отклонения, у которых процесс адаптации затягивается на 2-3 месяца (адаптация «средней тяжести»). Выделяется также категория детей, у которых процесс адаптации протекает довольно длительно и тяжело на протяжении 3-х и больше месяцев («тяжелая адаптация»). С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей. Подобные заболевания носят психосоматический характер.

Состояние детей в этот период с педагогической точки зрения характеризуется низкой организованностью, учебной рассеянностью и недисциплинированностью, снижением интереса к учебе и ее результатам, с психологической - снижением самооценки, высоким уровнем ситуативной тревожности. Наблюдения за детьми, общение с ними в этот период показывает, что они очень растеряны, не могут понять, как теперь им надо общаться с педагогами, какие требования обязательны для выполнения, а какие нет. Трудно в этот период и педагогам: в силу своего эмоционального состояния дети порождают множество организационных трудностей, иногда учителя просто не могут выдержать требования программы, так как «программа рассчитана на взрослых детей, а они, оказывается, еще совсем маленькие» (т.е. несамостоятельные, с низким уровнем волевого контроля и т.д.).

В последние годы так много говорится о сложностях этого периода обучения, что он стал восприниматься чуть ли не как кризис развития детей 10-12 лет, порождающий серьезные педагогические проблемы. В реальности же

ситуация прямо противоположная: педагогические особенности периода перехода порождают психологические проблемы у самих детей и их педагогов. С психологической точки зрения это достаточно благополучный возраст: подростковые проблемы еще только «маячат» у линии жизненного горизонта как некоторая перспектива. А корни трудностей - в педагогической практике, порождающей резкий скачок из одной системы обучения в другую, в несоответствии программ, форм обучения, дисциплинарных требований, стилей общения и многом другом.

Для успешной адаптации к системе обучения в среднем звене у пятиклассника должно появиться центральное и важнейшее новообразование - это так называемое «чувство взрослости». С точки зрения М.Р. Битяновой, это чувство должно проявлять себя и реализовываться в трех основных моментах [10]:

Новая личностная позиция по отношению к учебной деятельности:

Дальнейшая образовательная деятельность будет успешной при условии, что школьник станет субъектом собственной учебной деятельности: примет и поймет смысл учения для себя, научится осознанно осуществлять волевые учебные усилия, заниматься самообразованием и др. Ведущим учебным мотивом в этом случае станет для пятиклассника собственно познавательный мотив.

Новая личностная позиция по отношению к школе и педагогам:

Новое отношение к школе - это, прежде всего ответственная осознанная позиция школьника, субъекта внутришкольных отношений. Другое отношение к педагогам заключается в переходе от чисто ролевых, конформных со стороны ребенка отношений к отношениям межличностным. Школьнику предстоит занять самостоятельную, во многом равноправную позицию и научиться сочетать ее с уважением к мнению старшего.

Новая личностная позиция по отношению к сверстникам:

Внутригрупповая жизнь класса начинает формироваться и развиваться автономно от влияния взрослых. От ребенка потребуется определенная социальная зрелость, конструктивность во взаимоотношениях для того, чтобы занять в новом социальном сообществе устраивающее его статусное положение, наладить устойчивые эмоциональные связи со сверстниками».

Кроме «чувства взрослости» успешность адаптации определяется наличием определенного уровня интеллектуальной зрелости школьника. Прежде всего, она связана со способностью ребенка успешно осуществлять разнообразную интеллектуальную деятельность в плане целеполагания, планирования, использования логических средств-операций, а также использованием речи как инструмента мышления - связное изложение своих мыслей, использование доказательств, умение задавать вопрос и др.

К собственно психологическим условиям успешной адаптации пятиклассников к обучению в средней школе А.В. Фурман относит следующий набор своевременно актуализированных типов адаптационных процессов [34]:

- самоадаптация - приспособление к внутреннему миру собственного «Я», направленность адаптивной активности на свои внутренние состояния, свои

характерологические признаки, выбор стратегии поведения и решений, ориентация на свои поступки и их результаты;

- взаимонадаптация между классным коллективом, отдельными учащимися и учителями – взаимонадаптация - это, одновременно, процесс и результат межличностного взаимодействия, взаимонадаптования учителя и ученика во внутренний мир друг друга; без взаимонадаптации не может быть активного познавательного поиска, сотворчества ученика и учителя в учебном процессе;

- реанадаптация ранее сформированных и переанадаптация актуализированных межличностных контактов учащихся к новой учебной среде - пятиклассникам необходимо обновить ранее приобретенные межличностные связи и отношения, избавиться от выработанных динамических стереотипов поведения, которые не принимаются школьной жизнью и выработать новые формы общения и поведения;

- аанаптация учащихся к содержанию учебных предметов – смена учебных предметов, их новое содержательное наполнение, безусловно, является дезанаптационным фактором; большую роль здесь играет первое впечатление ученика при знакомстве с новым предметом; возникновение заинтересованности или состояние непонимания, смысловой неопределенности во многом зависит от учителя и уровня его педагогического мастерства.

Исследуя условия успешной аанаптации пятиклассников к обучению в средней школе, необходимо уделить внимание возможным видам школьной дезанаптации и их причинам. Уточним понятие школьная дезанаптация – это результат нарушения приспособления (аанаптации) ребенка к тем или иным условиям школьной среды. Ученик не в силах справиться с трудностями в обучении и общении со сверстниками и учителями, внутренними психологическими проблемами и тем самым помочь самому себе подняться на новую ступеньку индивидуального опыта, стать чуть более взрослым. Если родители и педагоги вовремя не обратят на это внимание, школьная дезанаптация может привести к педагогической запущенности, невротическим расстройствам, отказу посещать школу.

Выделяют следующие виды дезанаптации, к которым приводят нерешенные школьные проблемы [14]:

- интеллектуальная – нарушение или отставание в развитии мышления младшего подростка;

- поведенческая – несоответствие поведения школьника правовым и моральным нормам (агрессивность, асоциальное поведение);

- коммуникативная – затруднения в общении со сверстниками и взрослыми;

- эмоциональная – эмоциональные трудности, тревоги и переживания по поводу проблем в школе;

- соматическая – отклонения в здоровье ребенка.

Возникновение школьной дезанаптации у младших подростков неразрывно связано с характером их общения со значимыми людьми, и, прежде всего - со сверстниками, одноклассниками. Предметом общения в этом возрасте являются сами подростки в процессе учебной деятельности.

Учебная деятельность в младшем подростковом возрасте - это деятельность в большей мере социальная, чем познавательная. Характер общения с одноклассниками во многом определяет отношение подростков к учебе, к своим отметкам. Главная ценность отметки для учеников 5-7 классов в том, что она дает возможность занять в классе более высокое положение. Если такое положение можно занять за счет проявления других качеств, значимость отметки падает. Через призму мнения класса ребята воспринимают и своих учителей. Поэтому нередко младшие подростки идут на конфликт с учителями, нарушают дисциплину и, чувствуя одобрение одноклассников, не испытывают при этом неприятных субъективных переживаний. Еще одним важным фактором в возникновении школьной дезадаптации является так называемая «гормональная буря», сопровождающая период полового созревания. Ее негативные последствия выражаются в виде эмоциональных нарушений - повышенной раздражимости, ранимости, неадекватности реакций, повышенной утомляемости (снижение работоспособности, повышенная отвлекаемость, временное снижение темпа запоминания, «вязкость» мышления), негативизме. Все эти перестройки в организме подростка сказываются на качестве учебной деятельности. Кроме того, и самооценка школьника становится чрезвычайно нестабильной, «образ Я» утрачивает свою целостность, становится неупорядоченным и противоречивым. Вследствие этого и в поведении младших подростков может возникнуть много немотивированных поступков. Появляется в этом возрасте и так называемое «чувство взрослости», которое влияет на характер общения со значимыми взрослыми - родителями и учителями. Ему присущи такие черты, как стремление к независимости, к уважительному и серьезному отношению со стороны взрослых к личной жизни и правам подростка.

Можно выделить такие сферы школьной дезадаптации младших подростков, как нарушение характера общения со сверстниками (одноклассниками), которые могут проявляться:

- в форме замкнутости, избегания контактов (возможные причины: особенности эмоционального развития (аутизм, интеллектуализм), личностная или школьная тревожность, низкий уровень сформированности продуктивных средств общения);

- в форме негативистической демонстративности - сознательном нарушении правил и норм школьного поведения (возможные причины: нереализованная потребность во внимании и признании, непризнанная одаренность, высокая личностная тревожность, демонстрация подростковой независимости);

- в поведении агрессивного характера (возможные причины: личностная акцентуация, агрессивность как проявление тревожности, несформированность продуктивных форм общения, связанная с опытом общения со взрослыми и сверстниками, агрессивность как отражение нестандартности личности подростка);

- в форме чрезмерной зависимости, конформности (возможные причины: высокая личностная тревожность, компенсация семейных проблем (гипоопека),

эмоционально-личностная инфантильность);

Причинами дезадаптации в сфере классных взаимоотношений могут быть:

- низкий социометрический статус;
- наличие неформальной группы вне школы;
- принадлежность к группе с отрицательной направленностью;
- неудовлетворенная аффилиация..

Нарушение характера общения с педагогами:

Основные проявления: конфликтность, агрессивность, невыполнение требований, нарушение дисциплины, игнорирование обращения, несдержанность, избегание контакта, боязнь отвечать на уроке, угодливость, вранье, демонстративность; возможно полное неприятие требований учителя и школы в целом.

Возможные причины:

- педагогические ошибки: авторитарный или либеральный стиль общения; оскорбление личности учащегося; отрицательное отношение к внешности ученика; необоснованные обвинения; предъявление завышенных требований; отсутствие индивидуального подхода к учащимся; психическая неустойчивость и др.

- нарушение характера первичной взаимоадаптации между учителем и учеником в адаптационный период;

- характерологические особенности подростка: личностная акцентуация (тревожность, демонстративность, импульсивность и др.).

Нарушение характера внутрисемейного общения:

Основные проявления: нежелание идти домой, побеги из дома, нежелание говорить о родителях, пренебрежительные или злые высказывания о ком-то из близких, семейные конфликты; часто ребенок не ухожен, безнадзорен, материально и психологически незащищен.

Возможные причины:

- неправильный стиль воспитания (гипоопека, гиперопека, повышенная моральная ответственность, жестокое обращение и др.);

- конфликтные отношения между родителями;

- неполная семья;

- асоциальная или аморальная семья.

Несоответствие уровня развития познавательной сферы условиям и требованиям учебной деятельности.

Возможные причины:

- низкий уровень произвольности познавательных процессов;

- низкий уровень развития мышления;

- несформированность важнейших учебных умений и навыков;

- несформированность познавательной мотивации.

Обобщенная информация психологических причин школьной дезадаптации учащихся 5-х классов представлена в таблице 1.

Таблица 1 - Психологические причины школьной дезадаптации учащихся 5-х классов

Причина	Характерные проявления	Возможные способы выявления	Пути и способы устранения
1	2	3	4
Неумение приспособиться к новому темпу школьной жизни	Хронические опоздания в школу, на уроки; длительное приготовление домашних заданий; астенические явления к концу учебного дня, учебной недели.	Наблюдение. Схема -характеристик а класса. Опрос родителей и педагогов.	Правильное распределение умственных и физических нагрузок, соблюдение режима дня.
Нарушение характера взаимоотношения между учеником и учителем-предметником	Отсутствие интереса к предмету, страх перед учителем; знает материал, но боится отвечать на уроке, низкая успеваемость по предмету; занятие посторонними делами во время урока, негативные реакции на замечания; поиск предлога для привлечения внимания учителя; возможны прогулы уроков.	Проективный рисунок «Мой класс». Опросник «Учитель-ученик» (3-5 класс). Шкала тревожности Прихожан А.М.	Формирование учителем активно-познавательного отношения к своему предмету. Коррекция межличностных отношений в системе «учитель-ученик». Повышение психологической компетентности педагогов.
Низкий уровень произвольной регуляции поведения и учебной деятельности	Неорганизованность, невнимательность, повышенная отвлекаемость, неаккуратность; часто забывает или теряет свои вещи; плохо запоминает и воспринимает материал; не умеет выделять главное, обобщать, анализировать; не может самостоятельно выполнять домашние задания; зависимость от взрослых; опоздания на уроки.	Наблюдение. Опрос педагогов и родителей.	Повышение уровня саморегуляции через: а) коррекцию стиля семейного воспитания; б) использование коррекционных программ по развитию познавательных процессов, их произвольности.
Несформированность учебной мотивации	Имея нормальное интеллектуальное развитие, не хочет учиться, отрицательно относится к процессу обучения; не хочет посещать школу; игровые мотивы преобладают над	Мотивационная анкета. Тесты на исследование самооценки. Шкала тревожности	Формировать учебные интересы через: а) игровые формы обучения; б) использование коррекционных программ;

	учебными.	Прихожан А.М.	в) коррекцию стиля семейного воспитания.
1	2	3	4
Несформированность элементов и навыков учебной деятельности	Низкая успеваемость по многим предметам, невнимательность, неорганизованность, заучивание без предварительной логической обработки материала; выполнение упражнений без предварительного усвоения соответствующих правил, использование случайных приемов.	Наблюдение. Опрос педагогов. Анализ продуктов учебной деятельности.	Обучение приемам учебной деятельности; замена неправильных способов работы правильными.
Несформированность продуктивных форм общения и самоутверждения	Стремится быть в центре внимания, навязывается другим, «играет героя», «прикидывается дурачком» рискует без надобности, хвастается, паясничает, вызывающе одевается, общается с детьми старше себя, подражает хулиганским поделкам других. Повышенная тревожность; очень охотно выполняет поручения и задания учителя, чрезмерно дружелюбен к нему, старается понравиться, пытается «монополизировать» учителя, постоянно нуждается в помощи и контроле с его стороны.	Социометрия. Детский опросник Кеттелла. Опрос педагогов. Шкала тревожности Прихожан А.М. Проективные методики.	1. Включение в группу тренинга общения. 2. Обучать умению демонстрировать свои позитивные качества. 3. Коррекция межличностных семейных отношений.
Недостаточность социальной нормативности (педагогическая запущенность)	Не желает учиться, прогуливает занятия, работает только тогда, когда его контролируют или заставляют, избегает учителя; не заинтересован в одобрении или неодобрении взрослых; списывает	Наблюдение. «Проективный рисунок семьи». Детский опросник Кеттелла. Тесты на	Формирование соответствующих социальных норм через: а) включение в группу функционально- ролевого тренинга; б) коррекцию стиля

	домашние задания; эгоистичен, враждебен к детям, любит интриги, «нечестный игрок», берет чужие вещи без разрешения; обижает других, любит попугать, пристаёт к более слабым; скрытен и недоверчив.	исследование познавательных процессов. Опрос педагогов и родителей.	семейного воспитания; в) вовлечение в интересную деятельность; г) организацию успеха в учении.
1	2	3	4
Высокий уровень общих или специальных способностей (одаренность)	Отсутствие интереса к учебному процессу, «уход в себя»; занятие посторонними делами на уроках, попытки «монополизировать» внимание учителя, постановка нестандартных («диких») вопросов; неустойчивость отношений с одноклассниками, переходящая в конфликтность, изолированность. Наряду с этим - быстрый темп обучения, высокая познавательная активность, оригинальность и самостоятельность суждений; музыкальные, художественные, математические и другие способности.	Тесты на исследование креативности и интеллектуальных способностей (Равен, Торренс и прочие). Анализ продуктов деятельности. Опрос педагогов и родителей.	1. Найти правильный индивидуальный подход к одаренному ученику в соответствии с его способностями. 2. Обеспечить изучение определенных школьных дисциплин по разным программам. 3. Создать условия для перевода из класса в класс. 4. Способствовать посещению секций, кружков, факультативов.
Интеллектуальная недостаточность (ЗПР, умственная отсталость)	Неуспеваемость по многим предметам, низкий объем знаний и представлений об окружающем мире, бедность интересов, отсутствие высших потребностей, низкий социальный статус; как правило, неблагополучная или функционально несостоятельная семья.	Анализ успеваемости. Тест Векслера. Исследование интеллекта.	1. Консультация у соответствующего специалиста. 2. Использование коррекционных программ, направленных на общее развитие ребенка. 3. При необходимости, изменение семейной ситуации.

Однако, несмотря на несколько негативный фон развития учащихся в предподростковый возраст, исследования [35] показали, что явления дезадаптации при переходе в среднюю школу связаны у учащихся не с психофизиологическими факторами, а с социально-психологическими.

Следовательно, для грамотного планирования профилактической работы психологу необходимо опираться на сильные стороны ученика, представленные в основных психологических новообразованиях. Такими новообразованиями являются:

- произвольность, осознанность и интеллектуализация всех психических процессов, их внутреннее опосредование;

- осознание своих собственных изменений, развитие рефлексии.

Центральное и важнейшее психологическое новообразование - это «чувство взрослости», (о котором мы упоминали ранее), как результат осознания своих изменений, развития рефлексии в сфере самосознания.

Проявляться это новообразование должно в следующем. Новая личностная позиция по отношению к учебной деятельности. Предпосылкой успешной адаптации к обучению в средней школе является решение главной задачи учения учащегося 5-х классов - стать субъектом собственной учебной деятельности: принять и понять смысл учения для себя, научиться осознанно осуществлять волевые учебные усилия, целенаправленно формировать и регулировать учебные приоритеты, заниматься самообразованием. Ведущим учебным мотивом в этом случае станет для пятиклассника мотив собственно познавательный.

Новая личностная позиция по отношению к школе и педагогам. Новое отношение к школе – это, прежде всего, ответственная осознанная позиция младшего подростка, позиция субъекта внутришкольных отношений. Другое отношение к педагогам заключается в переходе от чисто ролевых, конформных со стороны учащегося отношений к отношениям межличностным. Учащемуся предстоит занять самостоятельную, во многом равноправную позицию и научиться сочетать ее с уважением к мнению старшего.

Новая личностная позиция по отношению к сверстникам. Внутригрупповая жизнь класса начинает формироваться и развиваться автономно от влияния взрослых. От учащегося потребуется определенная социальная зрелость, конструктивность во взаимоотношениях для того, чтобы занять в новом социальном микросообществе устраивающее его статусное положение, наладить устойчивые эмоциональные связи со сверстниками.

Формированию этих позиций учащихся способствует психологическая работа по развитию навыков общения, повышению уровня социальной зрелости в специально организованных тренингах.

1.3 Проблемы адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы

Проблема школьной адаптации становится все более очевидной в связи с охраной психического здоровья детей и подростков, ростом нервно-психических заболеваний и функциональных расстройств.

Возраст учащихся 5-го класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости - главного личностного новообразования младшего подростка.

Школьная адаптация представляет собой процесс формирования механизма приспособления ребенка к требованиям и условиям обучения. Ее результатом может стать как адекватный механизм, приводящий к адаптированности, обеспечивающий успешность последующей учебной деятельности, так и неадекватный механизм приспособления учащегося к школе (нарушение учебы и поведения, конфликтные отношения, психогенные заболевания и реакции, повышенный уровень тревожности, искажения в личностном развитии), приводящий к дезадаптированности учащегося.

Переход учащихся из начальной школы в среднюю справедливо считается кризисным периодом. Многолетние наблюдения педагогов и школьных психологов свидетельствуют о том, что этот переход неизбежно связан со снижением успеваемости, хотя бы временным. Учащимся, привыкшим к определенным порядкам начальной школы, необходимо время, чтобы приспособиться к новому темпу и стилю жизни. Часто внешние изменения совпадают по времени с началом физиологических изменений в организме детей. Все это в первую очередь отражается на качестве успеваемости (например, отличник в начальной школе вдруг в пятом классе начинает получать четверки и тройки). Хотя бывает и так, что ребенок, еле-еле учившийся в начальных классах на тройки, вдруг становится твердым хорошистом. Избежать серьезных проблем с учебой при переходе в среднюю школу можно, для этого необходимо учитывать все факторы, влияющие на качество обучения в пятом классе.

В начальной школе учащиеся всегда находятся в поле зрения педагога, который контролирует степень их готовности к очередному уроку, помогает урегулировать конфликтные ситуации с другими учителями (например, ребенок забыл физкультурную форму, не принес альбом). Учитель начальных классов находится в тесном контакте с родителями. Он внимательно следит за тем, чтобы вся необходимая информация была записана в дневник и доведена до их сведения.

В средней школе дети оказываются предоставленными сами себе. Они должны самостоятельно переходить из кабинета в кабинет, готовиться к урокам, и очень часто им приходится самостоятельно решать вопросы с учителями. Опоздать на урок, забыть какую-нибудь учебную принадлежность, не сделать задание - все это становится более серьезным проступком, чем в начальной школе.

С классным руководителем пятиклассники встречаются только на уроках, которые он ведет, и на редких, к сожалению, классных часах. Естественно, что и родители не могут быть в курсе всего происходящего в школе. Учащиеся, которые еще вчера были под постоянным контролем со стороны учителя и родителей, теперь должны совмещать учебные и организационные стороны школьной жизни. Некоторые учащиеся в силу своих психологических

особенностей не готовы к подобной самостоятельности, они испытывают растерянность, все время все путают и забывают, не могут сосредоточиться на учебе. Другие учащиеся настолько привыкли к постоянному контролю со стороны взрослых, что неспособны самостоятельно организовать собственную школьную жизнь. Все это, естественно, ведет к снижению успеваемости. С одной стороны, при переходе в среднюю школу мало что меняется: учащегося окружают те же одноклассники, в расписании указаны в основном уже знакомые предметы, а первые недели обучения посвящены повторению пройденного в начальной школе. Учащийся продолжает приходить в то же время в то же здание, ему задают домашние задания, так же спрашивают на уроках и ставят оценки. Но, с другой стороны, занятия теперь проходят в новом кабинете, а часто - и в разных кабинетах. В расписании появились названия незнакомых предметов (природоведение, история). И самое главное - каждый предмет ведет новый учитель. Каждый учитель по-своему реагирует на происходящее в классе и предъявляет ученикам определенные требования. Например, для одного шум во время урока может быть естественным фоном его объяснений, а другой строго наказывает за малейшее отвлечение. Учащемуся необходимо время, чтобы привыкнуть и научиться вести себя в соответствии с требованиями.

Следует помнить, что и учитель должен привыкнуть к классу, настроиться на работу с ним. Многие учителя, которые берут пятый класс, до этого работали с выпускниками - взрослыми, самостоятельными учениками, а теперь также вынуждены привыкать к тому, что их новые подопечные нуждаются в дополнительном контроле, напоминаниях. Они могут рассуждать о серьезных вещах и терять одежду, учебники, забывать, в каком кабинете следующий урок и как зовут их учителя.

