

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»  
Институт социального образования  
Факультет международных отношений и социально-гуманитарных коммуникаций  
Кафедра психологии и социальной педагогики

## **Адаптация пятиклассников к обучению в средней школе**

Выпускная квалификационная работа

Выпускная квалификационная работа  
допущена к защите  
Зав. кафедрой психологии и  
социальной педагогики

\_\_\_\_\_  
дата      Б.М. Игошев,  
докт. пед. наук, профессор

Руководитель ОПОП  
Капустина Н.Г., канд. пед. наук,  
доцент кафедры психологии  
и социальной педагогики

\_\_\_\_\_  
дата      подпись

Исполнитель:  
Тетюева Мария Андреевна,  
студентка 403 группы  
очного отделения

\_\_\_\_\_  
дата      подпись

Научный руководитель:  
Пожар А.И., канд. пед. наук,  
доцент кафедры психологии  
и социальной педагогики

\_\_\_\_\_  
дата      подпись

Екатеринбург 2016

## Оглавление

<b>Введение.....</b>	<b>3</b>
<b>Глава 1. Теоретические основы адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.....</b>	<b>7</b>
<b>1.1. Адаптация: понятие, виды и их характеристики.....</b>	<b>7</b>
<b>1.2. Психолого-педагогическая характеристика детей младшего подросткового возраста.....</b>	<b>15</b>
<b>1.3. Формы, методы, средства, направления адаптации пятиклассников к обучению в школе.....</b>	<b>22</b>
<b>Глава 2. Опытно-поисковая работа по изучению адаптации пятиклассников к обучению в средней школе на примере МБОУ СШ№9.....</b>	<b>33</b>
<b>2.1. Анализ деятельности СШ №9 по адаптации учащихся пятых классов к обучению в средней школе.....</b>	<b>33</b>
<b>2.2. Исследование уровня адаптации пятиклассников к обучению в СШ №9 г. Красноуфимска.....</b>	<b>43</b>
<b>2.3. Календарный план по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе .....</b>	<b>56</b>
<b>Заключение.....</b>	<b>67</b>
<b>Список использованной литературы.....</b>	<b>70</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>75</b>

## Введение

Любые переходные периоды в жизни человека всегда связаны с трудностями и каждый должен уметь адаптироваться к различным жизненным ситуациям.

Адаптация – это приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными потребностями, мотивам и интересами. Процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды называется социальной адаптацией. В педагогике и психологии эти понятия тесно связаны между собой [34].

Вопросом адаптации пятиклассников к обучению в средней школе занимались Н.Н. Баранова, М.В. Григорьева, Д.А. Журавлев, Л.П. Пономаренко и многие другие отечественные психологи [5, 12, 16, 19, 45].

Возраст учащихся 5-го класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому. Подростковый возраст – это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости – главного личностного новообразования младшего подростка.

Переход в среднее школьное звено для любого ребёнка – это важный этап в его жизни. Он переживает определённого рода стресс, ведь теперь условия его обучения радикально меняются и поэтому ему необходимо под них подстроиться. Именно в пятом классе к школьнику впервые предъявляется множество различных требований и если он научится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни.

Одни пятиклассники гордятся тем, что повзрослели и быстро втягиваются в учебный процесс, а другие переживают изменения в школьной жизни, и

адаптация у них затягивается. В такой период дети нередко меняются – тревожатся без явных на то причин, становятся робкими или, наоборот, развязными, слишком суетятся. Как результат – у ребят снижается работоспособность, они становятся забывчивыми, неорганизованными.

Именно поэтому, переход учеников из начальной школы – это сложный и ответственный период и от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что тема «Адаптация пятиклассников к обучению в средней школе» является актуальной в наше время.

**Противоречие** исследования: между необходимостью проведения адаптации детей младшего подросткового возраста и недостаточной изученностью этого вопроса в психолого-педагогической науке, особенно того, что касается учащихся пятых классов.

**Проблема** исследования:каково содержание адаптации пятиклассников к обучению в средней школе?

**Тема** исследования:«Адаптация пятиклассников к обучению в средней школе»

**Объект** исследования: процесс адаптация учащихся к обучению в школе.

**Предмет** исследования: содержание процесса адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.

**Цель** исследования:на основе теоретических и полученных эмпирических данных разработать комплекс мероприятий по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.

**Гипотеза** исследования: возможно,комплекс мероприятий поадаптации учащихся при переходе в основную школу должен включать:

- диагностику детей младшего подросткового возраста, направленную на выявление адаптации;
- сотрудничество всех участников образовательного процесса;

- преемственность при переходе из начального звена в среднее;
- контрольные срезы знаний на всех этапах обучения.

#### **Задачи исследования:**

1. Проанализировать психолого-педагогическую характеристику детей младшего подросткового возраста.
2. Изучить понятие «адаптация», ее виды.
3. Рассмотреть формы, методы, средства, направления адаптации пятиклассников к обучению в школе.
4. Провести анализ деятельности «Средней школы №9» г. Красноуфимска Свердловской области.
5. Провести исследование по выявлению уровня адаптации учащихся пятых классов к обучению в средней школе.
6. Разработать календарный план работы по адаптации пятиклассников к обучению в школе.

Для решения поставленных задач мы использовали следующие **методы** исследования:

- теоретические: анализ, синтез, сравнение, обобщение;
- эмпирические: наблюдение, анализ документов, анкетирование, экспертный опрос, математическая обработка результатов.

**База** исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 9» г. Красноуфимска Свердловской области.

**Структура работы.** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, шести параграфов, заключения, списка использованной литературы и приложений.

Во введении обоснована актуальность исследования, а также противоречие, проблема, указана тема, объект, предмет, цель, задачи, выдвинута гипотеза, указаны методы и база исследования.

В первой главе «Теоретические основы адаптации пятиклассников к обучению в средней школе», рассматривается: понятия, виды и характеристика

адаптации; психолого-педагогическая характеристика детей младшего подросткового возраста; формы, методы, средства, направления адаптации пятиклассников к обучению в школе.

Во второй главе описана опытно-поисковая работа по изучению адаптации пятиклассников к обучению в средней школе на примере Муниципального Бюджетного общеобразовательного учреждения «Средней школы №9» в которой представлен: анализ деятельности МБОУ СШ №9 по адаптации учащихся пятых классов к обучению в средней школе; исследование уровня адаптации пятиклассников; календарный план по адаптации пятиклассников «Средней школы №9» г. Красноуфимск.

В заключении представлены основные выводы.

Список литературы содержит 60 источников.

В работе имеется 7 приложений.

# Глава 1. Теоретические основы адаптации пятиклассников к обучению в средней школе

## 1.1. Адаптация: понятие, виды и их характеристика

«Адаптация» – это междисциплинарное понятие, поэтому оно рассматривается многими исследователями. Данное понятие охватывает различные адаптивные системы. Термин "адаптация" происходит от латинского слова *adaptatio* – приспособление. Может быть, поэтому многие авторы дают его дефиницию через перевод и определяют адаптацию как приспособление организма к условиям среды [21, с.67].