В период адаптации к новым правилам и требованиям может наблюдаться некоторый спад успеваемости, так как учащиеся скорее заняты изучением формы, нежели содержания учебной деятельности. Как и любой кризис, переход в среднюю школу имеет и свои положительные стороны. Новая учебная ситуация позволяет преодолеть сложившиеся в начальной школе стереотипы.

Основной особенностью перехода в пятый класс, как уже говорилось, является смена учителей. Все предметы теперь ведут разные преподаватели. И хотя это создает определенные трудности, в то же время появление нового учителя всегда шанс для учащегося построить свои взаимоотношения с предметом по-новому. Именно в пятом классе учащийся получает возможность начать свою учебную жизнь сначала. Учащийся с закрепившейся репутацией троечника или двоечника может стать хорошистом и даже отличником. Многие старшеклассники вспоминают, что именно в пятом классе у них обнаружился интерес к тому или иному предмету, который не только способствовал повышению качества их обучения в целом, но и помог в дальнейшей профессиональной ориентации.

Кроме рассмотренных специфических причин, влияющих на качество успеваемости в пятом классе, существуют и другие, характерные не только для этого возраста.

Причины неуспеваемости при переходе в 5-й класс:

Физиологические изменения. Переход в среднюю школу может совпасть с началом физиологических изменений в организме учащегося. Ученик начинает расти, становится плаксивым, все время хочет спать. Следствием этих явлений являются рассеянность, ослабление памяти, внимания. Естественно, что для адаптации учащемуся в такой ситуации требуется больше времени.

Неуверенность в себе. Сформировавшись однажды, неуверенность в себе, в своих способностях “переходит” с учащимся из класса в класс. Учащийся как бы заранее считает, что у него ничего не выйдет, и даже не решается попробовать. Причиной такой неуверенности в себе могут быть повышенная тревожность, давление со стороны близких, их излишняя требовательность, боязнь не оправдать ожиданий. Неуверенность в себе может особенно сильно проявляться в переходном возрасте. Учащийся начинает критически относиться к себе и своим успехам, своей внешности и способностям чего-либо достичь. У многих младших подростков наблюдается резкое падение самооценки. Помочь учащемуся преодолеть эти трудности, почувствовать себя успешным и компетентным можно, только разобравшись в их причинах.

Личные проблемы. Резкое ухудшение качества обучения может быть связано с личными проблемами учащегося: поссорился с другом, влюбился, проблемы в семье и т.д. Знание того, что тревожит учащегося, поможет с терпением и пониманием отнестись к его неуспеваемости. Иногда достаточно переждать какое-то время, и все войдет в колею, а иногда необходима поддержка и помощь специалиста - психолога, и др.

Отсутствие способностей. Речь идет об отсутствии у учащегося каких-то выдающихся способностей, на что надеялись родители. Но в пятом классе появляются новые предметы, и у учащегося есть возможность проявить себя в совершенно новых сферах.

Отсутствие интереса. Очень частое явление - учащийся плохо учится, потому что ему неинтересно. Причины могут быть разные: постоянные неудачи, плохие отношения с учителем или сверстниками, личные проблемы. Иногда учащийся заявляет, что ему неинтересно учиться, потому что он не понимает, как то, что они изучают в школе, может пригодиться ему в жизни.

Объяснения, что потом это тебе точно пригодится или, что учиться надо для общего развития, в этом случае не годятся. Но родители могут постараться наглядно показать ему смысл изучения того или иного предмета. Жизнь постоянно ставит перед человеком задачи, требующие применения школьных знаний: например, без таблицы умножения очень сложно сосчитать, сколько денег понадобится на покупку продуктов. А знание алфавита помогает ориентироваться в каталогах и энциклопедиях.

Разгадывание кроссвордов требует наличия определенных знаний на уровне школьной программы (географии, истории, литературы). Можно попросить у него помощи, вместе с ним поискать ответ в учебниках. Отправляясь с детьми в путешествие, или просто добираясь из одного конца города в другой, можно предложить им рассчитать скорость движения или пройденное расстояние.

Таким образом, чтобы помочь учащемуся в адаптации к новым условиям, учителя и родители должны учитывать все моменты сложившейся ситуации. Необходимо оказывать психологическую поддержку учащемуся не только в период адаптации, но и в течение всего периода обучения.

Путь осознания себя сложен, стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждении от всех, кто до этого привычно оказывал на ребенка влияние, и это в первую очередь семья, родители. Внешне это отчуждение проявляется в негативизме - стремлении противостоять любым предложениям, суждениям, чувствам взрослых. Отсюда - конфликты с взрослыми. Ребенок (младший подросток) пытается найти собственную уникальность, познать собственное «Я». По этой же причине младший подросток ориентирован на установление доверительных отношений со сверстниками. В дружбе происходит моделирование социальных взаимоотношений, усваиваются навыки рефлексии последствий своего или чьего-то поведения, социальные нормы взаимодействия людей, моральные ценности.

Именно в виду психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности (что было характерно для младшего школьника) на ведущую деятельность общения.

Таким образом, у младшего подростка в стенах школы постепенно меняются приоритеты. Умственная активность младших подростков велика, но вот способности развиваются только в деятельности, которая вызывает положительные эмоции. Успех (или неуспех) существенно влияет на мотивацию учения. Оценки при этом играют важную роль: высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. Совпадение оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия младшего подростка. В противном случае неизбежен внутренний дискомфорт, и даже конфликт. Учитывая физиологические особенности возраста (рассогласование темпов роста и развития различных функциональных систем организма) можно понять и крайнюю эмоциональную нестабильность младших подростков.

Таким образом, переходя из начальной школы в среднюю, ребенок подвержен не только внешним, но и внутренним изменениям.

Для пятиклассника, приходящего в школу 1 сентября, все оказывается новым. И поэтому возникает необходимость в адаптации - привыкании к новым условиям обучения.

Успешность адаптации младшего подростка зависит не только от его интеллектуальной готовности, но и от того, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях. Поэтому среди трудностей школьной жизни детей:

- возросший темп работы: дети, не умеющие быстро писать, не успевают;
- возросший объем работы, как на уроке, так и дома;
- новые требования к оформлению работ;
- необходимость самостоятельно находить дополнительную информацию (литературу) и работать с ней.

В случае трудностей адаптации о них могут свидетельствовать следующие признаки:

- усталый, утомленный внешний вид ребенка;
- нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне;
- стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы;
- нежелание выполнять домашние задания;
- негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;
- жалобы на те или иные события, связанные со школой;
- беспокойный сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие.

В случае незавершенности процесса адаптации, неуспешной адаптации говорят о дезадаптации - реакции на неумение решать задачи, поставленные самой жизнью. Ее виды:

- интеллектуальная - нарушение интеллектуальной деятельности, отставание в развитии от сверстников;
- поведенческая - несоответствие поведения ребенка правовым и моральным нормам (агрессивность, асоциальное поведение);
- коммуникативная - затруднения в общении со сверстниками и взрослыми;
- соматическая - отклонения в здоровье ребенка;
- эмоциональная - эмоциональные трудности, тревожность, переживания по поводу проблем в школе.

Таким образом, задача заключается в создании условий для успешного обучения выпускников начальной школы в среднем звене. Самое главное - помочь учащемуся в ситуации адаптации к средней школе, обеспечить его дальнейшее поступательное развитие, его психологическое благополучие.

Для того чтобы понять, какая помощь требуется учащемуся, важно знать, с какими трудностями он сталкивается, какие проблемы имеют место в определенной ситуации.

В настоящее время переход из начальной школы в среднюю совпадает с концом детства - достаточно стабильным периодом развития. Как показывает педагогическая практика, большинство учащихся переживает это событие как важный шаг в своей жизни. Они гордятся тем, что «уже не маленькие». Появление нескольких учителей с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений является для них зримым показателем их взросления. Они с удовольствием и с определенной гордостью рассказывают родителям, младшим братьям, друзьям о «доброй» математичке или «вредном» историке. Кроме того, определенная часть учащихся осознает свое новое положение как шанс заново начать школьную жизнь, наладить не сложившиеся отношения с педагогами.

Переход из начальной школы в среднюю связан с возрастанием нагрузки на психику ученика. Психологические и психофизиологические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в пятом классе учащиеся переживают

период адаптации к новым условиям обучения, во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе.

Резкое изменение условий обучения, разнообразие и качественное усложнение требований, предъявляемых к учащемуся разными учителями, и даже смена позиции «старшего» в начальной школе на «самого маленького» в средней - все это является довольно серьезным испытанием для психики школьника.

В адаптационный период учащиеся могут стать более тревожными, робкими или, напротив, «развязными», чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными, иногда нарушается сон, аппетит. Подобные функциональные отклонения в той или иной форме характерны для учащихся. С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей. Подобные заболевания носят психосоматический характер.

В период адаптации важно обеспечить учащемуся спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей. При слишком длительном процессе адаптации, а также при наличии множества функциональных отклонений необходимо обратиться к школьному психологу. Что может затруднить адаптацию детей к средней школе? Прежде всего, это рассогласованность, даже противоречивость требований разных педагогов: в тетради по математике поля должны быть с двух сторон, в тетради по русскому языку - с одной, а по иностранному языку нужны три тетради, и каждая из них ведется по-разному; учительница истории требует, чтобы, отвечая урок, ученик придерживался сведений, изложенных в учебнике, а учительница литературы хвалит за собственное мнение и т.п. Такие «мелочи» нередко существенно затрудняют жизнь школьника. Важно обратить внимание родителей на позитивную сторону такого рассогласования. Учащийся впервые оказывается в ситуации множественности требований и, если он научится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни. Поэтому надо, чтобы родители объяснили, с чем связаны эти различия, помогли младшему подростку справиться с возникающими трудностями (составить расписание с указанием на требования, например: «история - составить план ответа по учебнику», «иностранному языку - приносить с собой, помимо основной тетради, словарную тетрадь и тетрадь для записи устных тем» и т.п.).

Трудности у пятиклассников может вызывать и необходимость на каждом уроке приспосабливаться к своеобразному темпу, особенностям речи, стилю преподавания каждого учителя. Необходимо, чтобы учащиеся правильно понимали употребляемые учителем и встречающиеся в текстах учебников термины. Сейчас много специальных школьных словарей, и хорошо, если учащиеся будут иметь их и научатся ими пользоваться. Важно разъяснить, что неполное, неточное понимание слов нередко лежит в основе непонимания учебного материала.

Трудности, возникающие у учащихся при переходе в среднюю школу, могут быть связаны также с определенной деиндивидуализацией, обезличиванием подхода педагога к учащемуся. У некоторых пятиклассников возникает ощущение одиночества: никому из взрослых в школе они не нужны. Другие, наоборот, как бы «шалеют» от внезапной свободы - они бегают по школе, исследуя «тайные уголки», иногда даже задирают учащихся из старших классов. Отсюда повышенная зависимость определенной части учащихся от взрослых, «прилипчивость» к классному руководителю, плач, капризы, интерес к книгам и играм для маленьких детей. Иногда за одной и той же формой поведения (например, посещение первого класса, в котором работает бывшая учительница) скрываются совершенно разные потребности и мотивы. Это может быть желание вновь оказаться в знакомой, привычной ситуации опеки и зависимости, когда тебя знают, о тебе думают. Но может быть и стремление утвердить себя как «старшего», «выросшего», того, кто может опекать малышей. Причем у одного и того же младшего подростка это может сочетаться.

Необходимо показать родителям, что некоторое «обезличивание» подхода к учащемуся - очень значимый момент для его развития, укрепления у него чувства взрослости. Важно только помочь ему освоить эту новую позицию. Помощь родителей на первых порах нередко нужна учащимся и в подготовке домашних заданий (даже если в начальной школе дети делали уроки самостоятельно), и в преодолении трудностей в учебе, которые нередко возникают на первых этапах обучения в средней школе.

Следует обратить внимание родителей на то, что ухудшение успеваемости в значительной степени связано с особенностями адаптационного периода. Необходимо для более эффективной адаптации учащихся развивать понятийное, словесно-логическое мышление учащихся в младшем подростковом возрасте. Мышление учащегося в младшем подростковом возрасте находится на переломном этапе развития. В этот период совершается переход от наглядно-действенного, наглядно-образного к словесно-логическому, понятийному мышлению. Сохраняя свое значение и нуждаясь в подкреплении и дальнейшем развитии, первые две формы мышления являются основой для формирования словесно-логического, понятийного мышления.

Всякий мыслительный процесс в той или иной мере выражается в понятиях - словах, отражающих необходимые и существенные (сущностные) признаки (т.е. свойства и отношения) предметов и явлений. Однако понятия не выступают изолированно друг от друга и от образов, представлений, которые также являются носителями смыслового содержания и могут быть включены в мышление. Поэтому в практической мыслительной деятельности все виды мышления неразрывно взаимосвязаны и, следовательно, развитие мышления может и должно происходить в разнообразных видах деятельности и с использованием разнообразного коррекционно-развивающего материала, относящегося к разным областям знаний и к различным школьным предметам, а также представленного в различных репрезентативных системах. При этом следует помнить, что самым эффективным способом развития наглядно-

действенного мышления является предметно-орудийная деятельность, которая наиболее полно в этом возрасте воплощается в деятельности конструирования (конструкторы, мозаики, упражнения со спичками, разрезные картинки, задания с ножницами и бумагой). Развитию наглядно-образного мышления способствуют следующие виды заданий: рисование, прохождение лабиринтов, работа по конструированию, но уже не по наглядному образцу, а по словесной инструкции, а также по собственному замыслу учащегося, когда он должен, прежде всего, продумать объект конструирования, а затем самостоятельно его реализовать. Для целенаправленного формирования и развития понятийного мышления рекомендуется следующее:

Активизировать речевое развитие учащихся, критериями которого являются: активный словарный запас, легкость и точность речи, употребление речевых форм (устойчивых словосочетаний), служебных слов (предлогов, союзов, частиц), гибкость речи (использование синонимов, омонимов, выбор слов в зависимости от контекста, переход глаголов в существенные и наоборот и т.д.).

В коррекционно-развивающих занятиях предусматриваются задания, в которых требуется исправить семантические ошибки; восстановить "рассыпанные" предложения, подобрать друг к другу слова-объекты и слова-признаки, синонимы и омонимы; составить слова или предложения по заданной конструкции (схеме) или опоре и наоборот; "зашифровать" имеющиеся слова или предложения. Методом развития активной речевой деятельности является также метод словесных ассоциаций. Неоценимую помощь в развитии логического мышления оказывают загадки, ребусы, шарады и другие "игры со словами" (можно вместе с детьми с родителями в течение учебного года работать над проектом (проектами) "Природа в загадках и картинках", "Кроссворды о животных" и др., продуктом которых станут рукописные книги-сборники).

Добиваться осознанности учения, мыслительной работы, понимания слов и текстов (как устных, так и письменных), учить учащихся высказывать суждения и делать умозаключения. В качестве критериев понимания рассматриваются следующие: ответы на вопросы по тексту, поставленные в разной форме; составление вопросов к тексту и отдельным предложениям; составление плана, заглавия, пересказ текста (своими словами или в обобщенной форме); объяснение значений некоторых слов или фраз; восстановление пропусков слов в тексте; дополнение текстов; восстановление системы (связности) текстовых материалов; выделение темы, идеи, главных мыслей в тексте, раскрытие подтекста, переносного смысла текстов (басни, пословицы, метафоры).

Ключевыми словами вопросов и заданий педагогов, обращенных к пониманию учащихся, могут быть: "Преобразуйте выражение, чтобы...", "Закончите фразу...", "Объясните цель применения...", "Каковы ваши предложения...", "Решите задачу другим (несколькими способом...)", "Какие вы сделали выводы...", "Какая теория (правило) объясняет это...", "По каким признакам вы решили, что...", "Насколько верны выводы...", "Опишите достоинства (недостатки...) и др.).

Обогащать содержание учебной деятельности учащихся на занятиях по различным предметам упражнениями и задачами, направленными на формирование основных мыслительных операций в вербальной (словесной) форме. Такими операциями являются: абстрагирование, анализ, сравнение, классификация, синтез, обобщение, установление логических связей.

Примерами коррекционно-развивающих упражнений могут быть задачи:

- на выделение существенных и несущественных признаков предметов и явлений (цвет, форма, вкус, запах, время (когда бывает), место (где происходит, обитает), материал (из чего сделан), назначение (для чего предназначен), функции (что делает), одушевленное - неодушевленное и др.;

- распознавание объекта по признакам (например: "Назови предметы, о которых можно сказать: круглые, белые, съедобные");

- сравните в форме сопоставления (чем похожи (одинаковы) и противопоставления (чем отличаются) предметы или явления;

- выделение критериев (показателей) для сравнения;

- установление взаимосвязей (часть - целое, целое - часть, род - вид, вид - род, рядоположенность, последовательность, аналогия, противоположность, причина - следствие, следствие - причина);

- комбинирование, конструирование (например: "Составь из элементов (букв, слогов, слов) слово, предложение, рассказ, стихотворение").

Операции классификации и обобщения формируются на основе умений, развитых в выше указанных типах упражнений и параллельно с ними. Классификация - распределение (объединение) предметов и явлений по группам (в группы) на основании выделения различных признаков. Обобщение - объединение в одну общность (группу) предметов и явлений по основным свойствам (признакам).

В психолого-педагогической литературе можно найти множество примеров типовых упражнений и задач, способствующих развитию мыслительных операций. Отбор, конструирование и использование их в работе педагога проводятся в соответствии с требованиями, обеспечивающими формирование мотивации познавательной деятельности у учащихся.

Условия формирования мотивации познавательной деятельности у учащихся:

- организовывать мыслительную работу учащегося на том учебном материале, который ему интересен;

- отбирать те задания, которые ребенок объективно может выполнить хорошо - для повышения самооценки, улучшения настроения;

- избегать низкого оценивания ученика и его способностей, оценивать необходимо только конкретную работу, выполнение отдельного задания, а не самого ученика;

- реакция на ошибки учащегося должна быть формой помощи ему. Главное - не порицание, а разъяснение ошибки. Осознание учащимся ошибки - первый шаг в его развитии, движении вперед;

- главным в оценке работы должен быть качественный анализ и выявление причин имеющихся недостатков, не ограничиваясь только констатацией их;

- для повышения учебной мотивации можно использовать различные формы коллективной деятельности, игровой контекст, соревновательность.

При организации коррекционно-развивающих занятий важным является также и соблюдение принципа индивидуализации (полнота реализации программы зависит от индивидуальных особенностей умственного развития учащегося).

В случае компенсации нарушенного (осложненного) поведения и для более эффективной организации деятельности дезадаптированных учащихся необходимо отметить, что "желая" помочь учащемуся, учитель первым делом должен продумать способы индивидуального подхода к нему в процессе урока. Вся тактика учителя должна быть направлена на организацию таких условий, при которых отвлекаемость учащегося, его неспособность организовать свою деятельность, проявлялась бы в меньшей степени. Причем работа с учащимся должна строиться с учетом его слабых и особенно сильных сторон. В таком случае значение имеет все:

- место за партой должно быть в центре класса, напротив доски. Тогда учащийся будет всегда в поле зрения учителя, может быстро обратиться к нему за помощью и меньше отвлекаться;

- на стенах классной комнаты должно быть как можно меньше отвлекающих предметов;

- говорить следует спокойно, четко, не торопясь и по возможности стараться не реагировать на вызывающие поступки ученика;

- обязательным является зрительный контакт с ребенком, т.е. учитель постоянно должен видеть глаза ученика, особенно когда объясняет материал. Зрительный контакт позволяет ребенку сконцентрировать внимание, не отвлекаться;

- при общении с ребенком, для лучшей концентрации его внимания, должна применяться система четких и коротких указаний: "слушай!", "остановись!", "запомни!", "подумай, прежде чем напишешь!";

- чтобы обратить на себя внимание ученика, учитель может использовать систему жестов, мимику, поднять палец, положить руку на плечо ребенка, покачать головой и т.п.;

- инструкции должны быть короткими и простыми. Учащийся не поймет сложных инструкций и длинных предложений. Кроме того, необходимо убедиться, что каждое слово учащемуся понятно;

- обязательно надо попросить учащегося повторить, что он должен сделать. Это поможет установить, правильно ли понято задание;

- для каждой работы необходимо давать специальные инструкции и повторять их до тех пор, пока учащийся твердо не поймет;

- нельзя переходить к новому материалу, пока ребенок не усвоил предыдущий;

- для каждой новой работы нужна новая полная инструкция, так как учащийся не всегда может выполнить аналогичное задание;

- задания, предлагаемые на уроках, учителю следует писать на доске. Домашнее задание также необходимо написать на доске, а еще лучше дать учащемуся карточку с напоминанием о том, что задано на дом;

- рекомендуется давать только одно задание. Если задание большое, его следует разделить, и оно должно выполняться по частям. Только тогда, когда учащийся выполнит одну часть, можно давать следующую;

- идти вперед можно только "маленькими шажками". Лучше сделать меньше, но хорошо, чем больше, но плохо;

- чтобы помочь учащемуся компенсировать в работе свои слабые стороны, необходимо опираться на сильные. Так, если учащийся имеет нарушение моторики, но хорошее речевое развитие, лучше вызывать его отвечать устно, а не просить написать на доске;

- в процессе занятий необходимо поощрять учащегося не только за хорошее поведение или хорошо выполненное задание, но и за старание, желание работать.

Если учащийся абсолютно потерял контроль над собой, не следует делать резких замечаний, категорически запрещается кричать на него. Необходимо отвлечь его, отвести в спокойное место, можно умыть холодной водой, успокоить. Пока учащийся не успокоится, он не слышит ваших замечаний и не понимает, что вы от него хотите. Но когда он успокоится, можно обсудить, что случилось.

Рекомендации учителям, работающим с учащимися 5-х классов: Учитывайте трудности адаптационного периода, возрастные особенности пятиклассников в выборе терминологии, подборе методических приемов. Домашнее задание не оставляем на самый конец урока - его надо прокомментировать, дать инструкции по оформлению. Помните правило: домашняя работа должна приносить чувство удовлетворения учащемуся, стимулировать успех. Следите за темпом урока - высокий темп мешает многим учащимся усваивать материал.

Учитель-предметник должен помнить, что урок в 5-м классе должен быть с частой сменой видов деятельности, включать физминутку. Развивайте общие учебные умения и навыки, учите учащихся правильно учиться. Никогда не используйте оценку как средство наказания учащегося. Оценка достижений должна быть ориентацией на успех, способствовать развитию мотивации к учению, а не ее снижению. Замечайте положительную динамику в развитии каждого отдельного учащегося (нельзя сравнивать «Алию с Дамилей», можно - «Айдара вчерашнего и сегодняшнего»). Развивать рефлексивные умения учащихся - умения смотреть на себя «со стороны», «чужими глазами»; совершенствовать навыки самоконтроля и самооценки, постепенного приближения к объективной, адекватной самооценке. Использовать метод совместных (учитель - ученик; ученик - другие ученики) оценок собственных достижений учащегося, возможностей и перспектив его развития. Используйте систему поощрений, а именно: фотографии лучших учащихся, грамоты, благодарности родителям (письменные, устные), положительные записи в дневнике. Поддерживайте контакт с классным руководителем, узнавайте о

проблемах учащегося, его здоровье, семейных отношениях. Помните, идя в класс к пятиклассникам, Вы идёте на урок к детям. Не используйте вызов к доске или письменную проверку знаний как средство поддержания дисциплины.

Далее рассмотрим основные направления работы школьного психолога для решения проблем адаптации учащихся 5-х классов. Содержание деятельности психолога в адаптационный период должно соответствовать основным задачам этого периода и осуществляться по типу психолого-педагогического сопровождения. Основная цель его работы – предупреждение возможных осложнений в психическом развитии и становлении личности детей в связи с их переходом на следующую возрастную ступень. Для предупреждения возможных негативных явлений необходимо проведение специальной работы, одним из направлений которой является выявление потенциальной «группы риска», т.е. учащихся, чье дальнейшее обучение и воспитание связаны с существенными трудностями. Другим не менее важным аспектом деятельности школьного психолога с пятиклассниками является обеспечение оптимальных условий перехода в среднюю школу для всех учащихся, максимальное развитие на новом этапе обучения тех позитивных изменений, которые возникают на рубеже младшего школьного и подросткового возрастов.

В условиях сопровождающей работы психолог не избавляется от необходимости принимать активное участие и оказывать педагогам профессиональную помощь в проведении адаптационного периода. Но и руководящая и направляющая роль в организации такой деятельности на него не возлагается. Психолог является одним из участников учебно-воспитательного процесса, в который входят как администрация школы, так и педагоги, и родители. Работа психолога с ними должна строиться в форме сотрудничества. Это означает, что цели, задачи и ценности психолога, педагогов и родителей совпадают, а методы и средства, с помощью которых они их реализуют, отличаются. Для организации педагогической деятельности и педагогам, и родителям нужна психологическая информация от психолога, дающая возможность успешно и эффективно осуществлять как адаптацию, так и развитие детей в школьном учреждении.

В соответствии с вышеизложенным, можно выделить четыре основных направления работы психолога:

Консультирование и просвещение педагогов. Это направление предполагает как собственно психологическое консультирование по запросам, так и совместную психолого-педагогическую работу по анализу учебной программы и ее адаптации к конкретным учащимся. Выделяются три основных типа консультативных ситуаций.

Ситуация 1. Организация методической работы педагогов. Ее цели и задачи - это приведение в соответствие педагогической и психологической стороны деятельности учителя, программы и системы требований к статусу пятиклассника (уровню готовности к обучению), а также приведение программы обучения в соответствие с индивидуальными особенностями обучающихся детей.

Ситуация 2. Консультирование по вопросам организации педагогической поддержки учащихся в период первичной адаптации. Это - чисто педагогическая работа - помочь учащимся адаптироваться в коллективе, выработать нормы и правила общения, освоиться в новом пространстве, почувствовать себя в нем комфортно и т.д. Существует множество разработанных форм организации такой поддержки, среди них - различные развивающие игры. Именно с ними и их проведением связана, прежде всего, консультативная помощь психолога. Как правило, педагоги, зная огромное количество таких игр и упражнений, испытывают затруднения при выявлении их психологического значения, анализе результатов игры, планировании целенаправленного воздействия на учащегося или группу в процессе тех или иных занятий. Планирование таких воздействий и анализ их результатов должны быть плодом сотрудничества педагога и психолога.

Ситуация 3. Консультирование педагогов по актуальным вопросам, касающимся проблем обучения конкретных учащихся или класса в целом. Такая работа может носить чрезвычайно разнообразный характер и по своему содержанию (суть запроса), и по своим формам (форма участия психолога в решении проблемы).

Консультирование и просвещение родителей. Психолог в работе с родителями должен преследовать следующие цели:

- повышение психологической компетентности родителей в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого учащимися периода развития;

- создание доброжелательных, доверительных отношений с родителями, которые являются залогом того, что со своими проблемами родители пойдут к психологу и будут с ним сотрудничать;

- помочь родителям принять на себя ответственность за то, что происходит с их ребенком в школе.

Психологическая развивающая работа по повышению уровня готовности к переходу в среднюю школу. Это собственно психологическая работа на этапе адаптации и ведется именно психологическими средствами - формирование и развитие определенных психических процессов и навыков в ходе специально организованной деятельности. Возможны различные формы организации развивающей работы. Их выбор зависит от профессионального уровня психолога. Наиболее эффективной с точки зрения психологических результатов, и наиболее экономичной является групповая форма работы.

Психологическая адаптация, понимаемая как адекватное включение учащегося в новую социальную ситуацию, является важным фактором стабилизации социальной ситуации развития, существенно влияет на развитие личности учащегося. Коррекционно-развивающая работа психолога в этот период должна быть направлена на формирование умения учиться в средней школе; на развитие мотивационной сферы пятиклассников; на развитие навыков сотрудничества со сверстниками; на формирование умения добиваться успеха; на развитие адекватной самооценки и уверенности в себе. Эта работа может проводиться в виде познавательно-обучающих занятий (факультатив по

психологии, уроки психологии для 5-ти классников), в виде группового тренинга, в виде организованной игровой деятельности («больших» психологических игр).

Диагностика уровня и содержания школьной адаптации учащихся 5-х классов к новым условиям обучения. В течение адаптационного периода (первое полугодие обучения) у пятиклассников должно сформироваться так называемое «чувство взрослости», которое проявляется:

- в новой личностной позиции по отношению к учебной деятельности;
- в новой личностной позиции по отношению к школе и педагогам;
- в новой личностной позиции по отношению к одноклассникам;
- в новом отношении к внутреннему миру собственного «Я».

Сложность задач адаптационного периода значительно увеличивает риск школьной дезадаптации. Не все пятиклассники даже с высоким уровнем психологической готовности могут успешно справиться с трудностями в обучении и общении, внутренними психологическими проблемами. Что уж говорить о тех учащихся, у которых были проблемы в начальной школе.

Исходя из особенностей адаптационного периода, является необходимостью получение необходимой информации о социально-психологическом статусе учащихся для преодоления трудностей периода адаптации к средней школе.

Для этого необходимо решить следующие задачи:

- организовать и провести психологическое обследование пятиклассников (учебная мотивация, уровень самооценки, эмоциональное самочувствие, социометрический статус);
- выявить учащихся, испытывающих трудности в адаптации и определить характер и причину трудностей в каждом случае;
- определить пути оказания помощи учащимся, испытывающим трудности в процессе адаптации.

Диагностический минимум должен проводиться психологом в конце 1-го семестра обучения (в декабре) по трем основным направлениям: психологическое обследование учащихся, экспертный опрос педагогов, экспертный опрос родителей.

Учащиеся могут обследоваться в групповой форме по таким методикам:

Учебная мотивация:

- мотивационная анкета для учащихся;
- уровень самооценки: диагностируется по методике «Интегральная самооценка личности» (вариант Дембо-Рубинштейн) или по методике «Несуществующее животное».

Эмоциональная сфера: методика «Несуществующее животное» (агрессивность), Шкала личностной тревожности для учащихся 10-12 лет Прихожан А.М.

Социометрический статус: для диагностики социального статуса и структуры ученического коллектива применяется метод социометрии; при необходимости для определения эмоциональной удовлетворенности отношениями может проводиться тематический рисунок «Мой класс». Педагоги

опрашиваются при помощи «Схемы-характеристики класса». Родители должны заполнить Анкету для родителей пятиклассников. Опрос родителей является вспомогательным методом получения информации о психологическом состоянии ребенка. По итогам диагностического минимума психолог готовит обобщенную аналитическую информацию по классам и параллели в целом, заполняя сводные таблицы.

При планировании диагностической работы с ученической параллелью психолог может придерживаться такого алгоритма:

- организационно-методическая подготовка к проведению диагностического минимума. Этот этап работы заключается в четком почасовом планировании предстоящих диагностических мероприятий, оповещении всех участвующих лиц, подготовке необходимых методических материалов – бланков, текстов, ключей, таблиц для обработки и т.д.;
- проведение первого этапа диагностического обследования:
 - наблюдение за учащимися на уроках, регистрация данных в протоколе (по 2 часа на класс);
 - проведение методик диагностического минимума со всеми учащимися данной параллели (по два урока в каждом классе);
 - проведение экспертного группового опроса педагогов (2 часа);
 - проведение предусмотренного экспертного опроса родителей (1 час);
 - обработка результатов, заполнение бланков заключений по всем учащимся, отбор группы школьников для проведения углубленной психодиагностики (в течение двух недель).

Проведение второго этапа психодиагностического обследования:

- планирование часов индивидуальной работы с проблемными учащимися, оповещение каждого учащегося и его родителей;
- составление краткого плана и программы проведения индивидуального обследования, подбор необходимых диагностических методик;
- проведение углубленного психодиагностического обследования;
- обработка данных, заполнение заключений по обследованию.

Участие в проведении психолого-медико-педагогического консилиума по результатам адаптации пятиклассников; реализация решений консилиума.

Психологическая развивающая работа по повышению уровня готовности к переходу в среднюю школу. Это собственно психологическая работа на этапе адаптации и ведется именно психологическими средствами - формирование и развитие определенных психических процессов и навыков в ходе специально организованной деятельности. Возможны различные формы организации развивающей работы. Их выбор зависит от профессионального уровня психолога. Наиболее эффективной с точки зрения психологических результатов, и наиболее экономичной является групповая форма работы.

Насколько легко и быстро младший подросток приспособится к условиям средней школы, зависит от всех участников образовательного процесса.

Профилактика школьной дезадаптации должна быть важным направлением в работе классных руководителей и школьной социально-психологической службы. На этапе перехода учащихся из начальной школы в среднюю,

педагогическому коллективу предстоит решать следующие задачи: Создание условий для успешной адаптации детей к школе (формирование ученического коллектива, выработка единой системы обоснованных, последовательных требований, установление норм взаимоотношений детей со сверстниками, преподавателями и другими сотрудниками школы и т.п.).

Повышение уровня психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению. Адаптация учебной программы, нагрузки, образовательных технологий к индивидуальным возможностям и потребностям учащихся 5-х классов. Здесь необходимо отметить важность взаимодействия классного руководителя, социального педагога, психолога и школьной медсестры, которое имеет своей целью совместное выявление проблем, возникающих у учащихся или группы учащихся в поведении, прогнозировании развития личности учащегося и его поведенческих проявлений, организацию работы по профилактике и коррекции дезадаптации в поведении учащихся.

Классный руководитель является связующим звеном в комплексной группе специалистов по организации профилактической и коррекционной работы с учащимися, владеет первичной информацией об учащихся, организует работу по профилактике и коррекции дезадаптивного поведения учащихся. Социальный педагог изучает жизнедеятельность учащихся вне школы, поддерживает учащихся, попавших в экстремальные ситуации, организует взаимодействие с центрами психологической поддержки и реабилитации подростков. Психолог изучает личность учащегося и коллектива класса, анализирует процесс протекания адаптации учащегося к школе, выявляет дезадаптированных учащихся, изучает взаимодействие детей со взрослыми и сверстниками, выявляет интересы, склонности и способности учащихся, осуществляет психологическую поддержку нуждающихся в ней учащихся. Подбирает диагностические методики для организации профилактической и коррекционной работы. Школьная медсестра исследует физическое и психическое здоровье учащихся, организует помощь детям, имеющим проблемы со здоровьем, разрабатывает рекомендации педагогам по организации работы с учащимися, имеющими различные заболевания.

Таким образом, основными направлениями работы по адаптации учащихся 5-х классов к обучению в среднем звене должны быть:

- социально-педагогическая и психологическая диагностика;
- консультативная работа с педагогами и родителями;
- методическая работа;
- профилактическая работа;
- коррекционно-развивающая работа;
- аналитическая работа.

2 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ 5-х КЛАССОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

2.1 Диагностика адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы

В соответствии с планом исследования в ходе констатирующего эксперимента проводилась диагностика адаптации учащихся 5-х классов к переходу в среднее звено. В эксперименте участвовали учащиеся четырех 5-х классов СОШ № 5 города Павлодара. Всего участвовало 97 учащихся 5-х классов.

Констатирующий эксперимент: была составлена программа диагностики и выбраны методики для диагностики адаптации учащихся 5-х классов к переходу в среднее звено. Диагностика адаптации учащихся 5-х классов к переходу в среднее звено проводилась в сентябре-октябре (в начале месяца) 2014 года.

Методики, использованные для диагностики адаптации учащихся 5-х классов, к переходу в среднее звено следующие:

- анкета незаконченных предложений;
- методика изучения мотивации учащихся при переходе в основную школу;
- какие предметы для тебя самые трудные;
- индивидуальная карта учащегося;
- анкета наблюдение за учебной деятельностью и поведением ученика на уроке;
- Тест уровня школьной тревожности Филлипса.

Результаты психологического исследования социально-психологической адаптации учащихся 5-х классов.

Результаты проведенного исследования по методике « Индивидуальная карта учащихся»:

1. Произвольность психических процессов. Умение самостоятельно организовать выполнение учебного задания: - средний уровень (75%).

Сосредоточенность и поддержание внимания на учебной задаче (наблюдение) - средний (72%).

2. Развитие мышления: владение приемами понятийного мышления - средний (78%).

Выполнение логических операций: выделение существенных признаков, обобщение, классификация, аналогии и др. (психодиагностика) - средний уровень (74%).

Систематизация и перенос учебных знаний и навыков с одного явления, учебного предмета на другой: (педагогическое наблюдение) - средний уровень (76%).

3. Развитие речи: грамотность и богатый словарный запас устной речи - средний уровень (74%).

Владение сложноподчиненными конструкциями в письменной и устной речи, связность речи (наблюдение, психодиагностика) - средний уровень (74%).

4. Развитие тонкой моторики:

Понятность, аккуратность письма (при наличии данной проблемы - работать с педагогом) - средний уровень (70%).

5. Умственная работоспособность и темп учебной деятельности:

Способность работать в одном темпе со всем классом (психодиагностика, наблюдение) – высокий уровень (90%).

6. Мотивационная сфера: Позитивное отношение к школе - высокий уровень (90%).

Сохранность познавательных мотивов учебной деятельности - повышенный уровень (80%).

Ориентация на самостоятельное получение знаний - средний уровень (75%).

Понимание смысла "учение для себя" (психодиагностика, наблюдение) - средний уровень (75%).

7. Особенности поведения:

Поведенческая саморегуляция: умение сдерживать непроизвольные эмоции и желания, принятие и соблюдение классных и школьных социальных и этических норм (наблюдение) - повышенный уровень (80%).

8. Особенности общения со сверстниками:

Способность к установлению дружеских отношений и их поддержанию - повышенный уровень (85%).

Принятие коллективом класса (социометрия) - повышенный уровень (85%).

9. Особенности общения с педагогами:

Способность самостоятельно установить адекватное взаимодействие с педагогом: - высокий уровень (90%).

10. Эмоциональное состояние:

Адекватность переживаний, школьная и личностная тревожность - в норме (100%), эмоциональная устойчивость (наблюдение, психодиагностика) - в норме (81,4%).

11. Отношение к себе:

Позитивная Я-концепция, устойчивая адекватная самооценка (психодиагностика) - норма (85%).

Результаты проведенной с учащимися 5-х классов анкеты «Незаконченные предложения»:

За время адаптации 5-х классов была проведена анкета «Незаконченные предложения», которая давала информацию о мотивации учения учащихся, об адекватности помощи ученикам, о преобладающем стиле оценочной деятельности педагога и формирование самооценки родителями их детей.

В анкетировании приняли участие 97 учащихся 5-х классов, получены следующие результаты:

1. В нашей школе мне больше всего нравится:

- учиться, уроки - 63%;
- учительница - 51%;
- наш класс - 37%;
- столовая - 9%;
- спортзал - 11%.

2. Я больше всего люблю уроки:

Математика - 66%, русский язык - 37%, русская словесность - 37%, иностранный язык - 23%, казахский язык - 30%, история-11%, физкультура -46% и технология - 43%, в равной степени учащиеся перечисляют все предметы.

3. Часто ли тебе нужна дополнительная помощь в подготовке домашних заданий?

- да - 17% (6);
- нет - 46%;
- иногда - 37%.

Напиши, кто тебе помогает - помогают в основном родители.

4. Моя учительница часто говорит, что я – молодец - 20%, умница - 17%, способный - 23%, надо стараться - 26%.

5. Мои родители говорят о школе:

- часто - 69%;
- редко - 31%;
- никогда - 0.

6. Мои родители о моей учебе в школе говорят, что я:

- могу учиться лучше - 46%;
- учись, тебе пригодится - 31%;
- молодец - 23%.

7. Когда я думаю о 5-м классе, то стало:

- интересно - 31%;
- с радостью иду в школу - 54%;
- мне нравится - 26%;
- что будет трудно - 17%.

Выводы по результатам проведенной методики «Незаконченные предложения»:

- у 63% учащихся высокая мотивация учения;
- 17% учащихся нуждаются в помощи, имеющие проблемы в учении;

- 60% учащихся отмечают, что похвала, является преобладающим стилем оценочной деятельности педагога относительно каждого ученика, что влияет на адекватную самооценку ученика;

- 69% учащихся отмечают, что родители положительно относятся к школе и активно принимают участие в формировании адекватной самооценки сына или дочери;

-83% учащихся показывают положительную эмоциональную готовность к переходу в среднюю школу.

Результаты методики изучения мотивации учащихся 5-х классов при переходе в основную школу:

За период адаптации 5-х классов была проведена анкета на изучение мотивации учения учащихся. В анкетировании приняли участие 97 учащихся, получены следующие результаты:

1. Я стараюсь учиться лучше, чтобы...

- а) получить хорошую отметку - 71%;
- б) наш класс был лучшим - 34%;
- в) принести больше пользы людям - 20%;
- г) получать впоследствии много денег - 14%;
- ж) меня хвалили родители - 29%;
- к) я больше знал и умел - 66%.

2. Я не могу учиться лучше, так как...

- е) не могу заставить себя делать это - 31%;
- ж) мне трудно усвоить учебный материал - 31%;
- з) я не успеваю работать вместе со всеми - 34%;

3. Если я получаю хорошую отметку, мне больше всего нравится то, что ...

- а) я хорошо знаю учебный материал - 49%;
- в) я буду считаться хорошим учеником - 34%;
- г) мама будет довольна - 71%;
- д) учительница будет рада - 40%;
- з) я не буду тянуть класс назад - 51%.

4. Если я получаю плохую отметку, мне больше всего не нравится то, что...

- а) я плохо знаю учебный материал - 49%;
- б) я буду считаться плохим учеником - 34%;
- в) товарищи будут смеяться надо мной - 0;
- г) мама будет расстроена- 80%;
- д) учительница будет недовольна - 51%.

Выводы на основании результатов проведенной методики изучения мотивации учащихся 5-х классов при переходе в среднюю школу:

- у 71% учащихся высокий уровень мотивации учения, т.к. они учатся, чтобы получить хорошие знания;

- 31% учащихся мешает учиться лень, не могут заставить себя учиться, поэтому родителям надо усилить контроль за своими детьми;

- 31% учащихся трудно осваивать материал, поэтому учителям обратить внимание на индивидуальную работу с этими учащимися;

- 34% учащихся не успевают работать вместе со всеми, значит учителям пересмотреть темп ведения урока;
- 49% учащихся осознают, что знание материала влияет на его отметку;
- 80% учащихся заботятся о состоянии своих родителей за полученную отметку.

Результаты проведенной анкеты на изучение трудностей в учебе учащихся. В анкетировании приняли участие 97 учащихся, получены следующие результаты:

Результаты опроса анкеты наблюдения за учебной деятельностью и поведением ученика на уроке:

1. Знания, полученные в 1-4-м классах хорошие - 80%;
Знания, полученные в 1-4-м классах плохие (слабые) - 20%;
Учится с интересом - 52%;
Учится без интереса - 48%;
Спокойный, уверенный в себе - 72%;
Тревожный, неуверенный - 28%;
На уроке дисциплинирован, внимателен - 72%;
Недисциплинирован, невнимателен - 28%;
Сильный ученик - 32%;
Слабый ученик - 28%;
Общителен - 84%;
Нелюдим - 16%;
Неконфликтен - 32%;
Конфликтен - 24%.
2. Какие трудности ты испытываешь сегодня в учебе:
 - не знаю, как учить параграф - 2%;
 - не могу организовать себя на уроке - 10%;
 - испытываю большие трудности в пересказе параграфа - 15%;
 - нуждаюсь в дополнительной помощи родителей - 20%;
 - не могу организовать себя на уроке - 3%;
 - очень устаю в школе, не остается времени и сил на выполнение домашнего задания - 14%;
 - вопросы учителя слишком трудные - учащиеся отвечают отрицательно:
 - не успеваю осваивать новый материал на уроке - 9%;
 - очень высокие требования учителей - 14%;
 - испытываю большие трудности в пересказе параграфа - 9%;
 - не понимаю объяснения учителем нового материала - 9%;
 - учитель больше спрашивает, чем объясняет - 3%;
 - не успеваю запомнить новый материал, сразу после объяснения учитель спрашивает - 6%;
 - не привык к учителям - 9%;
 - нуждаюсь в дополнительной помощи учителя - 14%;
 - нуждаюсь в дополнительной помощи родителей - 60%.

Выводы: по результатам анкетирования видно, что все дети не испытывают трудностей в учебе, лишь единицам нужна индивидуальная помощь учителя и 60% учащихся нужна помощь родителей.

Проведена анкета на изучение трудностей в учебе учащихся «Какие предметы для тебя самые трудные?»