В философском словаре понятие адаптации связано с ее социальной направленностью, то есть с жизнью в обществе. «Адаптация – вид взаимодействия личности или социальной группы с социальной средой, в ходе которого согласовываются требования и ожидания его участников».

В психологии адаптация понимается как сочетание внутреннего состояния человека со всем, что его окружает и с кем он взаимодействует. Все изменения, которые происходят в самой личности человека, сопровождаются адаптацией и затрагивают все уровни организма как молекулярный, так и уровень психологической регуляции деятельности личности.

Также адаптацию можно рассматривать как процесс активного приспособления личности к постоянно меняющейся среде, которая его окружает, с помощью определенных социальных средств. Адаптация представляет собой такой элемент деятельности, который осваивает относительно стабильные условия среды, повторяющиеся решения и типичные проблемы, путем применения общепринятых способов социального действия и поведения.

Таким образом, Л.В. Мардахаев рассматривает социальную адаптацию и определяет ее как активное приспособление личности к условиям окружающей его среды, благодаря этому появляются наиболее благоприятные условия для

самостоятельного проявления личности и естественного усвоения, принятия ценностей, стилей поведений, норм, принятия поставленных целей, которые наиболее приняты в обществе.

Также Л.В. Мардахаев рассматривает адаптацию как процесс, проявление и результат. Адаптация как процесс представляет собой естественное развитие адаптационных возможностей человека в различных условиях среды его жизнедеятельности или в определенных условиях. Она позволяет человеку обеспечить свою самореализацию. Этими условиями могут быть семья, детский сад, школа.

Адаптация как проявление характеризует типичное поведение, отношение и результативность деятельности человека в условиях среды, как отражение его приспособления к ней. По проявлениям человека можно судить о степени его адаптированности к определенным условиям среды в данный период времени.

«Адаптация как результат свидетельствует насколько поведение, отношения и результативность деятельности ребенка соответствуют его возрасту, социальным нормам и правилам, принятым в социуме, в котором он живет...» [30, с. 54].

Адаптация является свойством любого живого организма. Однако человек – это не просто живой организм, а прежде всего сложнейшая биосоциальная система. Поэтому при рассмотрении проблем адаптации человека целесообразно выделить три функциональных уровня: физиологический, психический и социальный.

Решающую роль в процессе поддержания адекватных отношений в системе «индивидуум-среда», в ходе которого могут изменяться все параметры системы, играет психическая адаптация [2, с.143].

Адаптация пятиклассников в образовательной организации является одним из видов учебной адаптацией. Процесс взаимодействия личности пятиклассника с образовательной средой основной школы является учебной

адаптацией при переходе учащихся из начальной школы в основную. В результате происходит установление оптимального соответствия возможностей, интересов, знаний, умений и навыков учащегося, полученных на ранних этапах обучения, воспитания и развития. С другой стороны, проявляется быстрое реагирование на образовательные потребности учащегося через установление индивидуальной траектории его воспитания, обучения, развития и здоровьесберегающей средой.

Школа является одним из основных институтов социализации ребенка, который начинает осуществлять свое влияние на протяжении многих школьных лет жизни ребенка. Именно школа доминирует в воспитании ребенка в процессе его социализации. Ее влияние постепенно дополняется семьей, влиянием друзей, сверстников и другими социальными институтами. Тем не менее, нельзя уменьшать значение школы, как основного института социализации. То, что ребенок приобретает в школе, он сохраняет в течение всей своей жизни; в школе он продолжает формироваться как личность.

По определению Немова Р.С. «социализация – процесс и результат присвоения ребенком социального опыта по мере его психологического, интеллектуального и личностного развития, то есть преобразование под влиянием обучения и воспитания его психических функций, присвоение социально-нравственных ценностей, норм и правил поведения, формирование мировоззрения» [40].

Также можно сказать что социализация – это процесс накопления подростком социального опыта и социальных установок, которые соответствуют его социальным школьным ролям. Процесс социализации подростка продолжается на протяжении всей его школьной жизни, но наиболее интенсивно он осуществляется в подростковом возрасте. Поэтому главную роль на этапах становления личности подростка играет не столько семья, сколько школа, как институт социализации.

В процессе общения с педагогами подросток усваивает предлагаемые ему образцы поведения, нормы морали, культурные ценности. Но нельзя сказать, что младший подросток усваивает и подвергается всем воздействиям, мнениям и предписаниям со стороны взрослых и данный процесс не является однонаправленным. Общение ребенка и учителей – это не только процесс передачи школьнику знаний, умений и навыков, которые он усваивает в процессе обучения и воспитания, а сложный процесс взаимного влияния. Ребенок активно и критически перерабатывает предлагаемый ему чужой опыт, применяя его в своем собственном.

Постепенное включение ребенка в систему общественных школьных отношений и самостоятельное установление новых социальных отношений предполагает процесс социализации. Направленные социальные факторы и влияния, которые бывает сложно предусмотреть и предотвратить оказывают воздействие на процесс социализации подростков в школе. Таким образом, можно выделить следующие особенности процесса социализации школьников: отсутствие стихийности, неорганизованности; собственную активность личности подростка.

В школе процесс социализации подростка протекает на фоне его активной совместной деятельности как с учащимися, так и с педагогами, а также в процессе влияния педагогов в процессе обучения и воспитания

В школе процесс воспитания выполняет две очень важные задачи: во-первых, организует благоприятное протекание процесса социализации, а во-вторых, он исключает влияние «стихийного элемента» среды и ближайшего окружения. Ведь именно через психологические, социальные и культурные отношения между подростками окружающими его людьми протекает социализация школьника.

Социальные отношения – это распределение ролей и статусных отношений в классе, школе в которых школьник усваивает различные социальные роли, и их содержание. Культурные отношения,

обусловлены особенностями сложившейся культуры. Подросток усваивает обычаи и традиции семьи, общества, конкретной школы, класса. В процессе социализации устанавливаются психологические отношения, в процессе которых подросток учится сопереживать, устанавливать теплые отношения как с учащимися, так и с учителями, поддерживать друг друга в различных ситуациях. Таким образом, все вышеперечисленные виды отношений являются важными в процессе социализации, ведь именно в ходе этих отношений ученик усваивает ценности, которые высоко ценятся не только в его школе, но и в обществе.

Существует две стороны процесса социализации – это содержательная и функциональная. Содержательная сторона характеризуется тем, какие личностные приобретения и образования формируются в процессе социализации. Функциональная сторона – как, под влиянием каких механизмов происходит это формирование.

В ходе исследования мы изучаем адаптацию пятиклассников к обучению в средней школе, которая является видом учебной адаптации и тесно связана с социальной адаптацией. Социальная адаптация, как адаптация вообще, представляет собой диалектическое единство объекта-системы и среды реализации его цели, в данном случае единство социального организма и социальной среды. С одной стороны, происходит формирование собственной природы человека, с другой – создание среды.