В анкетировании приняли участие 97 учащихся, получены следующие результаты:

- 46% учащихся отмечают, что самый трудный предмет - история, потому что сложные, длинные параграфы, казахский язык - 12%, английский язык - 10%.

- 43% учащихся чувствуют особую тревогу на уроке информатики, что могут получить не только тройку, но и двойку, т.к. предмет новый и трудно дается;

- 26% учащихся считают, что уроках информатики задают особенно много домашних заданий и 20% учащихся на уроках истории;

- 9% учащихся мешает учиться лень и 6% учащихся, когда сложные темы;

- 46% учащихся помогают учиться учителя, 57% родители и 31% учащимся помогает интернет;

- 54% учащимся нужно учить, чтобы повысить свою успеваемость;

- 71% учащихся считают основной целью своей учебы - получить хорошее образование и 29% учащихся, чтобы была хорошая работа;

Выводы: обратить особенное внимание на предметы истории и информатики, казахского и английского языка, учителям данных предметов пересмотреть свои требования на уроках к учащимся.

Результаты исследования тревожности по «Тесту уровня школьной тревожности Филлипса», выявление уровня самооценки, а также проявление агрессии и страха отражены на рисунках 1, 2, 3, 4 и Приложении А, Б, В, Г, Д.

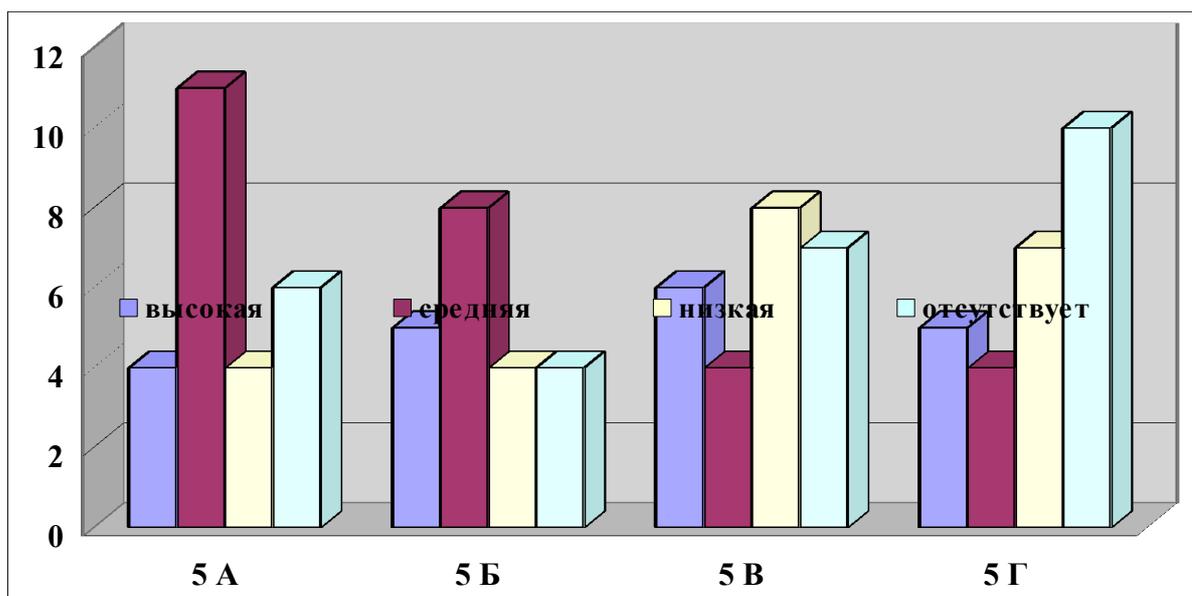


Рисунок 1- Проявление уровней тревожности по классам

В процессе диагностики мы выявили, что количество тревожных детей в классах колеблется от 4 до 6 человек. Это значительно меньше, чем детей с низким уровнем тревожности, отсутствием признаков тревожности и средним уровнем тревожности. Дети с высоким уровнем тревожности - всего 20 человек по параллели, входят в группу риска, и нуждаются в коррекционно-развивающей работе. Дети со средним уровнем тревожности в основном чувствуют себя комфортно, тревожиться начинают ситуативно, чаще всего это связано с изменением привычных условий. Такие дети нуждаются в поддержке со стороны взрослых или развивающей работе с психологом, но лишь по собственному желанию или желанию родителей.

При работе с тревожными детьми следует:

- дать ребенку выговориться, поделиться страхом, тревогой;
- рисовать и разыгрывать пугающие ситуации;
- создать ситуацию успешности, компетентности;
- дать выход активности и агрессии ребенка;
- успокоить родителей;
- поделиться с ними информацией о состоянии ребенка, его тревоге.

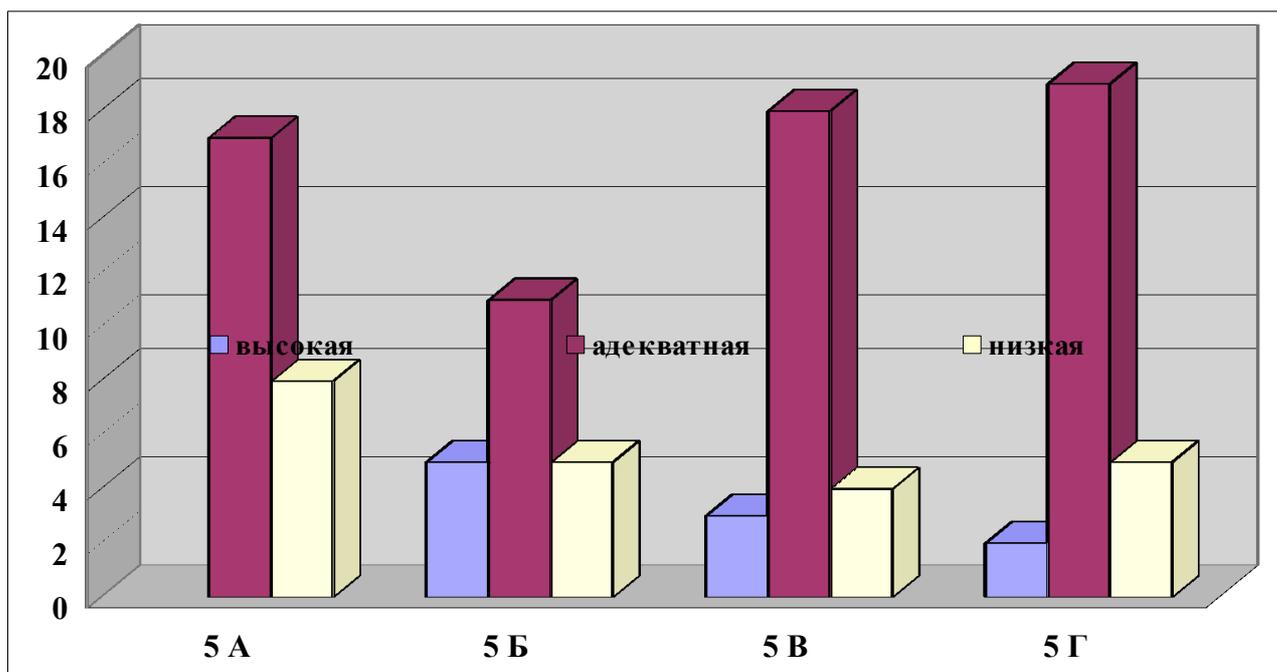


Рисунок 2 - Проявление уровней самооценки по классам

При диагностике уровней самооценки, мы установили, что во всех классах преобладают дети с адекватной самооценкой, дети с высокой и низкой самооценкой составляют меньшую часть от общего количества детей, как по классам, так и в параллели. Преобладание детей с адекватной самооценкой будет способствовать процессу воспитательной работы с детскими коллективами, а учащиеся с низкой самооценкой являются группой риска и с ними будет проведена коррекционно-развивающая работа. Дети с высокой

оценкой будут нивелироваться в процессе воспитательной работы или по запросу родителей в процессе работы с психологом.

При низкой самооценке:

- не сравнивайте ребенка с другими детьми - сравнивайте его с самим собой (каким он был раньше, неделю назад, что-то он научился делать, чего раньше не умел, что-то стал делать лучше ...);

- не перехваливайте ребенка, но и не забывайте хвалить его, когда он этого заслуживает;

- поощряйте и наказывайте ребенка за его дела и поступки, не касаясь при этом его личности;

- не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка, если что-то у них получилось лучше, подчеркивая при этом, что и Ваш ребенок может достичь этого;

- показывайте своим примером адекватное отношение к своим успехам и неудачам;

- поощряйте в ребенке инициативу.

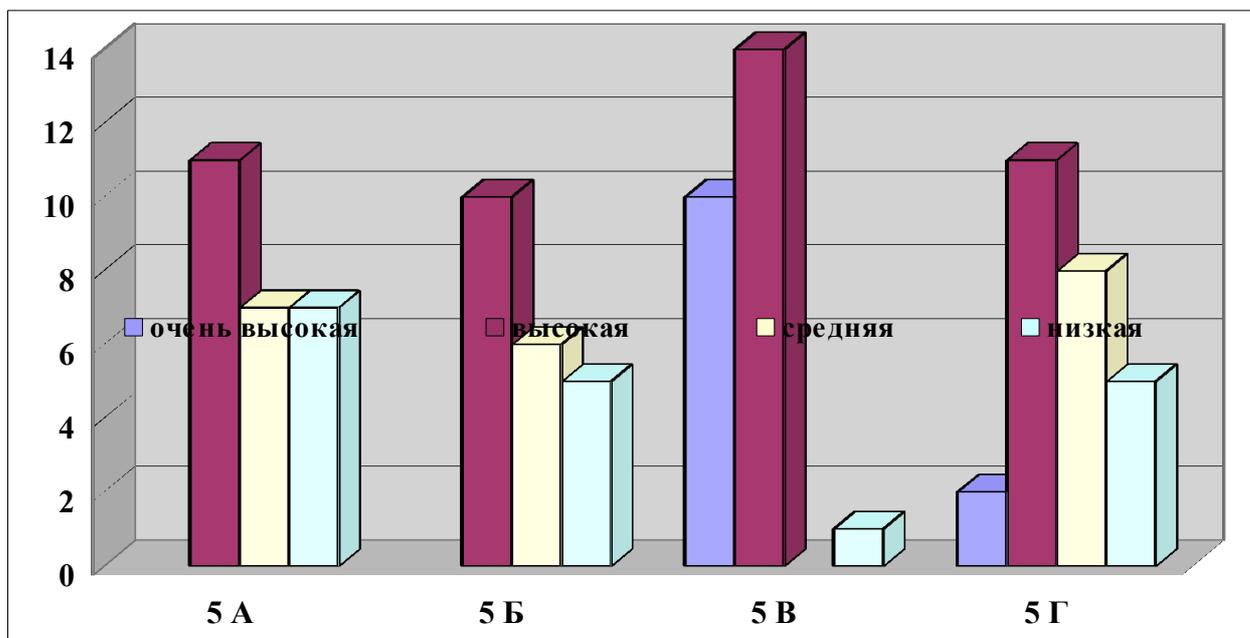


Рисунок 3 - Проявление уровней мотивации по классам

При диагностике уровней мотивации мы установили, что в «А» и «Б» классах отсутствуют дети с высоким и очень высоким уровнем мотивации, преобладают дети со средним и низким уровнями мотивации. В классах «В» и «Г» преобладают дети с очень высоким и высоким уровнями мотивации. В коррекционно-развивающей работе нуждаются 18 учащихся с низким уровнем учебной мотивации. Педагогам особое внимание следует уделять учащимся с очень высоким уровнем учебной мотивации. Такие дети могут нестандартно мыслить, самостоятельно вести поиск знаний, предъявляют к себе и другим высокие требования, поэтому нуждаются в индивидуальном подходе и педагогическом сопровождении.

Рекомендации для учителей:

Мотивация – это готовность что-либо делать.

Воспитывайте интерес в детях, предоставляя им возможность изучать и узнавать свои интересы.

Способствуйте зарождению новых идей у детей как во время учебных так общественных мероприятий.

Ставьте перед детьми краткосрочные задачи и цели, так как дети перегружаются сложными задачами и не знают, что им делать.

Помогите ребёнку организовать своё время.

Помогите ребёнку взять свои результаты под контроль.

Хвалите ребенка за его усилия.

Помогите ребёнку найти связь между учебой в школе и его интересами.

Связывайте домашние задания ребёнка с его интересами.

Помните, что достижение - это ещё не мотивация.

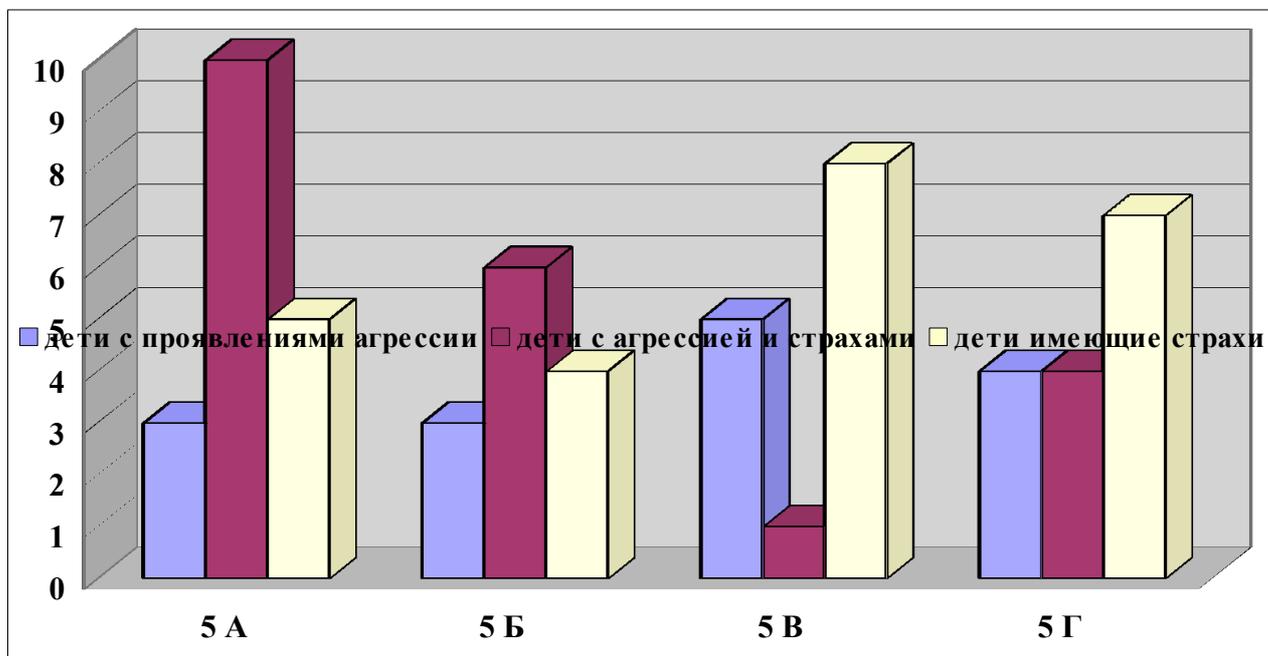


Рисунок 4 - Проявление агрессии и страхов по классам

В процессе диагностики агрессии при помощи проективных методик в параллели выявлено с агрессивным поведением - 15 учеников, с признаками агрессивного поведения и страхами - 21 ученик, с признаками проявления страха - 21 ученик. Учитывая, что проявление агрессии среди пятиклассников возросло, также увеличилось число детей со страхами, по сравнению с предыдущими годами, то по данным показателям не уместно создавать отдельные группы для коррекции данных психических состояний, а следует организовать коррекционно-развивающие тренинги во всех пятых классах.

2.2 Организация опытно-экспериментальной работы по психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы

Следующим этапом опытно-экспериментальной работы была организация и проведение формирующего эксперимента с учащимися 5-х классов по психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации в условиях средней общеобразовательной школы. Формирующий эксперимент проводился с учащимися 5-х классов (97 человек). Была разработана и в ходе формирующего эксперимента апробирована адаптационная программа учащихся 5-х классов к средней школе. Программа проводилась в течение трех месяцев.

Адаптационная программа

Социальная адаптация рассматривается как приспособление индивида к условиям социальной среды, является одним из основных социально-психологических механизмов социализации личности, который включает в себя и принятие индивидом социальной роли.

Социальная адаптация включает:

1. Адекватное восприятие окружающей действительности и самого себя.
2. Спешное общение и адекватное отношение с окружающими.
3. Способность к труду, обучению и организации досуга и отдыха.
4. Способность к самообслуживанию и самоорганизации.
5. Изменчивость поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями.

Ситуация новизны всегда является для человека в той или иной степени тревожной. Учащийся же переживает, в каких условиях эмоциональный дискомфорт из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса. Такое состояние часто сопровождается внутренней напряженностью, иногда затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных решений. Достаточно длительное психологическое напряжение может закончиться школьной дезадаптацией, и учащийся становится невнимательным, безответственным, отстает в учебе, быстро утомляется и уже не хочет идти в школу. Адекватное восприятие учащимся своего школьного окружения весьма затрудняется. Если у него высок уровень личной и школьной тревожности осложняется сам процесс учения. Вне зависимости от того, в каких условиях начинается учебный год, процесс адаптации у учащихся происходит всегда. Поэтому смысл адаптационного периода в школе состоит в том, чтобы обеспечить его естественное протекание и благополучные результаты. В связи с этим можно выделить основные направления работы по адаптации учащихся к новой школьной жизни:

1. Психологическая диагностика.
2. Консультативная работа с педагогами и родителями.
3. Методическая работа.
4. Профилактическая работа.
5. Коррекционно-развивающая работа.
6. Аналитическая работа.

Психологическая диагностика позволяет определить уровень тревожности у учащихся. В зависимости от его уровня проводились мероприятия, которые помогают снять его или понизить.

Консультативную работу можно подразделить на 2 этапа:

1. Преемственность младшей и средней школы.
2. Консультации с учителями предметниками.

Методическая работа включает в себя проведение психологических и тематических классных часов, позволяющих формировать коммуникативные навыки, навыки позитивного общения, умение выстраивать отношения со сверстниками и окружающими людьми.

Психологические классные часы:

- «Азбука общения»;
- «В поисках дружбы»;
- «Какой у нас коллектив»;
- «Язык доверия».

Тематические классные часы сводятся к знакомству с новой системой обучения, формированию у учащихся положительной нравственной оценки себя и своего коллектива.

Тематические классные часы:

- «Первый раз в 5 класс»;
- «Мы выбираем, нас выбирают»;
- «Настоящий друг»;
- «Учимся сотрудничать».

Работа на классных часах организуется по примеру тренинговых групп так, чтобы у учащихся была возможность работать как со всем классом, так и в микрогруппах с постоянно меняющимся составом, использовали ролевые игры.

Профилактическая и коррекционно-развивающая работа проводится на классных часах в виде работы тренинговой группы. Занятие представляет собой упражнения по определенной тематике.

Аналитическая работа проводилась по завершению программы. Она позволяет выявить учащихся для дальнейшей индивидуальной работы.

Важно учитывать динамику адаптационного периода. Она проходит 3 уровня:

1. Эйфория. Для этого уровня характерен высокий уровень психологического комфорта. В это время большинство учащихся воспринимают новые задачи и требования предъявляемой школой. Длится он 2-3 недели. Дальше позитивный настрой обычно снижается.

2. Стабильность. Это уровень, когда «накатывает» школьная рутина. Здесь выделяются учащиеся, чей потенциал был исчерпан на первом уровне. Им становится неинтересно, но не, потому что изучаемый материал является сложным, а потому что знания приобрели рутинный характер. Длится он 2-3 недели.

Анализ. Переход на индивидуальную работу. Она длится весь год.

Одновременно адаптационная программа велась в 3-х направлениях:

- Работа с детьми.

- Работа с родителями.
- Работа с учителями.

Работу с родителями предполагается проводить в виде психологических тренингов. Они очень продуктивны, и позволяют построить партнерские отношения со своими детьми и с коллективом учителей. И второй вид работы - это лекции по адаптации учащихся к школе.

Работа с учителями включает в себя:

- Преемственность начальной школы.
- Психологические тренинги. Работа в группах.

Этапы проведения программы:

Сентябрь.

1. Провести диагностику класса (социометрия, тест на тревожность).
2. Классные часы.

Цель: Сформировать коммуникативные навыки позитивного общения. Умения выстраивать отношения со сверстниками.

Таблица 2 - Темы классных часов

Темы классных часов	Цель классных часов
Первый раз в 5 класс	Познакомиться с классным руководителем, новыми предметами, определить мотивацию к учебе, адаптировать к новой системе обучения.
Мы выбираем, нас выбирают	Выявить устойчивые группы лидеров, распределить поручения между учениками. Сформировать у учащихся положительные нравственные оценки своего коллектива.
Азбука общения	Сформировать коммуникативные навыки, навыки позитивного общения, ознакомить с основными правилами общения, формировать положительную нравственную оценку таких качеств, как тактичность, доброжелательность. Терпимость к мнению других, развивать умение слушать, понимать, сопереживать.
В поисках дружбы (психологическая игра)	Диагностика группового взаимодействия умения выстраивать отношения со сверстниками. Определить лидерский потенциал в классе. Создание ситуации сотрудничества, взаимоподдержки.

3. Родительское собрание.

Цель: знакомство с родителями учащихся 5 класса. Сформировать у родителей представление об адаптационном периоде учащихся 5 класса. Выявить проблемы воспитания, которые волнуют родителей.

4. Проведение психологических занятий с учащимися 5 класса. Занятия проводятся малыми группами с тревожными учащимися.

Октябрь.

1. Классные часы.

Цель: сформировать навыки позитивного общения, умения понимать себя и других. Пробудить у учащихся интерес к самопознанию, самовоспитанию; формировать положительную оценку способствовать самоорганизации, самодисциплине учащихся.

Таблица 3 - Темы классных часов

Тема классных часов	Цель классного часа
Какой у нас коллектив?	Определить степень удовлетворенности учащихся своим коллективом.
Язык доверия	Проанализировать отношение к самому себе, освоить «Язык доверия» к окружающим людям.
Настоящий друг	Углубить представление детей об общечеловеческих ценностях.
Учимся сотрудничать	Данный классный час представляет собой практическое занятие. Расширить представление детей о моральном климате в коллективе.

2. Проведение семинара для классных руководителей 5-х классов и учителей предметников (материал для проведения семинаров с учителями представлен в приложении Е).