Также тесную связь имеет социальная и психическая адаптации. Психическая адаптация понимается, как процесс установления соответствия психических свойств, состояний и процессов личности при ее деятельности и окружающей среды. Кроме того, А.В. Морозов подчеркивает, что данный процесс «позволяет индивидууму удовлетворять актуальные потребности и реализовывать связанные с ними значимые цели, обеспечивая в то же время соответствие максимальной деятельности человека, его поведения, требованиям среды» [14, с.67].

Учебная адаптация предполагает приспособление ученика к форме и содержанию обучения. Адаптация учащихся к обучению в средней школе является одним из видов учебной адаптации. Под учебной адаптацией учащегося при переходе из начальной в основную школу мы понимаем процесс взаимодействия личности пятиклассника и образовательной среды основной школы, в результате чего, устанавливается оптимальное соответствие, с одной стороны, возможностей, склонностей, интересов, знаний, умений и навыков ребенка, полученных на предыдущих этапах обучения, воспитания и развития, с другой стороны, условий образовательной системы [37, с.22].

Ярко выраженными проблемами пятиклассников являются: проблемы, связанные с появлением новых учителей; разнообразием их требований; занятиями в разных кабинетах; необходимостью вступать в контакты со старшеклассниками. Трудности, возникающие у детей при переходе в средние классы, могут быть связаны также с определенной индивидуализацией, обезличиванием подхода педагога к школьнику. Все это является довольно серьезным испытанием для психики школьника.

Большинство детей переживает переход из начального звена в среднее, как важный шаг в их жизни. Это наблюдается даже в тех школах, где детей с самого начала обучают учителя-предметники и где видимых изменений в жизни детей не происходит. Центральное место занимает, как сам факт окончания младшей школы, который в той или иной степени подчеркивается учителями и родителями, так и, предметное обучение.

Несмотря на то, что и в начальных классах дети изучали разные предметы, только при переходе в среднюю школу они начинают понимать и осознавать связь этих предметов с определенной областью знаний. На вопросы, различаются ли чем-нибудь и чем именно учеба в пятом классе и в начальной школе, пятиклассники отвечают: «Малыши просто учатся считать, а мы учим математику», «Раньше мы просто читали рассказы о том, что было, а теперь учимся узнавать историю» и т.п.

Также внешним показателем взросления для многих детей, обучавшихся первоначально у одного учителя, является переход к нескольким учителям с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений. Они с удовольствием и с определенной гордостью рассказывают родителям, младшим братьям, друзьям о «доброй» учительнице математики или «вредном» историке. Кроме того, определенная часть детей осознает такой переход как шанс заново начать школьную жизнь, наладить не сложившиеся или не устраивающие школьника отношения с педагогом.

Адаптация к условиям школы – довольно длительный процесс, имеющий и физиологические и психологические аспекты. Ученые-психологи считают, что необходимым условием становления учебной мотивации является развитие учебной деятельности школьника в единстве всех ее компонентов. Таким образом, проблема психической адаптации представляет собой важную область научных поисков, расположенную на стыке различных отраслей знания, приобретающих в современных условиях всё большее значение. В этой связи адаптационную концепцию можно рассматривать как один из перспективных подходов к комплексному изучению человека.

Социально-психологическая адаптация младших подростков может заключаться в избавлении от чувства страха, одиночества или сокращении сроков социального научения, когда, опираясь на общественный или групповой опыт, учащиеся освобождаются от необходимости проб и ошибок, сразу выбирая более подходящую программу поведения.

Процесс социально-психологической адаптации младших подростков реализуется через систему социальных институтов, одним из которых является школа, где социальные качества личности корректируются и формируются в соответствии с общественно значимыми ценностями.

В течение адаптационного периода (1-е полугодие обучения) у пятиклассников должно сформироваться так называемое «чувство взрослости», которое проявляется в новой личностной позиции:

- по отношению к учебной деятельности;
- по отношению к школе и предметам;
- 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.

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.

Таким образом, осложняется сам процесс учения, продуктивная работа на уроке становится проблематичной. Даже потенциальный отличник может превратиться в отстающего ученика. 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 являются наиболее подверженными возникновению дезадаптации.

Дезадаптация – психическое состояние, возникающее в результате несоответствия социопсихологического или психофизиологического статуса ребенка требованиям новой социальной ситуации [44].

Существуют следующие виды школьной дезадаптации пятиклассников:

1. Интеллектуальная – низкий уровень развития мышления, несформированность познавательной мотивации, несформированность учебных умений и навыков.

2. Поведенческая – несоответствие поведения ребенка правовым, и моральным нормам (конфликтность, агрессивность, недисциплинированность, асоциальность).

3. Коммуникативная – затруднения в общении со сверстниками и взрослыми (тревожность, замкнутость, чрезмерная зависимость).

4. Эмоциональная – тревога и переживание по поводу проблем в школе, страх перед учителем, нежелание посещать школу. Немалая роль в успешном прохождении периода адаптации отводится личностным особенностям детей, сформировавшимися на предшествующих этапах развития: умению контактировать с другими людьми, владению необходимыми навыками общения, способностью определить для себя оптимальную позицию в отношениях с окружающими [56, с.74].

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что существуют различные виды адаптации пятиклассников, а именно: социальная, психическая, учебная, адаптация к условиям школы и социально-психологическая адаптация. Все виды перечисленных адаптаций взаимосвязаны между собой, ведь если один вид адаптации не будет пройден успешно, то произойдет дезадаптация. Поэтому смысл адаптационного периода в школе состоит в том, чтобы обеспечить его естественное протекание и как следствие – это получение благополучных результатов.

## **1.2. Психолого-педагогическая характеристика детей младшего подросткового возраста**

Самым трудным и сложным из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности, является подростковый возраст. Но, не смотря на всю сложность данного возрастного периода, он является самым ответственным в жизни каждого человека, ведь именно в данном периоде складываются основы нравственности, формируются социальные установки,

отношения к себе, к людям, к обществу. Также, в данном возрасте становятся стабильными черты характера и основные формы межличностного общения и поведения. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию— это самопознание, самовыражение и самоутверждение. Более высокий уровень самосознания – это главная новая черта, появляющаяся в психологии подростка, по сравнению с ребенком младшего школьного возраста[9].

В педагогической литературе хронологические границы младшего подросткового возраста точно не фиксированы. Разными авторами в качестве подросткового возраста выделяются периоды от 10-11 лет до 15 лет или от 11-12 до 15 лет. Это часто зависит от того, рассматривается ли как особый этап развития ранний юношеский возраст. Так, например, в периодизации Д.Б. Эльконина выделяется 3 периода подросткового возраста, «...такие как: младший подростковый (10-11 лет), средний подростковый (11-12 лет) и начало старшего подросткового возраста (12-14 лет)...»[60, с. 14].

Подростковый возраст называют переходным возрастом, потому что в этот период происходит взросление ребенка. Так как детство уже ушло, но физическая, психическая и эмоциональная зрелость еще не наступил, а младший подростковый возраст можно считать несформированным. Именно поэтому данный возраст принято классифицировать как переходный. Рассмотрим более подробно особенности детей младшего подросткового возраста.