Параллельно с учащимися 5-х классов проводились тренинговые занятия, один раз в неделю, в течение трех месяцев (приводим три занятия для примера, остальные занятия в приложении Ж).

Программа тренинговых занятий для учащихся 5-х классов

1. Рекомендуемое число участников: 12-15 учеников.

2. Время проведения: 1,5 часа.

1 занятие

Материалы: Раздаточный материал.

Приветствие - 5 мин.

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйтесь», «Салем» и т.д.

Правила работы в тренинговой группе.

Знакомство с правилами работы в группе.

Знакомство - 10 мин.

Упражнение 1. Нить Ариадны - 5 мин.

Посадите детей в один большой круг. Одному из них предлагается взять в руки клубок ниток и начать рассказывать о себе все то, что ему/ей придет на ум. Например, как его зовут, чем больше всего любит заниматься, кого любит, что у него лучше всего получается. Время на рассказ - 1 минута. Когда этот участник расскажет о себе, он зажимает конец нити в руке и бросает клубок тому, кто сидит напротив него. Если кто-то не хочет ничего рассказывать, он просто берет нить в руку, а клубок перебрасывает следующему. Так клубок передается от одного к другому, и все ребята становятся запутанными. Следующая задача - распутать паутину. Для этого нужно вернуть клубок предыдущему участнику, называя его по имени и пересказывая его рассказ о себе. Игра заканчивается, когда клубок вернется к тому, кто начинал.

Упражнение 2. А у нас в квартире газ, а у вас? - 10 мин.

У каждого должна быть бумага и карандаш. Разбейте детей на тройки или четверки, и пусть каждая группа составит список качеств или предметов, объединяющих всех. Может в этом списке будет информация о том, что у всех есть старший брат, или одинаковый цвет глаз, или любимое занятие, любимая еда. Побеждает та команда, которой удастся за 5 минут записать больше подобных признаков.

Упражнение 3. Чепуха - 15 мин.

Игроки должны разделиться на пары, каждой из которых вручается длинная полоска бумаги. Один участник пишет в ее начале любую фразу, открывая этим будущий рассказ, а потом заворачивает край, чтобы его высказывание не было видно, и передает следующему игроку. Тот тоже записывает свою мысль и заворачивает ее. Таким образом, и идет игра, а в конце ее группа определяет, чей чепуховый рассказ интереснее и смешнее.

Упражнение 4. Гомеостат - 10 мин.

Участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает правую руку в кулак, и по команде ведущего все "выбрасывают" пальцы. Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники независимо друг от друга выбросили одно и то же число. Участникам запрещено договариваться, перемигиваться и другими "незаконными" способами пытаться согласовывать свои действия. Для того чтобы предоставить друг другу возможность оценить обстановку и учесть ее в последующем такте игры, участники после каждого "выбрасывания" фиксируют на какое-то время положение своих растопыренных пальцев. Достаточно простое упражнение, которое поможет сформировать навыки межличностной совместимости - взаимного приятия партнеров по общению и совместной деятельности, основанных на оптимальном сочетании - сходстве или взаимодополняемости - ценностных ориентации, социальных установок, интересов, мотивов, потребностей, характеров, темпераментов, темпа и ритма психофизиологических реакций и прочих значимых для межличностного взаимодействия индивидуально-психологических характеристик.

Упражнение 5. Пальцы - 10 мин.

Участникам группы следует удобно расположиться в креслах или на стульях, образуя круг. Переплести пальцы положенных на колени рук, оставив большие пальцы свободными. По команде "Начали!" медленно вращать большие пальцы один вокруг другого с постоянной скоростью и в одном направлении, следя за тем, чтобы они не касались друг друга. Сосредоточить внимание на этом движении. По команде "Стоп!" прекратить упражнение.

Упражнение позволяет проследить работу внимания "в чистом виде" благодаря бессмысленности верчения пальцев. Для многих задание оказывается трудным из-за того, что объект сосредоточения слишком необычен. Если участник быстро засыпает во время упражнения (ни в коем случае не мешайте ему и не позволяйте мешать другим!), то в будущем этот прием можно будет использовать для успокоения. Некоторые участники будут испытывать необычные ощущения: увеличение или отчужденность пальцев, кажущееся изменение направления их движения. Вероятно, они окажутся способными к самовнушению. Кто-то будет чувствовать сильное раздражение или

беспокойство. Постарайтесь понять причину этих явлений. Практически она всегда находится за пределами занятий. Если участнику становится очень смешно, и он не может нормально работать, позвольте ему смеяться сколько угодно: смех защищает от тревоги. При выполнении упражнения требуется одно, а происходит обычно другое. Нужно сосредоточиться на выполняемом движении, но в какой-то момент участник вдруг обнаруживает, что думает о чем-то постороннем.

Упражнение 6. Я тебе открою тайну - 5 мин.

Все рассаживаются в один общий круг, а ведущий, обходя его, предлагает всем вытянуть жребий - листочек, на котором написано имя одного из участников. Оно не разглашается. В течение времени до следующего занятия участникам нужно быть «тайным» другом того, чье имя досталось, а это означает делать добрые дела (по возможности тайно и незаметно) и сюрпризы. Если это сюрприз вызывает у участника радость или улыбку, то «тайный» друг может записать себе 1 балл. На следующем занятии, все участники должны угадать: кто чьим другом был? Сколько приятных минут подарил? Сколько баллов набрал? И таким образом выявляется имя победителя. Можно предложить переходящий вымпел «Лучшего тайного друга».

Упражнение 7. Спасибо за приятное занятие - 5 мин.

Попросите участников встать в общий круг. Предложите поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из участников становится в центр, другой подходит к нему/ней, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается и завершается церемония безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

2 занятие

Материалы: Раздаточный материал.

Приветствие - 5 мин.

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйте», «Салем» и т.д.

Упражнение 1. Прогноз погоды - 5 мин.

Каждый участник должен взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать его/ее настроению. Участнику могут показать, что у них сейчас "хорошая или плохая погода" или "штормовое предупреждение", а может быть это «солнечный день». Таким образом, каждый участник рисует состояние погоды, которое в наибольшей степени соответствует его внутреннему состоянию/настроению. После завершения все рисунки вывешиваются на доску или стену.

Упражнение 2. Нить Ариадны - 15 мин.

Посадите участников в один большой круг. Одному из них предлагается взять в руки клубок ниток и начать рассказывать о себе все то, что ему/ей придет на ум. Время на рассказ - 1 минута. Когда этот участник расскажет о себе, он зажимает конец нити в руке и бросает клубок тому, кто сидит напротив него. Если кто-то не хочет ничего рассказывать, он просто берет нить в руку, а клубок перебрасывает следующему. Так клубок передается от одного к другому, и все ребята становятся запутанными. Следующая задача – распутать паутину. Для этого нужно вернуть клубок предыдущему участнику, называя его по имени и пересказывая его рассказ о себе. Игра заканчивается, когда клубок вернется к тому, кто начинал.

Упражнение 3. Словесный бой - 10 мин.

Участники должны разделиться на две команды. Каждой команде вручается листочек бумаги и карандаш. Суть игры в том, чтобы составить из какого-нибудь длинного слова как можно больше новых слов обязательно существительных в единственном числе и именительном падеже.

Упражнение 4. Угадай «Кто Я» - 20 мин.

Каждый участник должен приготовить описание своей личности в форме загадки, то есть написать, каким он видит самого себя. Ведущий предлагает загадку, такого типа написать каждому участнику. Она может быть, например, следующего содержания: «Я девочка. У меня длинные волосы и зеленые глаза. Я очень люблю рисовать...». Каждая загадка должна завершаться вопросом: «Догадайся, кто я?». На составление дается около 2-3 минут, а когда время заканчивается ведущий дает сигнал, и по нему все дети складывают листки со своими загадками в одну большую коробку, листки перемешиваются. Ведущий пускает эту коробку по кругу, каждый достает из нее первый попавшийся листок с загадкой. Участник зачитывает текст, содержащийся на листке, и пытается угадать, о ком идет речь. Если играющий не может справиться с этим, то обращается за помощью к остальным, и тогда уже все пытаются угадать. Если кому-то достанется свой листок с текстом, то он должен положить его обратно в коробку, потому что в этом случае загадки не получается.

Упражнение 5. Недотроги - 15 мин.

Ведущий раздает каждому участнику 5-8 карточек, на каждой из которых написано какое-нибудь положительное качество. В качестве карточек лучше использовать стикеры, которые можно прилепить на одежду, а затем снять. По сигналу ведущего дети стараются закрепить на спинах других детей все карточки. По следующему сигналу ведущего дети прекращают игру и обычно с большим нетерпением снимают со спины «добычу». На первых порах, конечно, случается, что не у всех играющих оказывается много карточек, но при многократном повторении игры и после проведения обсуждений ситуация меняется. Во время обсуждения можно спросить у участников, приятно ли получать карточки. Затем можно спросить, что приятнее: дарить хорошие слова другим или получать их самому. Как правило, дети говорят, что нравится и дарить, и получать. Тогда ведущий может обратить их внимание на тех участников, которые совсем не получили карточек или получили совсем мало. Обычно эти участники признаются, что они с удовольствием дарили, но им бы

тоже хотелось получить в подарок карточку. Чаще всего, при повторном проведении игры «отверженных» участников не остается.

Упражнение 6. Коллективный счет - 10 мин.

Участники стоят в кругу, опустив голову, и естественно не глядя друг на друга. Задача группы - назвать по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия:

- никто не знает, кто начнет счет, и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально и невербально);
- нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд;
- если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начать с единицы.

Общей целью группы становится увеличение достигнутого числа на последующих занятиях при уменьшении количества попыток. Ведущий фиксирует результаты группы на каждом занятии.

Упражнение 7. Я тебе открою тайну - 5 мин.

Все рассаживаются в один общий круг. На этом занятии, все участники должны угадать: кто чьим другом был? Сколько приятных минут подарил? Сколько баллов набрал? И таким образом выявляется имя победителя. Победителю вручается переходящий выпел «Лучшего тайного друга». Далее ведущий, обходя круг, снова предлагает всем вытянуть жребий – листочек, на котором написано имя одного из участников. В течение времени до следующего занятия участникам нужно быть «тайным» другом того, чье имя досталось.

Упражнение 8. Спасибо за приятное занятие - 5 мин.

Попросите участников встать в общий круг. Предложите поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из участников становится в центр, другой подходит к нему/ней, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается и завершается церемония безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

3 занятие

Материалы: Раздаточный материал.

Приветствие - 5 мин.

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйте», «Салем» и т.д.

Упражнение 1. Прогноз погоды - 5 мин.

Каждый участник должен взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать его/ее настроению. Участнику могут показать, что у них сейчас "хорошая или плохая погода" или "штормовое

предупреждение", а может быть это «солнечный день». Таким образом, каждый участник рисует состояние погоды, которое в наибольшей степени соответствует его внутреннему состоянию/настроению. После завершения все рисунки вывешиваются на доску или стену.

Упражнение 2. Нить Ариадны - 15 мин.

Посадите участников в один большой круг. Одному из них предлагается взять в руки клубок ниток и начать рассказывать о себе все то, что ему/ей придет на ум. Время на рассказ – 1 минута. Когда этот участник расскажет о себе, он зажимает конец нити в руке и бросает клубок тому, кто сидит напротив него. Если кто-то не хочет ничего рассказывать, он просто берет нить в руку, а клубок перебрасывает следующему. Так клубок передается от одного к другому, и все ребята становятся запутанными. Следующая задача - распутать паутину. Для этого нужно вернуть клубок предыдущему участнику, называя его по имени и пересказывая его рассказ о себе. Игра заканчивается, когда клубок вернется к тому, кто начинал.

Упражнение 3. Словесный бой - 10 мин.

Участники должны разделиться на две команды. Каждой команде вручается листочек бумаги и карандаш. Суть игры в том, чтобы составить из какого-нибудь длинного слова как можно больше новых слов обязательно существительных в единственном числе и именительном падеже.

Упражнение 4. Таможенники и контрабандисты - 20 мин.

Один участник играет роль контрабандиста, он выходит из комнаты и почти сразу же возвращается к остальным, то есть к таможенникам. Всего он выходит из комнаты 5 раз, и при одном из возвращений (каком - он выбирает сам) у него под одеждой должен быть прикреплен конверт, содержащий небольшой предмет (например, приз для лучшего контрабандиста). Таможенники не имеют права обыскивать контрабандиста, они могут только задавать ему различные вопросы. Задача таможенников - догадаться, в какой из приходов у контрабандиста был спрятан конверт. Свои соображения каждый таможенник записывает, при этом каждый может указать только два прихода, показавшиеся наиболее вероятными. Роль контрабандиста по очереди играют несколько участников. По записям в таблицах легко выявить лучшего контрабандиста и лучшего таможенника. Лучший контрабандист и таможенник должны поделиться своими «тайнами».

Упражнение 5. Недотроги - 15 мин.

Ведущий раздает каждому участнику 5-8 карточек, на каждой из которых написано какое-нибудь положительное качество. В качестве карточек лучше использовать стикеры, которые можно прилепить на одежду, а затем снять. По сигналу ведущего участники стараются закрепить на спинах других участников все карточки. По следующему сигналу ведущего участники прекращают игру и обычно с большим нетерпением снимают со спины «добычу». На первых порах, конечно, случается, что не у всех играющих оказывается много карточек, но при многократном повторении игры и после проведения обсуждений ситуация меняется. Во время обсуждения можно спросить у участников, приятно ли получать карточки. Затем можно спросить, что приятнее: дарить

хорошие слова другим или получать их самому. Как правило, участники говорят, что нравится и дарить, и получать. Тогда ведущий может обратить их внимание на тех участников, которые совсем не получили карточек или получили совсем мало. Обычно эти участники признаются, что они с удовольствием дарили, но им бы тоже хотелось получить в подарок карточку. Чаще всего, при повторном проведении игры «отверженных» участников не остается.

Упражнение 6. Гомеостат - 10 мин.

Участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает правую руку в кулак, и по команде ведущего все "выбрасывают" пальцы. Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники независимо друг от друга выбросили одно и то же число. Участникам запрещено договариваться, перемигиваться и другими "незаконными" способами пытаться согласовывать свои действия. Для того чтобы предоставить друг другу возможность оценить обстановку и учесть ее в последующем такте игры, участники после каждого "выбрасывания" фиксируют на какое-то время положение своих растопыренных пальцев. Достаточно простое упражнение, которое поможет сформировать навыки межличностной совместимости - взаимного приятия партнеров по общению и совместной деятельности, основанных на оптимальном сочетании - сходстве или взаимодополняемости - ценностных ориентации, социальных установок, интересов, мотивов, потребностей, характеров, темпераментов, темпа и ритма психофизиологических реакций и прочих значимых для межличностного взаимодействия индивидуально-психологических характеристик.

Упражнение 7. Я тебе открою тайну - 5 мин.

Все рассаживаются в один общий круг. На этом занятии, все участники должны угадать: кто чьим другом был? Сколько приятных минут подарил? Сколько баллов набрал? И таким образом выявляется имя победителя. Победителю вручается переходящий вымпел «Лучшего тайного друга». Далее ведущий, обходя круг, снова предлагает всем вытянуть жребий - листочек, на котором написано имя одного из участников. В течение времени до следующего занятия участникам нужно быть «тайным» другом того, чье имя досталось.

Упражнение 8. Спасибо за приятное занятие - 5 мин.

Попросите учащихся встать в общий круг. Предложите поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из участников становится в центр, другой подходит к нему/ней, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается и завершается церемония безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Описание остальных тренинговых занятий приводится в Приложении Ж. После проведения формирующего эксперимента, был сделан анализ опытно-

экспериментальной работы и сделаны выводы, которые отражены в следующем параграфе.

2.3 Анализ результатов опытно-экспериментальной работы по психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы

Исследуя проблему адаптации учащихся 5-х классов к переходу в среднее звено, мы уточнили возрастные особенности данного возраста. Выявили причину трудностей учащихся возникающие в процессе обучения.

Организовали и провели констатирующий и формирующий эксперименты по психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации учащихся 5-х классов в условиях средней общеобразовательной школы.

Анализируя возрастные особенности учащихся 10-11 лет, были выявлены следующие признаками развития:

- постоянный физический рост;
- совершенствование навыков;
- осознание моральных и нравственных ценностей;
- способность сосуществовать со своими сверстниками;
- здравая позиция по отношению к самому себе.

Физическое развитие

Для детей этого возраста характерен сравнительно медленный и равномерный темп роста. Годовое увеличение роста в это время равно в среднем 4 см, веса 2 кг, окружности грудной клетки 2,2 см. Разница в физическом развитии детей разного пола в этом возрасте выражена нерезко: у мальчиков вес несколько больше, чем у девочек, но у девочек до 10-11 лет относительная длина ног к длине тела больше, чем у мальчиков.

Избыточная энергия ребенка в этом возрасте заставляет его активно действовать. Дети в этом возрасте относительно редко болеют и получают удовольствие от своей хорошей физической координации. Они ищут приключения, впечатления и физические упражнения. В ответ на внешний раздражитель, каким являются физические упражнения, развиваются и совершенствуются условно рефлекторные связи. В результате возникновения условно рефлекторных связей, обеспечивающих приспособление организма к новым предъявляемым условиям деятельности, происходят изменения морфологического и функционального характера. Эти изменения благодаря регулирующей и координирующей роли центральной нервной системы и адаптационной функции симпатической нервной системы обеспечивают слаженную деятельность всего организма, повышают его работоспособность и функциональные возможности.

Этот возраст характеризуется значительным развитием лобных долей коры головного мозга. В это время быстро развиваются анализирующая и синтезирующая функции коры головного мозга, совершенствуются двигательные центры. Все органы чувств усиленно развиваются: опорно-двигательный аппарат укрепляется; совершенствуется координация движений. Поэтому большое внимание в этом возрасте следует обращать на развитие

координации движений ребенка и формирование у него двигательных навыков. Дети в эти годы очень подвижны и любознательны, однако способность к длительному сосредоточению внимания у них невелика: они быстро утомляются.

Мышечная сила у детей этого возраста еще недостаточно высокая, средний годовой прирост ручной динамометрии у 10-11-летних мальчиков, составляет 2,2 кг. В этом периоде недопустимы упражнения, дающие детям большую силовую нагрузку или требующие выносливости.

Скелет детей содержит значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. К 10-11 годам наступает окостенение фаланг пальцев рук.

Дети этого возраста имеют относительно большую ширину просвета артерий и значительную эластичность сосудистых стенок, что создает благоприятные условия для работы сердца. Частота сокращений у детей больше (80-85 ударов в минуту), артериальное давление ниже (105/70 мм) и кровообращение совершается быстрее, чем у взрослых.

Регулирующая функция печени в отношении углеводного и жирового обмена у детей этого возраста отличается недостаточностью. Система терморегуляции функционирует недостаточно.

Для данного этапа развития ребенка имеется еще одно название - полуподростковый возраст, поскольку именно в этом возрасте начинается, так называемый, «переходной период». Происходит активная физиологическая перестройка организма, например, начинает более активно развиваться сердечно-сосудистая и половая системы, растут голосовые связки, что приводит к ломке голоса. Быстрые изменения могут стать причиной головных болей, быстрой утомляемости, и одновременно вызвать повышенную возбудимость, нервозность.

Характеризуя психическое развитие этого возраста необходимо отметить, что как и первоклассник, ребенок этого возраста также является хорошим наблюдателем, но он наблюдает внимательнее и мыслит логичнее. Он по-прежнему задает довольно много вопросов, как и дети более младшего возраста. Однако теперь он способен найти свои собственные ответы.

Ребенку в этом возрасте нравится собирать коллекции. Он будет собирать все что угодно, большое или маленькое, и не ради качества, но ради количества. Пока не исполнится одиннадцать, он не будет пытаться каким-либо образом классифицировать свою коллекцию, если конечно, взрослый не поможет ему сделать это раньше. Стремление собирать коллекции может служить образовательным целям, таким образом можно заложить основы для изучения научных предметов. Ребенок становится наблюдательнее, а при обсуждении и обмене коллекциями развиваются и улучшаются межличностные отношения ребенка.

Детям 10-11 лет нравится исследовать все, что ему не знакомо. Это могут быть новые места на экскурсиях или в походах, или такие привычные предметы, как настенные или наручные часы, или любое механическое устройство. В этом возрасте он уже может понимать законы причины и

следствия и обладает хорошим историческим и хронологическим чувством времени, пространства, месторасположения и расстояния. Ребенок в этом возрасте хорошо мыслит и лучше начинает понимать абстрактные идеи.

Так как этот возраст часто называют «золотым возрастом памяти», ребенка необходимо также поощрять запоминать, возможно, большее количество информации.

Анализ литературы свидетельствует, что определение психологического содержания возраста 10-11 лет, в контексте особенностей классических переходных периодов, представляет собой в психологии вопрос достаточно дискуссионный. Несмотря на большое количество исследований, посвященных данной проблеме, нет пока единого мнения относительно четкого определения этого периода - "переходный", "критический", "предподростковый", "подростковый". В современных работах возраст 10-11 лет понимается как первая стадия подросткового возраста (Д.И. Фельдштейн, В.И. Слободчиков, А.М. Прихожан). Кроме того, в психологии, в отличие от зарубежной, существует деление подросткового возраста на этапы (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, Д.И. Фельдштейн, В.Ф. Моргун, Н.Ю. Ткачева, Н.Ф. Полицын, А.Е. Личко).

В психологическом развитии ребенка подростковый возраст - это период, в течение которого происходит важнейший в становлении личности скачек от детства к взрослости. В процессе этого перехода, со всеми его составляющими, отмечаются сложные преобразования, выделяются психологически разные уровни, своего рода стадии развития подростка. Первый, который может быть условно назван "локально-капризным", отличается тем, что стремление 10-11-летнего ребенка к самостоятельности проявляется в потребности признания со стороны взрослых его возможностей и значения через решение, как правило, частных задач. Поэтому данный период называют локальным, а капризным потому, что в нем преобладают ситуативно-обусловленные эмоции. У одних стремление к самостоятельности проявляется в стремлении утвердить свое право быть как взрослые, добиться признания своей взрослости. У других оно заключается в жажде получить признание их новых возможностей. У третьих - в желании участвовать в разнообразных делах, наравне с взрослыми, которые носят взрослый характер и получают общественную оценку.