В наше время существует множество характеристик подросткового возраста. Но наиболее полная характеристика подросткового возраста предложена Д.Б. Элькониным, где акцент делается на «...появлении психологических новообразований, обуславливаемых сменой и развитием ведущих типов деятельности...» [60, с. 12].

Половое созревание, начало функционирования половых желез является важнейшим фактором физического развития в подростковом возрасте. И хотя

оно не является единственным источником психологических особенностей данного возраста, оказывая лишь опосредованное влияние на развитие личности через отношения ребенка к окружающему миру, но, тем не менее, мы не можем отрицать, что оно вносит много нового в жизни подростка [48, с. 46].

Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Увеличиваются рост и вес ребенка. Изменение роста и веса сопровождается изменением пропорций тела. Очень часто дети ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими. Появляются вторичные половые признаки – внешние признаки полового созревания, как правило, это происходит у разных детей в разное время.

В связи с быстрым развитием со стороны физического здоровья возникают трудности функционирования сердца, легких, кровоснабжения головного мозга. Поэтому для подростков характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса. А такие перепады вызывают быструю смену физического состояния и, соответственно, настроения. Именно поэтому отмечается, что в подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным и нестабильным [38, с. 47].

После относительно спокойного младшего школьного возраста, младший подростковый кажется бурным и сложным. И главной особенностью подростка – личностная нестабильность. Противоположные черты, стремление, тенденции, сосуществуют и борются друг с другом, определяя противоречивость характера и поведения взрослеющего ребенка. Среди многих личностных особенностей, присущих подростку, особо выделяются формирующиеся у него чувства взрослости, «Я-концепция» [60, с. 111].

Одновременно с внешними, объективными проявлениями взрослости возникает и чувство взрослости – отношение подростка к себе, как к взрослому, представление, ощущение себя в какой-то мере взрослым человеком. Эта субъективная сторона взрослости считается центральным

новообразованием младшего подросткового возраста. Чувство взрослости – особая форма самосознания; оно практически не связано с процессом полового созревания [48, с. 188].

Младший подросток претендует на равноправие в отношениях со взрослыми и часто идет на конфликты, отстаивая свою позицию. Чувство взрослости проявляется и в стремлении к самостоятельности, желании оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства родителей. Кроме того, у младших подростков проявляются собственные взгляды, оценки, собственная линия поведения. Подросток настойчиво отстаивает их, даже не смотря на неодобрение окружающих. Так как данный возраст является не стабильным, взгляды могут меняться каждую неделю, но отстаивать противоположную точку зрения ребенок будет столь же эмоционально, как и отстаивал предыдущую, в которой он был также уверен. В данный период времени усваиваются этические нормы поведения, предписывающие подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками.

Наряду с чувством взрослости Д.Б. Элькониным рассматривается подростковая тенденция – стремление быть и казаться взрослым.

Таким образом, чувство взрослости становится центральным новообразованием младшего подросткового возраста, а к концу периода ребенок делает еще один шаг в своем личностном развитии. После поисков себя, личностной нестабильности у него формируется «Я-концепция» – система внутренне согласованных представлений о себе, образов «Я» [20, с. 155].

В возрасте 10-11 лет у детей возникает интерес к своему внутреннему миру, а затем происходит постепенное углубление самопознания. Подросток открывает для себя свой внутренний мир. Он с большим интересом анализирует сложные переживания, связанные с новыми отношениями, свои личностные черты, поступки. Подросток не только хочет понять, каков он есть на самом деле, но и представляет себе, каким бы он хотел быть. Познать себя

ему помогают друзья, за которыми он наблюдает, в поисках сходства и различий, также отчасти познать себя помогают близкие взрослые, ведь именно они на протяжении всей жизни находятся рядом и непосредственно влияют на становление личности ребенка.

Все богатство жизни подростка отражаются вразнообразных образах «Я», которые он создает в своем сознании. Физическое «Я», то есть представления о собственной внешней привлекательности, представления о своем уме, способностях в разных областях, о силе характера, общительности, доброте и других качествах, соединяясь, образуют большой пласт «Я-концепции» – так называемое реальное «Я».

Познание себя, своих различных качеств приводит к формированию когнитивного (познавательного) компонента «Я-концепции». С ним связаны еще два – оценочный и поведенческий. Для ребенка важно не только знать, какой он есть на самом деле, но и насколько значимы его индивидуальные особенности. Оценка своих качеств зависит от системы ценностей, сложившейся, главным образом, благодаря влиянию семьи и сверстников.

Помимо реального «Я», «Я-концепция» включает в себя «Я-идеальное». При высоком уровне притязания и недостаточном осознании своих возможностей идеальное «Я» может слишком сильно отличаться от реального. Тогда переживаемый подростком разрыв между идеальным образом и действительным своим положением приводит к неуверенности в себе, что внешне может выражаться в обидчивости, упрямстве, агрессивности [60, с. 181].

В тот момент, когда идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию. Оно становится возможным в этот период, благодаря тому, что у подростков развивается саморегуляция. Но к сожалению, чтобы медленно продвигаться к созданному ими самими идеалу, далеко не все они способны проявить настойчивость, силу воли и терпение. Кроме того, у

многих сохраняется детская надежда на чудо. Вместо того чтобы действовать, подростки погружаются в мир фантазий [38, с. 345].

В младшем подростковом возрасте подростки не только бурно увлекаются разнообразными делами, но и столь же эмоционально общаются со сверстниками. Ведь именно общение является ведущей деятельностью в данном возрастном периоде. Общение пронизывает всю жизнь подростков, накладывая отпечаток и на учение, и на вне учебные занятия, и на отношения с родителями. Ведущей деятельностью в этот период становится интимно-личностное общение, ведь именно близкий друг для подростка, обычно его ровесник, умеет выслушать и посочувствовать, понять и принять его переживания и установки.

В этот возрастной период ребят тянет друг к другу, их общение настолько интенсивно, что говорит о типично подростковой «реакции группирования». Так, на основе общих интересов, ценностей, схожих точек зрения, успеваемости, успешности и других факторов складываются группы. Но особенно важно для подростка иметь референтную группу, ценности которой он принимает, на чьи нормы поведения и оценки он ориентируется. Однако, часто подросток может чувствовать себя одиноким рядом со сверстниками в шумной компании. Кроме того, не всех подростков принимают в группу, часть из них оказывается изолированной – это либо неуверенные в себе, замкнутые подростки, либо излишне агрессивные заносчивые. Таким учащимся намного сложнее адаптироваться к новым условиям обучения, ведь если межличностные отношения со сверстниками не сложились, то и учеба отходит на второй план, с вытекающими отсюда последствиями, например, такими как неуспеваемость.