Исходя из выше перечисленных позиций, дети, обучающиеся в 5 классе, находятся на предкритическом этапе подросткового возраста, в младшем подростковом возрасте, а по А.Е. Личко - в предподростковом возрасте. Однако в некоторых исследованиях показано, что возрастной интервал 10-12 лет - это "ничья земля", т.е. и не младший школьник, и не подросток (Г.А. Цукерман). В научной литературе при описании этого возраста чаще всего используются понятия "пятиклассник" или "младший подросток".

Анализ психологической литературы показал, что в основе ряда исследований данного переходного возраста лежит деятельностный подход (Леонтьев А.Н., Смирнов А.А., Крутецкий В.А., Лукин Н.С., Давыдов В.В., Маркова А.К., Фельдштейн Д.И., и др.). Однако и при определении ведущей деятельности детей в период перехода из начальной школы в среднюю среди

авторов нет единого мнения. Одни авторы склонны считать ведущей деятельностью в этом возрасте учение (Божович Л.И., Маркова А.К., Крутецкий В.А., Лукин Н.С., Ломпшер И., Коссаковский А., и др.). Другие считают, что с переходом в среднюю школу общение становится ведущей деятельностью детей (Драгунова Т.В., Эльконин Д.Б., Коломинский Я.Л., Краковский А.П.). А.В. Петровский считает ведущей деятельностью рассматриваемого возраста многоплановую деятельность, а М.С. Каган - познание, переходящее в ценностно-ориентационную деятельность. Как одно из направлений этих представлений можно считать выделение развернутой общественно-полезной деятельности подростка в качестве ведущей (Фельдштейн Д.И., Тайчинов М.Г., Петров В.А., и др.).

Переход от детства к отрочеству характеризуется появлением своеобразного мотивационного кризиса (Божович Л.И.), вызванного сменой социальной ситуации развития и изменением содержания внутренней позиции ученика. В отличие от "классического" подросткового кризиса он пока еще слабо выражен в поведении, во внешних проявлениях; переживания школьников, связанные с такими изменениями, не всегда осознаются ими, часто они не могут даже сформулировать свои трудности, проблемы, вопросы. В результате этого взрослые часто сталкиваются с возникновением у детей своеобразной психологической незащищенности.

Успешная учеба, осознание своих способностей и умений качественно выполнять различные задания приводят к становлению чувства компетентности - нового аспекта самосознания, который наряду с развитием сферы произвольности можно считать центральным новообразованием младшего школьного возраста.

Если чувство компетентности в учебной деятельности не формируется, у ребенка снижается самооценка и возникает чувство неполноценности; могут развиваться компенсаторные самооценка и мотивация. Некоторые исследователи отмечают возникновение в этот переходный период кризиса самооценки. Причем недовольство собой у детей этого возраста распространяется не только на относительно новую сферу их жизнедеятельности - общение со сверстниками, но и на учебную деятельность. Обострение критического отношения к себе актуализирует у младших подростков потребность в общей положительной оценке своей личности другими людьми, прежде всего взрослыми (Маркова А.К., Юферева Т.И., и др.).

Анализ психологических достижений ребенка младшего школьного возраста убедительно показывает зависимость психического его развития от содержания и методов обучения. Если обучение строится в соответствии с принципами деятельностной теории учения, которые лежат в основе системы развивающего обучения Д.Б. Эльконина и В.В. Давыдова, то при полноценном становлении учебной деятельности у учащегося формируются фундаментальные психические новообразования: произвольность психических процессов (позволяет ребенку сознательно регулировать свое поведение, деятельность, внимание, благодаря чему ребенок включается в учебный

процесс). Произвольность - внутренняя, мотивированная, волевая регуляция своего поведения, внимания, подчинение цели деятельности.

Сформированная произвольность психических процессов является одним из основных и важнейших показателей готовности учащегося к переходу в среднее звено так, как именно развитие произвольности обеспечивает полноценное функционирование всех психических функций и поведения в целом. Учащиеся с недостаточно сформированной произвольностью хуже включаются в процесс обучения, и даже при нормальном уровне интеллектуального развития такие школьники могут попасть в группу неуспевающих.

Анализируя социальное развитие в данном возрасте надо, отметить что ребенок в этом возрасте приспосабливается к обществу вне дома и семейного круга. Теперь у родителей появляется возможность помочь ему действовать и думать независимо, подготавливая его к грядущему подростковому возрасту.

Когда ребенок приспосабливается к обществу вне дома, он становится «присоединяющимся», и несомненно он станет членом какой-либо группы или компании. Эти компании или группы ровесников будут разделены по признакам пола, так как мальчики или девочки вообще чувствуют в этом возрасте определенный антагонизм по отношению к представителям противоположного пола. Родители должны заботиться о том, чтобы нравственные нормы детей, составляющих группу сверстников, не были ниже норм, предъявляемых к друзьям их ребенка. По мере взросления ребенка, группа сверстников будет приобретать для него все большее значение. Ни родители, ни учителя не смогут заменить ее, но они должны делиться своим опытом с детьми в это время, и в подростковом периоде.

Начало полуподросткового возраста совпадает с переходом ребенка из младшей в среднюю школу, где количество изучаемых предметов значительно увеличивается. Усиливается интеллектуальная, эмоциональная и физическая нагрузка. К тому же, у ребенка начинается быстрый и неравномерный рост тела. Этот процесс часто вызывает временный отказ от нормального восприятия себя нового.

Именно в возрасте с 10 до 12 лет возрастает необходимость накапливать знания сразу во многих сферах и достигать самого высокого результата. Если ребенку не удастся быстро реализовать задуманное, то это часто приводит к разочарованиям и потере интереса к обучению. Родителям нужно быть особенно внимательным, ведь в этом возрасте может развиваться «комплекс неполноценности». Поэтому важно поддерживать его виденье собственного будущего, даже если оно довольно часто меняется.

В младшем подростковом возрасте, в связи с началом полового созревания, возникают новые ощущения и эмоции (влюбленность, тяготение к противоположному полу). Соответственно усиливается внимание к этому вопросу. Ребенку необходимо очень корректно, внимательно и доброжелательно рассказать о взаимоотношениях мужчины и женщины. К тому же, важно направить этот интерес в нужное русло и заложить основные морально-этические принципы поведения, ведь это повлияет на всю последующую жизнь

ребенка. Можно, например, предложить записаться в туристический или спортивный кружок, серьезно заняться музыкой или ходить на уроки современного танца, ведь так можно привлечь внимание противоположного пола и повысить свой рейтинг среди сверстников.

В этом возрасте для ребенка становится особенно важным признание среди ровесников. Возрастает потребность в коллективной деятельности.

Система личных отношений является наиболее эмоционально насыщенной для каждого учащегося, поскольку связана с его оценкой и признанием его как личности. Поэтому неудовлетворительное положение в группе сверстников переживается учащимися очень остро и нередко является причиной неадекватных аффективных реакций.

Следует отметить, что неадекватные аффективные реакции у учащихся в этом возрасте могут выражаться по-разному, в зависимости от его типа темперамента, и носят защитный, компенсаторный характер.

Однако если у учащегося существует хотя бы одна взаимная привязанность, он перестает осознавать и не очень переживает свое объективно плохое положение в системе личных отношений в группе. Недовольство, гнев младший подросток проявляет не столько в моторной форме - лезет драться, сколько в словесной - грубит, дразнит. Переживание стыда ребенок начинает проявлять более скрытно. В это время он уже учится понимать характер переживаний других людей, приобретает способность сопереживать эмоциональному состоянию сверстников и взрослых.

Таким образом, взрослый при взаимодействии с учащимся должен постоянно помнить об особенностях его эмоциональной сферы, способствуя аффективной регуляции и оптимальным способам его социализации. Так, например:

- необходимо научить ребенка адекватным формам реагирования на те или иные ситуации и явления внешней среды;

- не надо пытаться в процессе занятий с «трудными» детьми полностью оградить учащегося от отрицательных переживаний. Важно помнить, что учащемуся нужен динамизм эмоций, их разнообразие;

- чувства ребенка нельзя оценивать - невозможно требовать, чтобы он не переживал того, что переживает. Как правило, бурные аффективные реакции учащегося - это результат длительного сдерживания эмоций.

Определили факторы, которые помогут учащемуся учиться успешно:

- психолого-педагогическая поддержка каждого ребенка;

- ориентация на успех;

- выбор личностно-ориентированных образовательных технологий;

- наблюдение, руководство, коррекция динамики развития интеллекта, творческих способностей.

- приобретение учениками прочных знаний с возможностью использования их в новых ситуациях;

- формирование общих учебных умений и навыков;

- сохранение имеющегося запаса здоровья школьников в процессе получения среднего образования.

После завершения адаптационной программы были проведены контрольные срезы учащихся 5-х классов, результаты которых отражены на рисунках 5, 6.

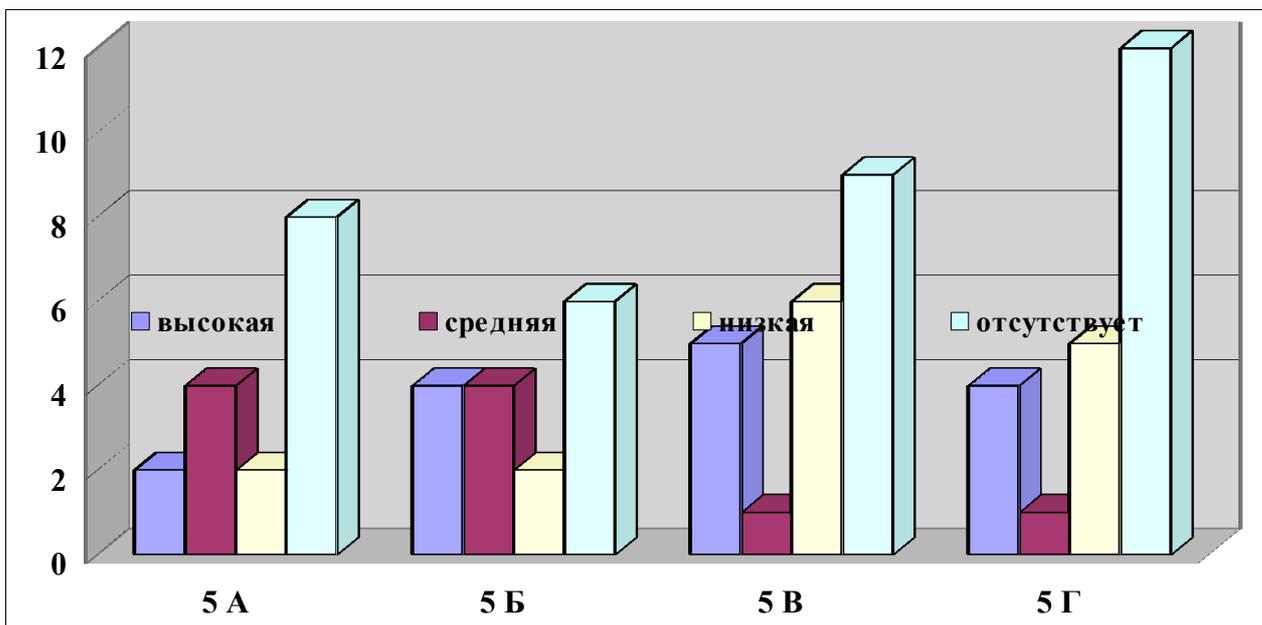


Рисунок 5 - Проявление уровней тревожности по классам

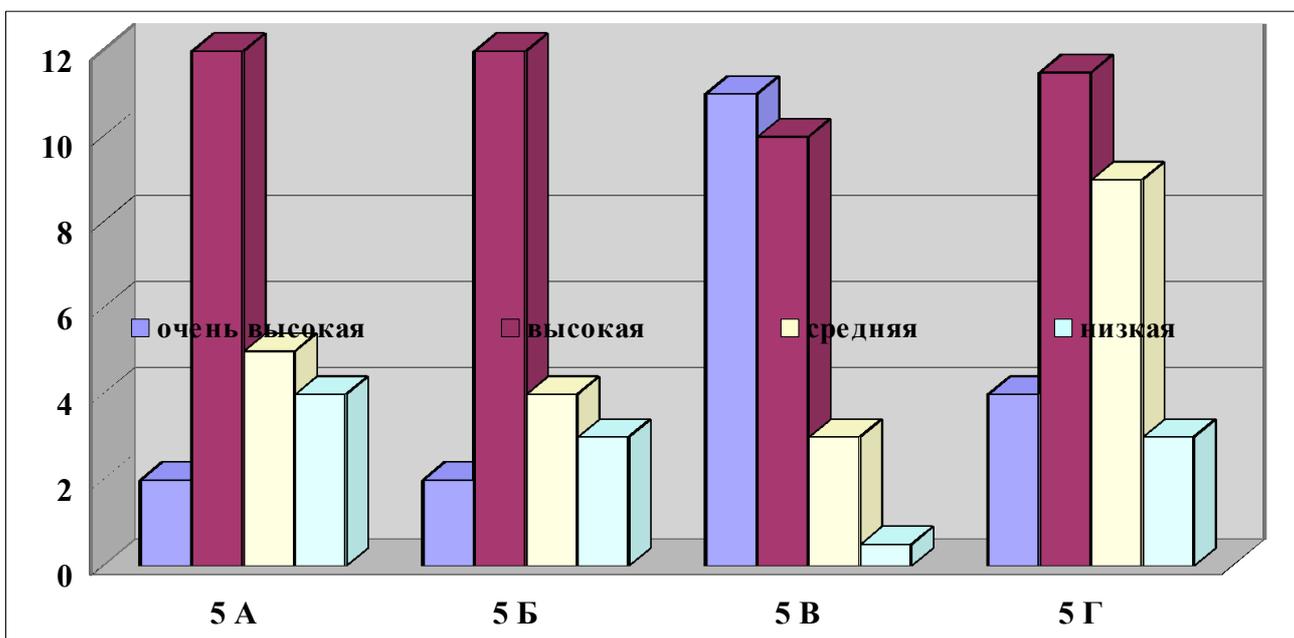


Рисунок 6 - Проявление уровней мотивации по классам

Анализируя результаты формирующего эксперимента нами были разработаны рекомендации учителям-предметникам, рекомендации классным руководителям 5-х классов, рекомендации родителям пятиклассников.

Учитывайте трудности адаптационного периода, возрастные особенности пятиклассников в выборе терминологии, подборе методических приемов.

Не перегружайте учащихся излишними по объему домашними заданиями, дозируйте их с учетом уровня подготовки учащихся, гигиенических требований возраста.

Следите за темпом урока - высокий темп мешает многим учащимся усваивать материал.

Налаживайте эмоциональный контакт с классом.

На заседаниях методических объединений, классных и общешкольных совещаниях выработайте единые требования к учащимся (соблюдайте единый орфографический режим, критерии оценок).

Развивайте общие учебные умения и навыки, учите учащихся правильно учиться.

Налаживайте эмоциональный контакт с родителями учащихся.

Никогда не используйте оценку как средство наказания учащихся. Оценка достижений должна быть ориентацией на успех, способствовать развитию мотивации к учению, а не ее снижению.

Замечайте положительную динамику в развитии каждого отдельного учащегося.

Развивайте навыки самоконтроля, умение оценивать свою работу и работу класса. Не бойтесь признать свои ошибки. Постоянно анализируйте все плюсы и минусы в своей работе.

Разнообразьте методику работы в группах, в парах, индивидуально.

Не создавайте психотравмирующих ситуаций при выставлении оценок за контрольные работы, за четверть и т.д., выставляйте оценки не формально, а с учетом личностных особенностей и достижений каждого учащегося.

Наряду с оценкой чаще используйте положительные оценочные суждения («молодец, хороший ответ, справился» и т.д.).

Используйте систему поощрений, а именно: фотографии лучших учащихся, грамоты, благодарности родителям (письменные, устные), положительные записи в дневнике.

Поддерживайте контакт с классным руководителем, узнавайте о проблемах учащегося, его здоровье, семейных отношениях.

Не допускайте педагогического манипулирования.

В течение первого месяца (сентябрь) обучения используйте «бездвоечное» обучение.

Грамотно используйте дневник учащегося для связи с родителями.

Учитывайте в планировании учебной работы динамику умственной работоспособности пятиклассника в течение дня, недели.

Учитывайте индивидуальные психологические особенности учащихся: темперамент и связанные с ним «вработываемость», темп, переключение, особенности внимания, двигательная активность и т.д.

В зависимости от вида деятельности и содержания урока учитель должен так организовать учебную деятельность, чтобы сформировать у учащихся соответствующий этой работе мотивационный цикл. Этот цикл имеет ряд этапов: от мотивации начала работы к мотивации выполнения работы и затем к мотивации завершения.

1 этап. Возникновение мотивации. Зафиксировать мотивы предыдущих достижений, усилить мотивы ориентации на предстоящую деятельность.

2 этап. Подкрепление и усиление возникающей мотивации. Использовать чередование разных видов деятельности, материалы различной трудности, отметки вызывающие положительные эмоции, активизировать поиск самих учащихся, подключая их к самоконтролю и самооценке.

3 этап. Мотивация завершения. Важно, чтобы каждый учащийся вышел из деятельности с положительным личным опытом, чтобы в конце урока возникла положительная установка на дальнейшее учение, т.е. положительная мотивация перспективы. Для этого важно усилить оценочную деятельность самих учащихся, сочетая ее с развернутой дифференцированной отметкой учителя.

Рекомендации классным руководителям 5-х классов:

Классный руководитель - очень значимая фигура в образовательном процессе. От классного руководителя всецело зависит микроклимат в классном коллективе, во многом - результаты учебной деятельности.

- Если классный руководитель сам имеет коммуникативные трудности, ему будет сложно налаживать контакты и с учащимися, и с педагогами, и с родителями. Если он не является учителем по специальности, ему будет нелегко отслеживать учебный процесс, влиять на него с учетом интересов учащихся и пожеланий их родителей.

- Если классный руководитель лишь равнодушный исполнитель своих прямых функциональных обязанностей, не «болеет» за каждого учащегося душой, то кто тогда подумает о перегрузках, позаботится о сохранении здоровья учащихся, побеспокоится о развитии способностей и привлечении всех потенциальных возможностей каждого учащегося, сделает все от него зависящее, чтобы развитие классного коллектива и каждого учащегося в нем шло не по наклонной, не по прямой, а по возрастающей.

- На первом родительском собрании необходимо представить новых учителей, способствовать установлению контакта родителей с ними. Поддерживайте контакт с родителями учащихся (встречи, письма, телефонные звонки и т.д.).

- Постоянно поддерживайте контакт с психологом и социальным педагогом.

- Помогите новым учащимся запомнить имена и фамилии одноклассников и Ф. И. О. учителей-предметников (можно использовать визитки, таблички с именем, которые ставятся на парту на каждом уроке).

- Познакомьтесь с условиями проживания учащегося, взаимоотношениями в семье, здоровьем учащегося (по медицинской карте ученика).

- Осуществите грамотное рассаживание учащихся в классе с учетом их индивидуальных особенностей, психологической совместимости, здоровья, пожеланий родителей.

Данные рекомендации разработаны на основании пожеланий педагогам среднего звена от педагогов начальной школы:

- помните, идя в класс к пятиклассникам, Вы идёте на урок к детям;
- объясняя новый материал, не торопитесь, повторите лишний раз;

- опирайтесь в работе с детьми на реальные их знания, умения и навыки, а не прописанные в учебниках;

- создавайте ситуации успеха на уроках, чтобы дети не боялись у Вас отвечать и поверили в себя и свои силы;

- корите ребёнка за реально совершённый в данный момент проступок, не вспоминая былое и не давая негативного прогноза на будущее;

- будьте с детьми вежливыми;

- вызывайте к доске по именам и только в хорошем расположении духа;

- не используйте вызов к доске или письменную проверку знаний как средство поддержания дисциплины;

- успокойте ребёнка перед проверкой знаний, обнадежьте его на хороший результат;

- вызывая к доске, сначала проговорите задание, а потом вызывайте ребёнка, чтобы у него в голове появился план ответа;

- дайте время сосредоточиться на ответе и успокоиться;

- вызвав ребёнка к доске, дайте ему высказаться, не сбивайте его замечаниями, не имеющими отношения к объясняемому материалу;

- вызвав ребёнка к доске и дав ему, задание для выполнения - отойдите, не «стойте над душой», не смущайте ребёнка своей непосредственной близостью к нему;

- пресекайте попытки других детей посмеяться над неудачным ответом одноклассника;

- когда ребёнок отвечает у доски, избегайте телесного контакта с ребёнком (погладить по голове или руке) - это сбивает их с мысли и не даёт сосредоточиться;

- если ребёнок допустил ошибку, вызовите ему на помощь кого-либо из одноклассников - вдвоём у доски веселее и учитель не так серьёзен;

- сообщать заранее критерии оценки качества знаний по вашему предмету, (в начале урока, а не после ответа у доски);

- классные руководители, уделяйте своим детям хотя бы минут 5-10 минут в день, даже если в этот день Вы у них ничего не проводите, просто подойдите, навестите их и поприветствуйте.

Рекомендации родителям учащихся 5-х классов:

- существует потребность системного сопровождения родителей учащихся на протяжении всего периода обучения с 1-го по 11-й класс. Она объясняется недостаточным уровнем психолого-педагогической компетентности многих родителей. Часто они воспитывают своих детей так, как воспитывали их самих, что не всегда правильно.

- Иногда родители виноваты в возникновении негативного отношения учащегося к школе, учителю, обучению. Беспokoясь о высоких оценках, они заставляют ребенка по несколько раз переписывать домашнее задание, принуждают не совсем здорового ребенка с температурой идти в школу, так как в классе контрольная работа, говорят ребенку дома, что он позорит своих родителей, применяют физические наказания и т.д. Неудовлетворенность собственными детьми - это часто следствие проблем самих родителей.

Советы родителям пятиклассников:

- главное - абсолютное принятие ребенка со всеми его достоинствами и недостатками. Это залог взаимопонимания в доме.

- постарайтесь понять, с какими трудностями сталкивается ребенок при переходе из начальной школы в основную. Не отказывайте ребенку в помощи при подготовке домашнего задания, если он попросит. При этом не делайте ничего вместо ребенка, делайте вместе с ним, приучайте его к самостоятельности.

- помогите пятикласснику запомнить имена, отчества и фамилии классного руководителя и учителей-предметников. Познакомьтесь лично с ними, установите контакт.

- не высказывайтесь негативно о школе, об учителях в присутствии ребенка, даже если вам кажется, что для этого есть повод. Постарайтесь разобраться в возникшей проблемной ситуации. Лучше, чтобы учитель был вашим союзником.