О младшем подростковом возрасте говорят, как о периоде повышенной эмоциональности, возбудимости, частой смены настроения, так как он является переходным. Физиологи объясняют эту психическую неуравновешенность и характерные для нее смены настроения от депрессии к экзальтации и в

обратном порядке, ослаблением всех видов условного торможения. Однако эмоциональные реакции и поведение подростков не могут быть объяснены лишь сдвигом гормонального порядка. Они зависят также от социальных факторов и условий воспитания. Психологические трудности взросления, противоречивость уровня притязаний и образа «Я» нередко приводят к тому, что эмоциональная напряженность типичная для младшего подростка захватывает и некоторые последующие годы [50, с. 82].

В этот трудный для подростка период важна поддержка и понимание со стороны взрослых. Требуется строить взаимоотношения с ним так, чтобы он мог продолжать гармонично развиваться. Главнейшая задача воспитателя – направить активность каждого подростка в нужном направлении, на познание окружающего мира, в первую очередь других людей, на общественно-полезную деятельность, на саморазвитие и самовоспитание. Именно поэтому очень важен тот факт, что при переходе в пятый класс, подростку необходим адаптационный период времени, чтобы он смог привыкнуть к новым требованиям среднего звена.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что хронологические границы младшего подросткового возраста – это 10-12 лет. Важнейшим фактором физического развития в подростковом возрасте является половое созревание, начало функционирования половых желез. Чувство взрослости в младшем подростковом возрасте проявляется в стремлении к самостоятельности, желании оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства родителей. Кроме того, у младших подростков проявляются собственные взгляды, оценки, собственная линия поведения. Подросток настойчиво отстаивает их, даже не смотря на неодобрение окружающих. Ведущей деятельностью в этот период становится интимно-личностное общение. Так как младший подростковый возраст является переходным, о нем говорят, как о периоде повышенной эмоциональности, возбудимости, частой смены настроения. Именно поэтому, при организации работы по адаптации

пятиклассников к обучению в средней школе, должны быть применены различные формы методы и средства.

### **1.3. Формы, методы средства, направления адаптации пятиклассников к обучению в школе**

Главными задачами педагогического коллектива в адаптационный период являются:

- создание условий для успешной адаптации пятиклассников в средней школе (формирование и сплочение классного коллектива, выработка системы единых и последовательных требований; установление определенных норм взаимоотношения детей с другими участниками учебного процесса, в том числе с учителями).

- повышение уровня психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению.

- адаптация учебной программы, нагрузки, образовательных технологий к индивидуальным особенностям младших подростков.

И все эти задачи могут быть выполнены лишь при совместной деятельности педагогов, психологов, администрации школы и родителей учащихся. В связи с этим выделяются основные направления работы:

1. Организационная работа (проведение больших и малых педсоветов, совещаний с представителями школьной администрации, педагогами).

2. Социально – педагогическая и психологическая диагностика.

3. Консультативная работа с педагогами, учащимися и их родителями.

4. Методическая работа.

5. Профилактическая работа.

6. Коррекционно-развивающая работа

7. Аналитическая работа.

Первым направлением работы является организационная деятельность.

Ежегодное ознакомление педагогического коллектива, администрации школы и родителей учащихся с планом работы и с результатами психологических обследований. На семинарах для классных руководителей и учителей предметников, которые будут работать в пятых классах, проводится ознакомление их с основными задачами и трудностями первичной адаптации, тактикой общения с детьми и с тем, какую помощь им можно оказать.

Для учителей будущих пятых классов проводятся семинары по следующим темам: «Основные проблемы, возникающие в период адаптации к условиям обучения в средней школе», «Возрастные психологические особенности пятиклассников», «Рекомендации по организации работы с пятиклассниками в начале учебного года», «Психологические игры и упражнения».

Педагоги-предметники, классные руководители, которые будут работать с учащимися пятых классов, посещают уроки в выпускных классах начальной школы, знакомятся с программой и системой требований учителей начальной школы. Проводят пробные уроки. Составляют план внеурочных педагогических мероприятий для пятиклассников. Наблюдают за детьми. Оказывают помощь детям и их родителям в учебной самоорганизации.

Происходит ознакомление родителей с проблемами «особых» детей (гиперактивных, застенчивых, тревожных), в ходе которого раскрываются возможные причины такого поведения и с помощью чего можно помочь ребенку.

Вторым направлением работы является социально – педагогическая и психологическая диагностика.

На этапе адаптации детей к школе психологическая диагностика направлена на изучение степени и особенностей приспособления детей к новой социальной ситуации. Она проводится в начале учебного года наряду с педагогическими наблюдениями. Анализ показателей тревожности у школьников позволит выявить детей, неуверенных в себе, нуждающихся в

психологической помощи. В этом направлении целесообразно использовать следующие диагностические методики: тест школьной тревожности Филипса, анкета школьной мотивации Н.Г. Лускановой (в модификации Е.И. Даниловой), групповой тест (ГИТ).

Следующим направлением является консультативная работа с педагогами и родителями.

Работа с педагогами проводится в виде семинарских занятий, на которых классных руководителей и учителей-предметников знакомят с основными задачами и трудностями адаптационного периода, тактикой общения с детьми и помощи им.

Консультирование родителей, чьи дети показали низкие результаты в процессе тестирования и могут испытывать трудности приспособления к новым условиям обучения, осуществляется индивидуально или на родительских собраниях. На первом родительском собрании следует рассказать родителям о психологических особенностях детей данного возраста, о вероятных проблемах, которые могут возникнуть в начале обучения в пятом классе.

Ознакомление с играми и упражнениями из «Семейной игротеки», которые они могут выполнять вместе со своими детьми, а также с программой действий для родителей, желающих помочь своему ребенку освоить новую ступень школьной жизни; с требованиями к уровню подготовки учащихся по основным учебным предметам; с нормативно-правовой документацией, регламентирующей права и обязанности родителей, с психогигиеническими требованиями к рабочему месту ребенка и отрабатываются режимные моменты.

Далее проводится методическая работа, которая осуществляется социальным педагогом совместно с администрацией школы. Различные методы работы в первом, пятом и десятом классах направлены на построение обучения в соответствии с индивидуальными особенностями детей и спецификой класса.

Есть определенные виды учебной деятельности учащихся, над которыми необходимо работать особо тщательно, поскольку в этот период идет процесс

их формирования. Например, необходимо обратить внимание на организацию самостоятельной работы пятиклассников. Сформированные механизмы организации самостоятельной учебной деятельности являются одним из основных ресурсов ребенка не только во время обучения в школе, но и в последующей жизни.

Формирование потребности у учащихся самостоятельно приобретать знания является одной из основных задач школы как социального института. Наличие больших различий в знаниях, умениях и навыках учащихся класса создает трудности, как для работы учителя, так и для работы детей, которые отстают или наоборот обгоняют своих сверстников в усвоении школьной программы. Таким образом, появляются различные проблемы, например, у сильных детей (риск потери интереса к учебе в слабом классе, возникновение позиции наблюдения со стороны, необходимость переформирования навыка, отсутствие навыка к систематической, «рутинной» учебной работе и др.), так и у слабых (особенно, если они попали в сильный класс).

И только высокая мотивация школьника позволяет ему стать активным участником процесса обучения и адаптации за счет саморазвития. У пятиклассников мотивация на получение крепких знаний и хороших отметок находится на высоком уровне и главной задачей учителей в этот период является – сохранение имеющегося уровня.

Эффективной работой, по освоению школьной программы в основной школе способствуют позитивные установки на получение знаний. Но если ребенок воспринимает эту ситуацию как угрожающую или неприятную, то он испытывает много негативных эмоций, и тяга к получению новых знаний пропадает. Оценивая выраженность негативных эмоций в конкретных ситуациях школьной жизни ребенка, можно увидеть «зоны наибольшего напряжения» адаптации, то есть те ситуации, которые наиболее трудны по какой-то причине ребенку и, по возможности, используя различные приемы и

формы организации учебной деятельности ребенка, снять это негативное напряжение.

Таким образом, выделяют такие важные формы и приемы работы, которые положительно влияют на эффективность организации учебной деятельности:

- проверка готовности к уроку у всех учащихся (наличие необходимых учебно-письменных принадлежностей, порядок на парте);
- проверка правильности оформления тетради, различных видов работ и комментировать при необходимости проверку;
- начинать и заканчивать урок четко со звонком, поэтому важно напоминать о подготовке к уроку на перемене;
- соблюдение культуры диалога: не перебивать ни учителя, ни ученика;
- поднятая рука – это сигнал вопроса или ответа;
- у доски приучать учащихся давать развернутый, полный ответ;
- сопровождать новые виды учебной деятельности четкими инструкциями (самопроверка, взаимопроверка, самостоятельная работа с учебником и дидактическими материалами, учебные игры и т.д.);
- уделять особое внимание развитию поэтапных навыков работы с текстом учебника, навыкам составления опорного конспекта;
- наибольший активизирующий эффект на занятиях дают ситуации, в которых учащиеся сами должны:
  - отстаивать свое мнение;
  - принимать участие в дискуссиях и обсуждениях;
  - ставить вопросы своим товарищам и учителям;
  - рецензировать ответы товарищей; оценивать ответы и письменные работы товарищей;
- заниматься обучением отстающих; объяснять более слабым учащимся непонятные места;
- самостоятельно выбирать посильное задание;

- находить несколько вариантов возможного решения познавательной задачи (проблемы);
- создавать ситуации самопроверки, анализа личных познавательных и практических действий;
- решать познавательные задачи путем комплексного применения известных им способов решения.

Принцип активности ребенка позволяет наиболее оптимально решать задачи современного обучения. Достоинства групповой организации учебной работы учащихся с этой точки зрения, очевидны еще и потому, что позволяют организовать для младших подростков игровой характер проведения занятий, включающий в себя и фактор интереса, и фактор состязательности и представляющий собой эффективный мотивационный процесс мыслительной активности учащихся.

У учеников в условиях поиска, пробуждается интерес и стремление быть быстрым, собранным, ловким, находчивым, уметь четко выполнять задания, формулировать свою точку зрения и многое другое. Результатами такой совместной деятельности являются такие как: приучение ребят к коллективным методам работы; формирование положительных нравственных качеств личности. Именно групповая деятельность способствует улучшению психологического климата в классе, развитию толерантности, умению вести диалог и аргументировать свою точку зрения.

Проведение уроков в форме групповой работы подчинено основной задаче конкретного типа урока, подбор этих форм также определяется содержанием учебного материала, уровнем готовности класса, наличием времени. При этом обязательно необходимо учитывать возрастные психологические особенности младших подростков, и применять такие методы как частая смена видов деятельности, наличие различных игровых приемов, разнообразие приемов и форм активизации познавательной деятельности.

Особенность всех уроков в этот период – это неизменное сочетание различных приемов организации учебной деятельности с учетом возрастных и психологических особенностей пятиклассников, создание комфортных условий для адаптации учащихся на новой ступени обучения, создание и сохранение ситуации успеха в познавательной деятельности. Из опыта педагогической деятельности можно рекомендовать приемы активизации познавательной деятельности, дающие стабильную результативность обучения при системном подходе в их использовании, например:

- взаимопрос в парах (по домашнему заданию, при изучении нового материала);
- взаимопроверка решений в парах (сменного состава «Ручеек», «Хоровод» или постоянного состава) на разных этапах урока;
- «мозговой штурм» – работа в микрогруппах при решении задач – обсуждение задач, имеющих несколько способов решения, решение задач в нетрадиционной форме;
- защита творческих заданий (как долгосрочных, так и решаемых в течение урока);
- дидактические игры-соревнования;
- «Дешифровщик» – по группам при выполнении заданий собирают фразу, изречение, пожелание и пр.;
- оформление общего плаката (опорного конспекта) по конкретной теме.

Профилактическая работа – это следующее направление работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.

Профилактическая работа направлена на оказание поддержки каждому младшему подростку, на эмоциональное принятие новой социальной ситуации и новых учебных требований, выработку навыков учебной самоорганизации детей. Данный вид работы осуществляется школьным психологом. Наиболее продуктивно проходит в форме тренингов, дидактических игр, занятий на общение, преодоление трудностей адаптационного периода.

Посещение уроков, наблюдение за детьми осуществляется, когда они являются еще выпускниками начальной школы. В это же время проводится первый этап диагностической работы и развивающая психологическая игра «Дорога в пятый класс».

Следующим направлением работы является коррекционно-развивающая работа.

Проводится с учащимися, которые испытывают трудности в школьной адаптации. Такая работа может проводиться с детьми индивидуально или в группах, которые формируются на основе сходства проблем, выявленных у учащихся в процессе диагностики.

Например, работа с детьми по преодолению тревожности осуществляется на трех взаимосвязанных уровнях:

- обучение школьников приемам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью;
- расширение функциональных и операциональных возможностей школьника, формирование у него возможных навыков, умений, знаний;
- перестройка особенностей личности школьника, прежде всего его самооценки и мотивации.

Одновременно проводится работа с семьей школьника и его учителями с тем, чтобы они могли выполнять свою часть коррекции [10]. Критериями эффективности занятий выступают: снижение уровня школьной тревожности, повышение групповой сплоченности, позитивная динамика эмоционального развития ребенка, характеризующаяся возрастанием степени осознания чувств, гармонизация образа «Я» (позитивная самооценка), повышение уверенности в себе и своих возможностях, формирование у детей позитивного отношения к школе, учителям и одноклассникам.

Также проводится аналитическая работа.

Аналитическая работа должна быть направлена на осмысление проводимой социально-психологической деятельности по адаптации детей к

условиям к условиям средней школы, оценку эффективности работы и коррекции рабочих планов (как психолога, так и педагогов, работающих с пятиклассниками). Анализ ситуации дает возможность обсудить с учителями, администрацией школы, родителями формы и методы дальнейшей работы и планировать учебно-воспитательный процесс в данных классах.