- обеспечьте своему ребенку соблюдение оптимального для этого возраста режима дня и удобное рабочее место дома.

- позаботьтесь о том, чтобы у вашего ребенка были друзья, товарищи из класса, приглашайте их в свой дом.

- создайте ребенку эмоциональный комфорт дома, научитесь правильно общаться с подростками.

- радуйтесь достижениям своего ребенка. Не позволяйте себе сравнивать его с другими детьми, давайте оценку не самому ребенку, а его поступкам.

- когда, откуда и в каком бы виде ни вернулся ваш ребенок домой, встречайте его с любовью!

- быть родителем не обязанность и не профессия. Это естественная человеческая потребность.

Таким образом, успешность адаптации учащихся 5-х классов зависит не только от самого учащегося, но и от взаимодействия классного руководителя, учителей - предметников и родителей учащихся.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Возникшая неустойчивость социальной, экономической обстановки, дискредитация нравственных ориентиров вызвали трансформацию в развитии среды, в которой формируется современный школьник. Эффективность образовательного процесса зависит от того, насколько быстро учащийся адаптируется к новой социальной ситуации. Одной из актуальных проблем в настоящее время является адаптация учащихся 10-12 лет к предметному обучению.

Переход учащихся из начального в среднее звено школы один из труднейших адаптационных периодов обучения. Успешность адаптации школьников к обучению в 5-м классе среднего звена зависит от реализации преемственности связей между начальным образованием и средним общим образованием. Обеспечение данной задачи осуществляется на разных уровнях: содержательном, структурно-организационном, психологическом, целевом, управленческом. Кроме того, успешность адаптации младшего подростка зависит от целого ряда психологических факторов: интеллектуальной готовности, сформированности мотивационной сферы, устойчивости эмоциональных состояний, навыков ориентации в пространстве школы и достойного поведения с одноклассниками, способности к установлению межличностных отношений с педагогами.

Переход учащихся из начального в среднее звено школы - одна из педагогически наиболее сложных проблем, а в период адаптации в 5-м классе - один из труднейших периодов школьного обучения. Оснований для такого утверждения более чем достаточно: состояние учащихся в этот период с педагогической точки зрения характеризуется снижением интереса к учебе и ее результатам, низкой организованностью, иногда недисциплинированностью, с психологической - снижение самооценки, высокий уровень ситуативной тревожности. Увеличивается число детей, испытывающих значительные затруднения при обучении и адаптации к новым условиям организации учебного процесса.

На основе анализа констатирующего и формирующего эксперимента мы сделали следующие выводы.

Переходный период из начальной школы в среднюю сказывается на всех участниках образовательного процесса: учащихся, педагогах, родителей, администрации школы, специалистов психолого-педагогической службы. Часто последствия бывают отрицательными, что обусловлено:

- сменой социальной обстановки;
- увеличением учебной нагрузки;
- изменением режима дня;
- отличием систем и форм обучения;
- различием требований со стороны учителей - предметников;

- изменением стиля общения учителей с детьми.

Исследуя данную проблему, нами была разработана адаптационная программа, которая была успешно апробирована в учебно-воспитательном процессе школы, результаты которой позволяют сделать следующие выводы.

Наблюдение за учащимися, общение с ними в этот период показывают, что они очень растеряны, не могут понять, как строить взаимоотношения с педагогами, какие требования обязательны для выполнения - к школьнику их впервые предъявляется так много и от разных людей. На пятиклассника обрушивается поток информации с непонятными для него словами, терминами. Сократить переходный период, смягчить связанные с ним негативные факторы помогают специально разработанные программы, которые создаются с целью координации, более эффективной организации учебно-воспитательного процесса, психолого-педагогического и медико-социального сопровождения учащихся - выпускников начальной школы при переходе их в среднее звено.

Необходимо учитывать возрастные особенности младших подростков:

- противоречия между стремлением к самостоятельности и деятельности и неспособность их реализовать;
- повышенная моторность и эмоциональность;
- умение учащихся сотрудничать между собой только под руководством учителя;
- стремление их к независимости на фоне общей эмоциональной привязанности к учителю.

Учителям - предметникам необходимо проводить коррекцию знаний учащихся, учитывая их физиологические, интеллектуальные и личностные особенности; повышая их познавательную и мотивационную активность, применяя при этом стимулирующие факторы. А также, продумать работу со способными учащимися класса, оказывая им всяческую поддержку для развития их способностей и укрепления их положительной мотивации к обучению. Необходимо учитывать индивидуальные нормы каждого учащегося, т.е. зоны его актуального и ближайшего развития путем сопоставления его вчерашних, сегодняшних и, возможно, завтрашних успехов.

Повышать самооценку учащихся, особенно “Пренебрегаемых” и “Изолированных”:

- создавать ситуацию “успеха”: хвалить при всем классе за исполненное дело, говорить, что либо негативное только с глазу на глаз, говорить позитивно о внешности младшего подростка, сравнивать только с собственными (ребенка) результатами;
- привлекать к организации и участию в классных мероприятиях;
- оказывать поддержку, помня о том, что у данных учащихся высокая тревожность;
- помогать влиться в коллектив, акцентируя внимание на положительных качествах и невилируя отрицательные;
- если необходимо дать негативную оценку какой-то деятельности, то обсуждать проблему учащегося с ним наедине, не вынося на всеобщее обсуждение;

- не сравнивать результаты одного с результатами других, а только с его собственными;

- поддерживать учащихся склонных к соматическим нарушениям (уходу в болезнь);

- осуществлять контроль за учащимися с возможными агрессивными проявлениями поведения, создавать условия для проявления их потребности к лидерству;

- создавать условия для проявления способностей и возможностей в совместной деятельности с одноклассниками;

- проводить классные мероприятия совместно с родителями. Организацию мероприятий передать учащимся, контроль за организацией наметить совместно с классом.

Рекомендации для родителей:

1. Воодушевите ребенка на рассказ о своих школьных делах. Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: "Как прошел твой день в школе?". Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребенком о школе.

Запоминайте отдельные имена, события и детали, о которых ребенок сообщает вам, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Кроме того, обязательно спрашивайте вашего ребенка о его одноклассниках, делах в классе, школьных предметах, педагогах.

2. Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.

Без колебаний побеседуйте с учителем, если вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой, или о взаимосвязи его школьных и домашних проблем. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребенка не реже, чем раз в два месяца.

Во время любой беседы с учителем выразите свое стремление сделать все возможное для того, чтобы улучшить школьную жизнь ребенка. Если между вами и учителем возникают серьезные разногласия, прилагайте все усилия, чтобы мирно разрешить их, даже если придется беседовать для этого с директором школы. Иначе вы можете случайно поставить ребенка в неловкое положение выбора между преданностью вам и уважением к своему учителю.

3. Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений. Ваш ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость - как наказание. Если у ребенка учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий.

Постарайтесь, насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений: например, ты на полчаса больше можешь посмотреть телевизор за хорошие отметки, а на полчаса меньше - за плохие. Такие правила сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам.

4. Знайте программу и особенности школы, где учится ваш ребенок.

Вам необходимо знать, какова школьная жизнь вашего ребенка, и быть уверенным, что он получает хорошее образование в хороших условиях. Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом и педагогическим коллективом. Используйте любые возможности, чтобы узнать, как ваш ребенок учится.

5. Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

Установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно выполнять домашние задания, полученные в школе, и следите за выполнением этих установок. Это поможет вам сформировать хорошие привычки к обучению. Проявите свой интерес к этим заданиям и убедитесь, что у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Однако если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

6. Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.

Выясните, что вообще интересует вашего ребенка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм.

Ищите любые возможности, чтобы ребенок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности. Например, поручите ему рассчитать необходимое количество продуктов для приготовления пищи или необходимое количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.

7. Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.

Такие события, как первые несколько месяцев в школе, начало и окончание каждого учебного года, переход из начальной школы в среднюю и старшую, могут привести к стрессу ребенка школьного возраста. При любой возможности пытайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий.

Спокойствие домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе.

Результаты учащихся 5-х классов на конец учебного года:

- мотивированы к учебной деятельности, стремятся к улучшению её результатов;
- способны провести самоанализ причин успешной и неуспешной учебной и внеклассной деятельности;
- проявляет инициативу и творческий подход к учебной и внеклассной деятельности;
- стремится к сотрудничеству с учащимися и родителями класса.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Закон Республики Казахстан «Об образовании» от 27 июля 2007 года.
2. Приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 17 сентября 2013 года № 375 «Типовые Правила деятельности организации образования по уровням образования».
3. Постановление Правительства Республики Казахстан от 29 июня 2012 года № 873 «Типовой комплексный план по усилению воспитательного компонента процесса обучения во всех организациях образования».
4. Государственная программа развития образования Республики Казахстан на 2011-2020 годы от 7 декабря 2010 года.
5. Новейший психологический словарь/ под общей ред. В.Б. Шапарь, - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. - с.9.
6. Психологический словарь / Р.С. Немов - М.: ВЛАДОС, 2007. - с.13.
7. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Педагогический словарь. - М.: «Академия», 2001.- с.6.
8. Практическая психология в образовании / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Сфера, 2000.
9. Краткий словарь по социологии / Под общ. ред. Д.М. Гвишиани, Н.И. Лапина. М., 1988.).
10. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева И.Л., Работа психолога в начальной школе - М., Совершенство, 2008.
11. Прихожан, А.М. Тревожность детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан.- М.: соц. псих. инт; Воронеж: Издво НПО «МОДЕК», 2002.
12. Иванова Н.В., Кузнецова М.П. Адаптационный период в школе: смысл, значение, опыт // Журнал практического психолога. - 2007. - № 2, с.22.
14. Сомова Н.Л. В пятый класс - в первый раз: Пособие для родителей, специалистов службы сопровождения, психологов, педагогов школ и гимназий. - СПб.: КАРО, 2001.
15. Новиков А. Методология учебной деятельности. - М.: Издательство «Эгвес», 2005. с.296.
16. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. - М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004. - 380с.
17. Психология. Словарь. - М.: Политиздат, 1990.- с.95
18. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И.В.Дубровиной. - М.: Просвещение, 1991. - с.37.
19. Школа и психическое здоровье учащихся. Под ред. С.М. Громбаха. М.: Медицина, 2008.
20. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. - М.: Просвещение, 2003.- с.53.
21. Безруких М.М., Ефимова С.П. Знаете ли вы своего ученика? - М.: Просвещение, 1991.
23. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - М.: Просвещение, 1993.

24. Краткий словарь по социологии / Под общ. ред. Д.М. Гвишиани, Н.И. Лапина. М., 2008.
25. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет) - М.: УРАО, 1998.
26. Будякина М.П., Русалинова А.А. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации новичков на предприятиях // Социальная психология и социальное планирование.- СПб.: 2003.
27. Акимова М.К., Борисова Е.М., Дубровина И.В. и др. Рабочая книга школьного психолога. - М., Просвещение, 1991.
28. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. М., Совершенство, 1997.
29. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы. Ростов - на - Дону, Феникс, 2006.
30. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности. Саратов, 2004.
31. Эльконин Д.Б. Психология обучения младшего школьника. - М.: Просвещение, 1974.
32. Психология человека от рождения до смерти/ред. А.А. Реана - СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002.
33. Фельдштейн Д.И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности: Избранные труды. - М.: - Флинта, 1999.
34. Ротенберг, В.С. Поисковая активность и адаптация / В.С. Ротенберг, В.В. Аршавский. - М.: Наука, 2004.
35. Цукерман Г.А. Школьные трудности благополучных детей. - М.: Академия. 2002.
36. Леонова. Е.В. Проблема социально-психологической адаптации детей и молодёжи в условиях непрерывного образования / Е.В. Леонова // Мат. V Междунар. научно-практ. конф. «Человек - Образование - Профессия»: 6-8 июля 2009 года. - М.: ПИ РАО, МГППУ, 2009.
37. Глассер У. Школа без неудачников. - М.: Прогресс, 1991.
38. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. М.: Просвещение, 1993.
39. Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастно-психологическое консультирование. - МГУ, 1990.
40. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф., Практикум по возрастной психологии. - СПб.: Речь. 2009.
41. Сорокоумова Е.А. Возрастная психология. - СПб.: Питер, 2007. - 208с.
42. Каменская Е.Н. Психология развития и возрастная психология. - Ростов н/Д: Феникс, 2006.
43. Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. Возрастная психология. - М., Академия, 2008.
44. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. - М., Педагог-ое общ-во России. - 2009.
45. Возрастная и педагогическая психология. Хрестоматия./Сост. И.В. Дубровина и др. - М., Академия, 2008.

46. Мухина В.С. Возрастная психология. - М., ВЛАДО-ПРЕСС, - 2007.
46. Психология/Под ред. Б.А. Сосновского. М.: Академия, 2010.
47. Возрастная и педагогическая психология/Под ред. А.В. Петровского. - М., 1979.
48. Возрастная и педагогическая психология/Под ред. М.В. Гамезо и др. - М., 1984.
49. Возрастные и индивидуальные способности младших подростков/Под ред. Д.Б. Эльконина, Т.В. Арагуновой. - М., 1999.
50. Возрастная психология. Детство. Отрочество. Юность. Хрестоматия. М., 2001.
51. Возрастная и педагогическая психология. Хрестоматия для студентов педагогических вузов. - М., 2005.
52. Гальперин П.Я., Запорожец А.В., Карпова С.М. Актуальные проблемы возрастной психологии. - М., 1998.
53. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2000.
54. Краткий словарь по педагогической и возрастной психологии/Сост. Б.М. Петров - Лиепая, 2002.
55. Крыжановская Л.М. Психология развития. - М., 2007.
56. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. - М., 2002.
57. Немов. Психология в 3-х томах. - 2001.
58. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. - М: Воронеж, 2007.
59. Лукина В.С. Детская психология. - М., 2005.
60. Лукина В.С. Возрастная психология. - М., 2002.
61. Проблемы периодизации развития психики в онтогенезах/Под ред. В.В. Давыдова, Д.Б. Эльконина. - М., 2006.
62. Психология младших школьников/Под ред. В.В. Давыдова. - М., 2002.
63. Раис Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб. 2000.
64. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. М., 1994.
65. Силяева Е.Г. Возрастная психология. - М., 2003.
65. Толстых А.В. Возрасты жизни. - М., 2010.
66. Хрестоматия по возрастной психологии. - М., 2005.
67. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Практикум. - Ростов-на-Дону. 2003.
68. Общая психодиагностика/Под редакцией Бодалева. А.А., Столина В.В., - М., 2007.
69. Осипова А.А. Введение в теорию психокоррекции. - М., 2000.
70. Осипова А.А. Основы психокоррекции. - М., 2001.
71. Шмелев А.Г. Основы психодиагностики. - Ростов, 2006.
72. Голубева Э.А. Способности и индивидуальность. - М., 1993.
73. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе. - М., 2003.
74. Мельников В.М., Ямпольский Л.Г. Введение в экспериментальную психологию личности. - М., 2004.
75. Соколова Е.Т. Проективные методы исследования личности. - М., 2000.
76. Теплов Б.М. Проблема индивидуальных различий. - М., 2008.

77. Холодная М.А. Психология интеллекта. - М., 2007.
78. Шевандрин Н.И. Основы психологической диагностики. Часть 1, 2, 3. - М., 2003.
79. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. - М.: Ось-89, 2002.
90. Кривцова И.Ю., Мухаматулина Е.А. Сценарий тренинга педагогической эффективности. - М.: Инсайт, 2005.
91. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками/Под. Ред. М.Р. Битяновой. - Питер, 2008.
92. Самоукина Н.В., Игровые методы в обучении и воспитании (психотехнические упражнения и коррекционные программы). - Дубна: Феникс, 2006.

Приложение А. Сводная таблица диагностических результатов учащихся 5 «А» класса - 2014/2015 учебный год

№	Фамилия	пол	Тревожность	Депрессия	Самооценка	мотивация	агрессия
1	Б1	м	Отсутствует	*	Адекватная	средняя	физ., верб., С
2	Б2	ж	Средняя	*	Адекватная	высокая	вербальная, С
3	Б3	м	Средняя	*	Адекватная	высокая	
4	И1	ж	Отсутствует	*	Адекватная	средняя	
5	К1	м	Отсутствует	*	Адекватная	низкая	физическая
6	К2	м	Отсутствует	*	Адекватная	низкая	страх
7	К3	ж	Средняя	*	Адекватная	средняя	
8	К4	м	средняя	*	Низкая	низкая	физ., верб., С
9	К5	м	Высокая	*	Адекватная	высокая	физическая, С
10	К6	ж	Средняя	*	Адекватная	низкая	
11	К7	м	Отсутствует	*	Низкая	средняя	
12	К8	ж	Высокая	*	Низкая	низкая	страх
13	К9	м	средняя	*	Низкая	средняя	физ., верб., С
14	М1	м	средняя	*	Низкая	высокая	физическая, С
15	М2	ж	средняя	*	Адекватная	средняя	страх
16	М3	м	средняя	*	Низкая	высокая	физ., верб., С
17	М4	м	средняя	*	Адекватная	средняя	физ., верб., С
18	О1	ж	низкая	*	Адекватная	высокая	физическая, С
19	О2	ж	средняя	*	Адекватная	высокая	физическая
20	С1	м	низкая	*	Адекватная	низкая	
21	С2	м	низкая	*	Низкая	высокая	физическая
22	Т1	ж	низкая	*	Адекватная	высокая	страх
23	Т2	м	высокая	*	Адекватная	низкая	физ., верб., С
24	У1	ж	отсутствует	*	Адекватная	высокая	страх
25	Ц1	м	высокая	*	Низкая	высокая	
			Высокая - 4 Средняя - 11 Низкая - 4 Нет - 6	Признаки Д не наблюдаются	Высокая – 0 Адекват - 17 Низкая - 8	Высокая - 11 Средняя - 7 Низкая - 7	Агрессия - 3 Агрес. страх - 10 Страх - 5
(*) - Признаки депрессии отсутствуют; С – ребёнок, испытывает страх							

Приложение Б. Сводная таблица диагностических результатов учащихся 5 «Б» класса - 2014/2015 учебный год

№	Фамилия	пол	тревожность	Депрессия	Самооценка	мотивация	агрессия
1	Г1	м	высокая	*	Низкая	низкая	
2	Е1	м	средняя	*	Низкая	низкая	физическая, С
3	Ж1	ж	низкая	*	Адекватная	высокая	физ., верб., С
4	И2	м	высокая	*	Адекватная	высокая	физ., верб., С
5	К10	ж	средняя	*	Адекватная	низкая	страх
6	К11	ж	высокая	*	Адекватная	высокая	физическая
7	К12	м	средняя	*	Высокая	средняя	
8	Л1	м	отсутствует	*	Высокая	средняя	
9	М5	ж	средняя	*	Низкая	низкая	страх
10	М6	м	средняя	*	Адекватная	высокая	физическая
11	М7	ж	отсутствует	*	Адекватная	средняя	
12	Н1	ж	низкая	*	Адекватная	высокая	страх
13	Н2	м	средняя	*	Адекватная	средняя	физ., верб.
14	П1	ж	средняя	*	Адекватная	низкая	
15	П2	ж	низкая	*	Высокая	высокая	
16	С3	ж	средняя	*	Адекватная	высокая	
17	С4	ж	низкая	*	Низкая	средняя	физ., верб.
18	С5	м	отсутствует	*	Высокая	средняя	физическая, С
19	С6	м	высокая	*	Низкая	высокая	физ., верб., С
20	Т3	м	отсутствует	*	Высокая	высокая	физическая, С
21	Ш1	ж	высокая	*	Адекватная	высокая	страх
			Высокая - 5 Средняя - 8 Низкая - 4 Нет - 4	Признаки Д не наблюдаются	Высокая – 5 Адекват - 11 Низкая - 5	Высокая - 10 Средняя - 6 Низкая - 5	Агрессия - 3 Агрес. страх - 6 Страх - 4

Приложение В. Сводная таблица диагностических результатов учащихся 5 «В» класса - 2014/2015 учебный год

№	Фамилия	пол	тревожность	Депрессия	Самооценка	мотивация	агрессия
1	А1	ж	средняя	*	Низкая	высокая	страх
2	А2	ж	высокая	*	Адекватная	оч. высокая	
3	А3	ж	средняя	*	Высокая	высокая	страх
4	В1	ж	отсутствует	*	Адекватная	высокая	
5	В2	м	средняя	*	Адекватная	высокая	
6	Г2	ж	низкая	*	Адекватная	высокая	страх
7	Г3	ж	низкая	*	Адекватная	оч. высокая	страх
8	Д1	ж	низкая	*	Высокая	высокая	
9	З1	м	отсутствует	*	Высокая	высокая	физическая
10	К13	ж	средняя	*	Низкая	высокая	
11	К14	ж	высокая	*	Адекватная	низкая	страх
12	Л2	м	отсутствует	*	Адекватная	оч. высокая	
13	М8	м	высокая	*	Адекватная	оч. высокая	
14	Н3	ж	отсутствует	*	Адекватная	высокая	страх
15	Н4	ж	низкая	*	Адекватная	высокая	
16	О3	м	низкая	*	Низкая	высокая	
17	П3	ж	высокая	*	Адекватная	оч. высокая	вербальная, С
18	П4	ж	низкая	*	Адекватная	оч. высокая	физическая
19	П5	м	низкая	*	Адекватная	оч. высокая	
20	Р1	м	высокая	*	Адекватная	высокая	физическая
21	Т4	ж	отсутствует	*	Адекватная	оч. высокая	страх
22	Т5	м	низкая	*	Адекватная	оч. высокая	физическая
23	Ф1	м	отсутствует	*	Адекватная	оч. высокая	
24	Ш2	м	отсутствует	*	Адекватная	высокая	физическая
25	Ц2	ж	высокая	*	Низкая	высокая	страх
			Высокая - 6 Средняя - 4 Низкая - 8 Нет - 7	Признаки Д не наблюдаются	Высокая – 3 Адекват - 18 Низкая - 4	Оч. высок - 10 Высокая - 14 Средняя - 0 Низкая - 1	Агрессия - 5 Агрес. страх - 1 Страх - 8

Приложение Г. Сводная таблица диагностических результатов учащихся 5 «Г» класса - 2014/2015 учебный год