Многие из детей обладают такой психофизиологической организацией, которая снижает их приспособляемость к стрессовым ситуациям. В этом случае более подробно изучаются психофизиологические стороны и в процессе обучения педагогический коллектив старается их учитывать, используя личностно-ориентированные методы. Кроме этого проводится коррекционная работа, часть которой выполняют родители. Что касается страхов в отношениях с учителями, которые снижают успешность обучения ребенка, то следует сказать, что необходимо на всех уроках создавать эмоционально привлекательный фон обучения, благоприятные условия для успеха школьников, повышать их веру в себя и позитивного самовосприятия; поддерживать инициативу в учебной работе, строить правильное общение с детьми, использовать только положительные эмоции.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что работа по адаптации пятиклассников должна проводиться в ходе совместной деятельности педагогов, психологов, администрации школы и родителей учащихся. В связи с этим выделяются основные направления работы:

1. Организационная работа (проведение больших и малых педсоветов, совещаний с представителями школьной администрации, педагогами).
2. Социально – педагогическая и психологическая диагностика.
3. Консультативная работа с педагогами, учащимися и их родителями.
4. Методическая работа.
5. Профилактическая работа.
6. Коррекционно-развивающая работа
7. Аналитическая работа.

Таким образом, проведение работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе по данным направлениям будет более четкой и структурированной.

### **Выводы по 1 главе**

Таким образом, рассмотрев психолого-педагогическую характеристику учащихся пятых классов, мы сделали вывод, что младший подростковый возраст – это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Вместе с тем, это самый ответственный период, поскольку здесь складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу.

Мы выявили, что возрастные границы младшего подросткового возраста в периодизации Д.Б. Эльконина – это 10-11 лет, а ведущим видом деятельности является общение.

Начало функционирования половых желез, половое созревание является важнейшим фактом физического развития в подростковом возрасте.

В младшем подростковом возрасте происходят изменения со стороны физического здоровья, поэтому для подростков характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса. А такие перепады вызывают быструю смену физического состояния и, соответственно, настроения. Именно поэтому отмечается, что в подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.

Младшим подросткам хочется казаться взрослыми, именно поэтому с внешними, объективными проявлениями взрослости возникает и чувство взрослости. Эта субъективная сторона взрослости считается центральным новообразованием данного возрастного периода.

Рассматривая особенности младшего подросткового возраста, мы увидели, что данный возрастной период тесно связан с самопознанием. Образы

«Я», которые создает в своем сознании подросток, разнообразны и отражают все богатство его жизни.

В данной главе нами были рассмотрены различные виды адаптации младших подростков при переходе из начальной школы в основную. Например, такие как социальная и психическая адаптации, учебная адаптация, адаптация к условиям школы и социально-психологическая адаптация. Все вышеперечисленные виды адаптаций взаимосвязаны между собой, ведь если один вид адаптации не будет пройден успешно, то адаптация не будет пройдена в полной мере и произойдет дезадаптация.

Мы выделили основные направления работы, в которые входят различные формы методы и средства работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе. Организационная работа (проведение больших и малых педсоветов, совещаний с представителями школьной администрации, педагогами). Социально-педагогическая и психологическая диагностика, консультативная работа с педагогами, учащимися и их родителями, методическая работа, профилактическая работа, коррекционно-развивающая работа, аналитическая работа.

Важная роль в успешном прохождении периода адаптации отводится личностным особенностям детей, сформировавшимся на предыдущих этапах развития: умению контактировать с другими людьми, владению необходимыми навыками общения, способности определить для себя оптимальную позицию в отношениях с окружающими, поэтому смысл адаптационного периода в школе состоит в том, чтобы обеспечить его естественное протекание и как следствие – получение благополучных результатов.

## **Глава 2. Опытнo-поисковая работа по изучению адаптации пятиклассников к обучению в средней школе на примере МБОУ СШ №9**

### **2.1. Анализ деятельности СШ№9 по адаптации учащихся пятых классов к обучению в средней школе**

Во время прохождения производственной практики в СШ №9 в период с 18.01.2016-14.02.2016, нами совместно со школьным психологом было проведено диагностическое исследование, подобранное согласно теме выпускной квалификационной работы, а именно «Уровень адаптации учеников».

В данной общеобразовательной организации исследования уровней школьной адаптации проводятся в первых, пятых и десятых классах, ведь именно при поступлении в школу, переходе в пятый и десятый класс ученики более уязвимы и подвержены стрессу.

В школе ежегодно осуществляется переход учеников из начального звена в среднее и главной задачей педагога-психолога, классных руководителей и учителей-предметников в этой ситуации является оказание помощи детям в адаптации к обучению в новых для них условиях. Также одной из главных задач педагогического коллектива общеобразовательной организации является своевременное выявление детей с дезадаптацией и оказание им необходимой помощи. Для этого в СШ № 9 разработаны программы по психологическому сопровождению учащихся начального и среднего звена в процессе адаптации к условиям обучения в школе.

В МБОУ СШ №9 существует программа «Преемственности», в которой расписан план работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, начиная с четвертого класса.

Как уже говорилось ранее, пятый класс – это переход из начального звена в средние, и из-за смены структуры, содержания обучения пятиклассников происходят изменения психологического и деятельностного характера:

- возрастает состояние стресса;
- увеличивается количество изучаемых предметов, меняются задания к упражнениям, происходит переход на обучение по новым программам;
- система перехода в разные кабинеты;
- много учителей-предметников;
- сложность адаптации к учителям;
- более высокая нагрузка, что ведет к переутомлению;
- отличия в приемах работы на уроках от начальной школы;
- отсутствие единства требований.

Все эти причины приводят к снижению успеваемости. Чтобы частично избежать этого, встает вопрос о постепенной адаптации пятиклассников, начиная с 4 класса. Такая адаптация организована на уровне Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения СШ №9 с использованием имеющихся ресурсов, привлечением специалистов.

Перевод из начальной школы в среднюю является очень сложным моментом в жизни ребенка, так как осуществляется переход к новому образу жизни, к новым условиям деятельности, к новому положению в обществе, к новым взаимоотношениям со взрослыми, со сверстниками, с учителями. Это интересный и сложный этап в жизни школьника. Какие эмоции принесет ребенку этот период, радость или огорчение, во многом зависит от учителей средней школы, и в первую очередь, от классного руководителя. Поэтому необходимость психолого-педагогического сопровождения пятиклассников очевидна.

Таким образом, переход из начальной школы в среднюю связан с возросшей нагрузкой на психику младшего подростка. Резкие изменения условий обучения, разнообразие требований, предъявляемых к школьнику разными учителями, смена позиции «старшего» в начальной школе на «младшего» в средней, все это является довольно серьезным испытанием для психики школьника. Это проявляется в понижении работоспособности,

возрастании тревожности, робости или, напротив, развязности, неорганизованности, забывчивости. У большинства детей подобные отклонения исчезают через 2-3 недели учебы, но у некоторых процесс адаптации затягивается на 2-6 месяцев.

В связи с чем и возникла необходимость в разработке программы «Преемственности».