№	Фамилия	пол	тревожность	Депрессия	Самооценка	мотивация	агрессия
1	А4	м	отсутствует	*	Адекватная	высокая	страх
2	А5	ж	средняя	*	Адекватная	средняя	страх
3	Б4	ж	низкая	*	Адекватная	средняя	
4	Б5	ж	отсутствует	*	Адекватная	высокая	физ., верб., С
5	Б6	м	высокая	*	Адекватная	средняя	физ., верб.
6	В3	м	отсутствует	*	Низкая	высокая	
7	Д2	м	низкая	*	Адекватная	высокая	физ., верб.
8	Ж2	ж	отсутствует	*	Адекватная	средняя	страх
9	Ж3	м	средняя	*	Адекватная	высокая	
10	З2	м	высокая	*	Адекватная	низкая	
11	И3	м	отсутствует	*	Низкая	средняя	
12	К15	м	низкая	*	Адекватная	высокая	физ., верб.
13	К16	м	высокая	*	Низкая	высокая	физическая
14	К17	ж	средняя	*	Адекватная	оч. высокая	страх
15	М9	м	отсутствует	*	Адекватная	низкая	
16	М10	м	отсутствует	*	Адекватная	высокая	
17	П6	м	высокая	*	Низкая	низкая	физическая, С
18	П7	ж	отсутствует	*	Адекватная	оч. высокая	страх
19	Р2	м	отсутствует	*	Адекватная	низкая	физическая, С
20	С7	м	высокая	*	Низкая	низкая	
21	С8	ж	отсутствует	*	Высокая	средняя	физ., верб., С
22	Т6	ж	низкая	*	Адекватная	высокая	
23	Т7	м	низкая	*	Адекватная	высокая	страх
24	У2	ж	средняя	*	Высокая	средняя	
25	Ф2	м	низкая	*	Адекватная	высокая	страх
26	Ш3	ж	низкая	*	Адекватная	средняя	
			Высокая - 5 Средняя - 4 Низкая - 7 Нет - 10	Признаки Д не наблюдаются	Высокая – 2 Адекват - 19 Низкая - 5	Оч. высок - 2 Высокая - 11 Средняя - 8 Низкая - 5	Агрессия - 4 Агрес. страх - 4 Страх - 7

Приложение Д. Сводная таблица результатов диагностики учащихся 5-х классов

№	класс	Кол-во детей	тревожность	депрессия	самооценка	мотивация	агрессия
1	5 г	26	Высокая - 5 Средняя - 4 Низкая - 7 Нет - 10	Признаки Д не наблюдаются	Высокая - 2 Адекват - 19 Низкая - 5	Оч. высокая - 2 Высокая - 11 Средняя - 8 Низкая - 5	Агрессия - 4 Агрес. страх - 4 Страх - 7
2	5 в	25	Высокая - 6 Средняя - 4 Низкая - 8 Нет - 7	Признаки Д не наблюдаются	Высокая - 3 Адекват - 18 Низкая - 4	Оч. высокая - 10 Высокая - 14 Средняя - 0 Низкая - 1	Агрессия - 5 Агрес. страх - 1 Страх - 8
3	5 б	21	Высокая - 5 Средняя - 8 Низкая - 4 Нет - 4	Признаки Д не наблюдаются	Высокая - 5 Адекват - 11 Низкая - 5	Высокая - 10 Средняя - 6 Низкая - 5	Агрессия - 3 Агрес. страх - 6 Страх - 4
4	5 а	25	Высокая - 4 Средняя - 11 Низкая - 4 Нет - 6	Признаки Д не наблюдаются	Высокая - 0 Адекват - 17 Низкая - 8	Высокая - 11 Средняя - 7 Низкая - 7	Агрессия - 3 Агрес. страх - 10 Страх - 5
	итого	97	Высокая - 20 Средняя - 27 Низкая - 23 Нет - 27	Признаки Д отсутствуют - 97	Высокая - 10 Адекват - 65 Низкая - 22	Оч. высокая - 12 Высокая - 46 Средняя - 21 Низкая - 18	Агрессия - 15 Агрес. страх - 21 Страх - 21

Программа тренинговых занятий для учащихся 5-х классов
(продолжение)

Материалы: Раздаточный материал

Приветствие - 5 мин.

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйте», «Салем» и т.д.

Упражнение 1. Прогноз погоды - 5 мин.

Каждый участник должен взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать его/ее настроению. Участнику могут показать, что у них сейчас "хорошая или плохая погода" или "штормовое предупреждение", а может быть это «солнечный день». Таким образом, каждый участник рисует состояние погоды, которое в наибольшей степени соответствует его внутреннему состоянию/настроению. После завершения все рисунки вывешиваются на доску или стену.

Упражнение 2. "Японская машинка" - 15 мин.

Участники сидят кругом. Сейчас мы поиграем в игру, которая называется "Японская машинка". Эта машинка сделана для того, чтобы помочь людям запоминать имена. Теперь давайте запомним ритм, который на протяжении всей игры мы будем выдерживать. Учитель демонстрирует ритм: два хлопка в ладоши, два притопа ногами. Задавать этот ритм буду я. Тот из вас, кто первым получит машинку, тот первым начинает игру: он хлопнет два раза в ладоши и назовет свое имя, а потом, притопнув два раза ногами, - имя того, кому он хочет передать машинку. Тот, чье имя будет названо, в свою очередь, хлопая два раза в ладоши, назовет себя, а потом, топнув два раза ногами, назовет имя другого игрока. При этом нельзя выбиваться из ритма и нельзя называть имя того, кто только что передал машинку. Будьте очень внимательны, т.к. те, кто "сломает" машинку, должны будут ее починить, - проделать задание заново. В процессе упражнения учитель может усиливать темп его исполнения. Упражнение способствует эмоциональной разрядке, создает хороший фон для продолжения работы.

Упражнение 3. - 10 мин.

Участники садятся по кругу, учитель стоит в центре круга.

Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Этот признак он называет. Например, я скажу: "Пересядьте все те, у кого есть сестры", - и все, у кого есть сестры, должны пересесть, поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, должен постараться успеть занять одно из мест, а тот, кто останется без места продолжит игру. Используем эту ситуацию для того, чтобы побольше узнать друг о друге".

Задание: - 10 мин.

На листе бумаги нарисуйте 5-6 или более геометрических фигур. Затем нужно выполнить следующее:

1. Внутри каждой фигуры впишите продолжение следующей мысли: "Я хочу, чтобы период моего обучения в школе..." Ответов много - начало предложения одно.

2. Теперь, пожалуйста, пронумеруйте по значимости для вас свои ответы. Цифрой 1 обозначьте самый важный для вас, а менее важные цифрами 2, 3, 4 и т.д.

3. По контуру каждой фигуры добавьте свои пояснения: "Это возможно, если..."

4. Ярче выделите те фигуры, где всё зависит лично от вас.

5. От каждой фигуры проведите стрелки с ответами на вопрос: "Кто или что мне может в этом помочь?".

Результаты, полученные после выполнения, данного упражнения учащимися позволяют выяснить их ожидания, настроения.

Упражнение 4. Спасибо за приятное занятие - 5 мин.

Попросите детей встать в общий круг. Предложите поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из детей становится в центр, другой подходит к нему/ней, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается и завершается церемония безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

5 занятие

Материалы: Раздаточный материал

Приветствие - 5 мин.

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйте», «Салем» и т.д.

Упражнение 1. Прогноз погоды - 5 мин.

Каждый участник должен взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать его/ее настроению. Участнику могут показать, что у них сейчас "хорошая или плохая погода" или "штормовое предупреждение", а может быть это «солнечный день». Таким образом, каждый участник рисует состояние погоды, которое в наибольшей степени соответствует его внутреннему состоянию/настроению. После завершения все рисунки вывешиваются на доску или стену.

День начинается с того, что вывешивается полученная "картинка" вчерашней работы с детьми и проводится ознакомление с ней ребят. В соответствии с тем, что написали ребята в самом исследовании, их ответы можно сгруппировать определенным образом: например, ожидания, связанные с

организацией учебного процесса, с атмосферой в классе, ее взаимоотношениями между учеником и учителем. Обсуждение.

Упражнение 2. Ребята садятся по кругу.

Упражнение, которое мы сейчас с вами выполним, будет заключаться в следующем: мы просто будем бросать друг другу мячик и называть имя того, кому бросаем - тем самым мы освежим свою память и вспомним, как зовут одноклассников.

Упражнение 3. Участники сидят по кругу. Сейчас я раздам вам карточки, на которых написано название животного. Названия повторяются на двух карточках. К примеру, если вам достанется карточка со словом "слон", знайте, что у кого-то есть карточка, на которой тоже написано "слон". Учитель раздает карточки. Если в классе нечетное количество ребят, учитель тоже принимает участие в упражнении. Прочитайте, пожалуйста, что написано на вашей карточке. Сделайте это так, чтобы эту надпись видели только вы. Теперь карточку можно убрать. Задача каждого найти пару. При этом можно пользоваться любыми выразительными средствами, нельзя только ничего говорить и издавать характерные звуки "вашего животного". Другими словами, все, что мы будем делать, мы будем делать молча.

Когда вы найдете свою пару, останьтесь рядом, но продолжайте молчать, не переговаривайтесь. Только когда все пары будут образованы, мы проверим, что у вас получилось. После того, как все участники группы нашли свою пару, учитель спрашивает у каждой пары по очереди: "Кто вы?"

Упражнение 4. Участники стоят по кругу. "Представьте себе, что все мы - атомы. Атомы постоянно двигаются и время от времени объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разным. Оно будет определяться тем, какое число назову я. Мы все сейчас начнем быстро двигаться по классу, и время от времени я буду говорить какое-либо число, например, 3. И тогда атомы должны будут объединиться в молекулы по 3, т.е. взяться за руки нужно будет троим.

Упражнение 5. Участники садятся по кругу. Сейчас я раздам вам карточки с названиями цветов, которые повторяются дважды, т.е. если вам, например, досталась карточка со словом "красный", то вы знаете, что ещё у кого-то есть такая же карточка. Я буду перечислять названия овощей и фруктов, и каждый раз должны будут вставать те цвета, которые соответствуют названным. Иногда я буду произносить названия предметов, которые не являются овощем или фруктом. В этом случае все остаются сидеть. По ходу упражнения внимательно следите за действиями других участников. Постарайтесь понять, у кого какой цвет. В конце упражнения учитель предлагает объединиться в пары тем, кому достались одинаковые цвета. Объединение в пары происходит молча. После того, как пары образованы, каждая пара по очереди говорит, какой у неё цвет.

Упражнение 6. Участники сидят по кругу. У учителя в руках мяч. Заканчивая работу, выскажем друг другу пожелания на завтрашний день. Оно должно быть коротким. Вы бросаете мяч тому, кому хотите пожелать, и одновременно говорите это пожелание. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь, бросает его следующему, высказывая ему пожелание на завтрашний день.

Будем внимательно следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

6 занятие

Материалы: Раздаточный материал

Приветствие - 5 мин

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйте», «Салем» и т.д.

Упражнение 1. Прогноз погоды - 5 мин.

Каждый участник должен взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать его/ее настроению. Участнику могут показать, что у них сейчас "хорошая или плохая погода" или "штормовое предупреждение", а может быть это «солнечный день». Таким образом, каждый участник рисует состояние погоды, которое в наибольшей степени соответствует его внутреннему состоянию/настроению. После завершения все рисунки вывешиваются на доску или стену.

Упражнение 2. Час суда - 45 мин.

Это занятие посвящено проблеме потребления психоактивных веществ. На этом занятии участникам предстоит выступить в качестве обвинителей на судебном процессе. Дети делятся на три группу: 1 группа - обвинители потребления табака, 2 группа - обвинители потребления алкоголя, 3 группа - обвинители потребления наркотиков. Каждая из групп внутри группы распределяет роли, кто будет выступать от имени врачей, экологов, правительства, общества и т.д. В качестве судей можно пригласить двух-трех учащихся старших классов, их задача задавать уточняющие вопросы, делать комментарии и вынести приговор. Ведущий выступает в качестве помощников судей. Перед началом суда ведущий зачитывает короткую информацию в отношении каждого из веществ, и желательно поместить в аудитории символические образы этих веществ. Ход суда выглядит следующим образом:

1. Ведущий открывает судебный процесс и представляет «судей».

2. Ведущий зачитывает короткую информации о «подсудимых».

3. Высказываются «специалисты» из группы обвинителей потребления табака.

4. Оставшиеся участники выступают в роли «свидетелей» или «адвокатов» и могут делать дополнительные комментарии в отношении обвинения или оправдания потребления табака (судьи вместе с ведущим задавая вопросы, делая уточнения и комментарии, добиваются «виновности» подсудимого).

5. Высказываются «специалисты» из группы обвинителей потребления алкоголя.

6. Оставшиеся участники выступают в роли «свидетелей» или «адвокатов» и могут делать дополнительные комментарии в отношении обвинения или оправдания потребления алкоголя (судьи вместе с ведущим задавая вопросы, делая уточнения и комментарии, добиваются «виновности» подсудимого).

7. Высказываются «специалисты» из группы обвинителей потребления наркотиков.

8. Оставшиеся участники выступают в роли «свидетелей» или «адвокатов» и могут делать дополнительные комментарии в отношении обвинения или оправдания потребления наркотиков (судьи вместе с ведущим задавая вопросы, делая уточнения и комментарии, добиваются «виновности» подсудимого).

9. Судьи вместе с ведущим в течение одной минуты готовят приговор и зачитывают его участникам в отношении каждого вещества (обязательно делается акцент, что приговор был сделан на основе сведений и данных предоставленных группой).

10. Завершение процесса.

Упражнение 3. Коллективный счет - 10 мин.

Участники стоят в кругу, опустив голову, и естественно не глядя друг на друга. Задача группы - назвать по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия:

- никто не знает, кто начнет счет, и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально и невербально);
- нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд;
- если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начать с единицы.

Общей целью группы становится увеличение достигнутого числа на последующих занятиях при уменьшении количества попыток. Ведущий фиксирует результаты группы на каждом занятии (5 мин.).

Упражнение 4. Я тебе открою тайну - 5 мин.

Все рассаживаются в один общий круг. На этом занятии, все участники должны угадать: кто чьим другом был? Сколько приятных минут подарил? Сколько баллов набрал? И таким образом выявляется имя победителя. Победителю вручается переходящий вымпел «Лучшего тайного друга». Далее ведущий, обходя круг, снова предлагает всем вытянуть жребий - листочек, на котором написано имя одного из участников. В течение времени до следующего занятия участникам нужно 5 минут быть «тайным» другом того, чье имя досталось.

Упражнение 5. Спасибо за приятное занятие. Попросите детей встать в общий круг. Предложите поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из детей становится в центр, другой подходит к нему/ней, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается и завершается церемония безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

7 занятие

Материалы: Раздаточный материал

Приветствие - 5 мин.

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйте», «Салем» и т.д.

Упражнение 1. Прогноз погоды - 5 мин.

Каждый участник должен взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать его/ее настроению. Участнику могут показать, что у них сейчас "хорошая или плохая погода" или "штормовое предупреждение", а может быть это «солнечный день». Таким образом, каждый участник рисует состояние погоды, которое в наибольшей степени соответствует его внутреннему состоянию/настроению. После завершения все рисунки вывешиваются на доску или стену.

Упражнение 2. Словесный бой - 10 мин.

Участники должны разделиться на две команды. Каждой команде вручается листочек бумаги и карандаш. Суть игры в том, чтобы составить из какого-нибудь длинного слова как можно больше новых слов обязательно существительных в единственном числе и именительном падеже.

Упражнение 3. За что меня любит мама - 20 мин.

Все дети сидят в кругу (или за партами). Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама. Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил, за что любит мама каждого присутствующего в группе ребенка. При затруднении другие дети могут ему помочь. После этого целесообразно обсудить с детьми, приятно ли было им узнать, что все, что они сказали, другие дети запомнили. Дети обычно сами делают вывод о том, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.

Примечание: на первых порах дети, чтобы показаться значимыми для других, рассказывают, что мамы любят их за то, что они моют посуду, не мешают маме писать диссертацию, за то, что любят маленькую сестренку... Только после многократного повторения этой игры дети приходят к выводу, что их любят просто за то, что они есть.

Упражнение 4. Участники садятся по кругу. Учитель выходит из круга и дает инструкцию. "У вас 1,5 минуты, в ходе которых надо внимательно посмотреть друг на друга" (за временем следит учитель). Через 1,5 минуты учитель просит всех повернуться спиной в круг, подходит к одному из участников и говорит, обращаясь к нему, например: "Владимир, я иду по кругу и прохожу одного, второго, третьего, останавливаюсь у четвертого человека, кто это?" Владимир отвечает (если ответ неправильный, надо ему об этом сказать и дать возможность ответить еще и ещё раз, пока не будет получен правильный ответ). После этого учитель предлагает Владимиру ответить на ряд вопросов, относящихся к внешнему облику названного человека. Далее дается аналогичное задание ещё 2-3 человекам.

Упражнение 5. Школа - 10 мин.

Ведущий предварительно подготовив ватман и краски с карандашами, просит всех участников вместе нарисовать один большой рисунок под названием «Школа». Каждый участник должен нарисовать свои ассоциации,

связанные со школьной жизнью. Далее после завершения занятия проводится обсуждение рисунка, и участники выражают свое отношение к школе, учителям, другим ученикам. Ведущий в конце делает короткое резюме всех высказываний.

Упражнение 6. Я тебе открою тайну - 5 мин.

Все рассаживаются в один общий круг. На этом занятии, все участники должны угадать: кто чьим другом был? Сколько приятных минут подарил? Сколько баллов набрал? И таким образом выявляется имя победителя. Победителю вручается переходящий вымпел «Лучшего тайного друга». Далее ведущий, обходя круг, снова предлагает всем вытянуть жребий - листочек, на котором написано имя одного из участников. В течение времени до следующего занятия участникам нужно быть «тайным» другом того, чье имя досталось.

Упражнение 7. Спасибо за приятное занятие - 5 мин.

Попросите детей встать в общий круг. Предложите поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из детей становится в центр, другой подходит к нему/ней, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается и завершается церемония безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

8 занятие

Материалы: Раздаточный материал

Приветствие - 5 мин.

Участники встают в круг, кладут руки друг другу на плечи. Приветливо смотрят друг на друга и здороваются, при этом каждый сам выбирает форму, как он/она будет здороваться «Всем, привет», «Здравствуйте», «Салем» и т.д.

Упражнение 1. Прогноз погоды - 5 мин.

Каждый участник должен взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать его/ее настроению. Участнику могут показать, что у них сейчас "хорошая или плохая погода" или "штормовое предупреждение", а может быть это «солнечный день». Таким образом, каждый участник рисует состояние погоды, которое в наибольшей степени соответствует его внутреннему состоянию/настроению. После завершения все рисунки вывешиваются на доску или стену.

Упражнение 2. Угадай «Кто Я» - 20 мин.

Каждый участник должен приготовить описание своей личности в форме загадки, то есть написать, каким он видит самого себя. Ведущий предлагает загадку, такого типа написать каждому участнику. Она может быть, например, следующего содержания: «Я девочка. У меня длинные волосы и зеленые глаза. Я очень люблю рисовать...». Каждая загадка должна завершаться вопросом: «Догадайся, кто я?». На составление дается около 2-3 минут, а когда время

заканчивается ведущий дает сигнал, и по нему все дети складывают листки со своими загадками в одну большую коробку, листки перемешиваются. Ведущий пускает эту коробку по кругу, каждый достает из нее первый попавшийся листок с загадкой. Участник зачитывает текст, содержащийся на листке, и пытается угадать, о ком идет речь. Если играющий не может справиться с этим, то обращается за помощью к остальным, и тогда уже все пытаются угадать. Если кому-то достанется свой листок с текстом, то он должен положить его обратно в коробку, потому что в этом случае загадки не получаются.

Упражнение 3. Школа - 10 мин.

Ведущий предварительно подготовив ватман и краски с карандашами, просит всех участников вместе нарисовать один большой рисунок под названием «Школа». Каждый участник должен нарисовать свои ассоциации, связанные со школьной жизнью. Далее после завершения занятия проводится обсуждение рисунка, и участники выражают свое отношение к школе, учителям, другим ученикам. Ведущий в конце делает короткое резюме всех высказываний.

Упражнение 4. - 10 мин. Участники сидят по кругу. "Давайте все вместе нарисую картину. Я возьму холст и нарисую на нем что-то, потом передам его Тане (участница, сидящая слева от педагога). Она нарисует на нем то, что ей захочется, и скажет нам, что она нарисовала, затем передаст картину дальше". После того, как педагог убедится, что все участники поняли, как они будут рисовать картину, он "берёт" воображаемый холст в рамке и говорит: "Я беру холст и рисую на нем линию горизонта", и передает его участнику, сидящему слева, который, принимая "холст", говорит: "Я вижу нарисованную линию горизонта, а я нарисую...". Следующий: участник берет картину и говорит: "Я вижу линию горизонта, нарисованную ведущим, вижу ..., нарисованное Таней, а я нарисую ..." и так далее, пока круг не завершится. Картина возвращается к учителю, который берет её и говорит: "И вот теперь я держу в руках картину и вижу на ней линию горизонта, которую нарисовала я". Далее учитель проговаривает все то, что "нарисовал каждый ученик, называя его имя и обращаясь к нему в тот момент.

Далее ребятам можно предложить порисовать: выполнить следующие задания:

- создать эмблему своего класса;
- изобразить герб школы.

Упражнение 5. Коллективный счет - 20 мин.

Участники стоят в кругу, опустив голову, и естественно не глядя друг на друга. Задача группы - назвать по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия:

- никто не знает, кто начнет счет, и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально и невербально);
- нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд;
- если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начать с единицы.

Общей целью группы становится увеличение достигнутого числа на последующих занятиях при уменьшении количества попыток. Ведущий фиксирует результаты группы на каждом занятии.

Упражнение 6. Я тебе открою тайну - 10 мин.

Все рассказываются в один общий круг. На этом занятии, все участники должны угадать: кто чьим другом был? Сколько приятных минут подарил? Сколько баллов набрал? И таким образом выявляется имя победителя. Победителю вручается переходящий вымпел «Лучшего тайного друга». Ведущий вместе с участниками подводит итоги этого упражнения на протяжении всех восьми занятий.

Вручение сертификатов

Попросите детей сесть в общий круг. Ведущий предварительно готовит символические сертификаты для каждого участника за успешное прохождение занятий. Далее сертификат вручается каждому участнику с соответствующим напутствием и аплодисментами. Когда все дети получают сертификаты, им предлагается высказать свою обратную связь в отношении всех проведенных занятий.