Данная программа предполагает, что учебная деятельность на начальном этапе, осуществляется под непосредственным руководством администрации. Работа ведется по трем направлениям:

- совместная методическая работа учителей начальной школы и учителей-предметников среднего звена;
- работа с учащимися;
- работа с родителями.

Программа «Преемственности» между начальной школой и пятым классом предполагает следующие направления:

- образовательные программы;
- организация учебного процесса;
- единые требования к учащимся;
- структура уроков.

Цель программы: обеспечение оптимальных условий для успешной адаптации; обеспечение целевого и содержательного единства учебной деятельности на всём протяжении процесса обучения.

Задачи программы:

Для пятиклассников:

- способствовать формированию важнейших социальных навыков для успешной адаптации учащихся;
- способствовать формированию позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки;
- помочь в работе по самоорганизации, самоконтролю;

- помочь в принятии «новых» учителей;
- повысить уровень психологической готовности к обучению;
- развитие у детей творческих способностей, способствовать их самовыражению.

Для учителей-предметников:

- снизить уровень тревожности детей перед незнакомыми учащимися, сократить период привыкания к новому классу;
- создание доброжелательной атмосферы, комфортной как для учеников, так и для педагогов;
- узнать индивидуальные особенности учащихся для индивидуализации и дифференцирования обучения.

Для родителей:

- снятие напряжения родителей, вызванное предстоящим учебным годом;
- заключение договоренностей о способах взаимодействия учителя с родителями в течение учебного года;
- создание атмосферы сотрудничества;
- выяснение ожиданий родителей по поводу обучения их детей в школе и соотнести их с ожиданиями педагогов.

Прогнозируемый результат:

- получение качественных данных обучающихся об адаптации к обучению в среднем звене;
- получение качественных и количественных показателей индивидуального развития дезадаптированных учащихся.

Ценность программы:

- построение образовательного процесса как системы, в следствии последовательности отслеживаемых результатов;
- своевременное исправление выявленных недочётов;
- построение успешного взаимодействия всех участников

образовательного процесса.

Данная программа рассчитана на проведение мероприятий по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе на весь учебный год. В программе расписан план работы с пятиклассниками, учителями-предметниками и родителями в течении всего учебного года. Таким образом, каждый год в мае для родителей будущих пятиклассников проводится родительское собрание, на котором рассказывается все сложности предстоящего адаптационного периода, выясняются ожидания родителей от предстоящего учебного, происходит знакомство родителей с учителями предметниками, которые предъявляют свои требования. Также психолог знакомит родителей с результатами проведенной диагностики психологической готовности обучающихся четвертых классов к переходу в среднее звено.

Также в мае учителя-предметники и учитель начальных классов проводят сравнение образовательных программ, чтобы учителям в пятом классе было проще составить рабочую программу и, следовательно, чтобы адаптационный период учащихся прошел без затруднений. Также предварительно комплектуются составы пятых классов, а в августе происходит окончательное комплектование пятых классов.

В сентябре начинается непосредственно адаптационный период, в ходе которого классный руководитель, учителя-предметники и школьный психолог более активно занимаются работой по адаптации, ведь именно в первые недели сентября ребенок входит в процесс обучения и в зависимости от того каким образом будет построена работа педагогического коллектива школы по адаптации к новым условиям обучения, будет зависеть скорость адаптации учеников.

Таким образом, в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении СШ №9 в сентябре проводятся:

- классный час «Давайте познакомимся»;
- экскурсия по школе «Где теперь живут уроки»;

- классный час «Посвящение в пятиклассники»;
- психолого-педагогический семинар «Возрастные психологические особенности пятиклассников»;
- определение общей подготовки пятиклассников к обучению в основной школе;
- педагогический совет учителя начальных классов, учителя русского языка и литературы и учителя математики по итогам контрольных работ;
- родительское собрание «Адаптация пятиклассников к новым условиям» с участием школьного психолога и учителей-предметников.

В сентябре и октябре классный руководитель пятого класса посещает уроки, чтобы изучить уровень общеучебных навыков, познавательной активности и культуры поведения учащихся на уроках. Также классный руководитель, посещая различные уроки, следит за соблюдением единых требований к учащимся на уроках со стороны учителей-предметников.

Школьный психолог проводит:

1. Диагностику психологической готовности обучающихся четвертых классов к переходу в среднее звено в форме группового тестирования.
2. Диагностику результатов прохождения адаптационного периода обучающихся 5-х классов.
3. Диагностику уровня развития познавательных психических процессов обучающихся пятых классов с проблемами обучения, в форме индивидуального тестирования.
4. Диагностику эмоционального благополучия обучающихся пятых классов («Методика цветочных выборов», «Школа зверей», методика незаконченных предложений «В последнее время я...»)
5. Исследование уровня школьной тревожности обучающихся 5-х классов.
6. Оказание психологической помощи родителям пятиклассников по взаимодействию с детьми, проводится в форме индивидуальных консультаций.

В ноябре заместитель директора по учебно-воспитательной работе проводит педагогический консилиум «Создание условий успешной адаптации учащихся 5 класса», на котором проводится подведение итогов работы по преемственности обучения между начальной и средней школой.

В декабре подводятся педагогический совет, на котором оглашаются результаты проведенных работ и подводятся итоги совместно проведенной работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе. В ходе педагогического совета выступают все учителя-предметники с результатами проведенных контрольных работ. Также школьный психолог представляет результаты проведенных диагностик, представляет количественные и качественные показатели адаптации пятиклассников к обучению в средней школе. Выслушав все выступления, заместитель директора по учебно-воспитательной работе рассказывает о результатах проведенной программы «Преемственность», подводит общий итог педагогического совета по проделанной работе и делает, соответствующий представленным показателям, вывод.

Также, в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении СШ №9 классные часы проводятся по специальной педагогической программе, а именно по учебному пособию для учащихся 5 класса «Познай себя», автором которой является, профессор, кандидат педагогических наук Международной академии наук педагогического образования Селевко Г.К. С помощью данной программы ребята на протяжении всего года занимаются самопознанием и с помощью этой программы процесс адаптации происходит более полно и тщательно.

Именно в процессе адаптации школьник не всегда понимает, почему одни предметы ему даются легко, а другие кажутся сложнее, почему одни ребята к ним относятся доброжелательно, а другие враждебно. Разобраться в этом им помогает программа «Познай себя».

В пятом классе школьники начинают систематически изучать основные науки – математику, русский язык и литературу, историю, географию, естествознание. Изучая их, они узнают о живой и неживой природе, о своей стране, постигают законы, которые управляют миром.

Но есть вопросы, на которые ни одна из этих наук не даёт ответа. Это вопросы об их внутреннем мире, их мыслях и чувствах, о причинах поведения. И первое, что необходимо для этого – знать себя, свою личность, своё «Я». Это поможет изменить себя в лучшую сторону, что-то развивать, а что-то исправлять.

В адаптационный период, а также на протяжении всего обучения в пятом классе проводятся классные часы по самопознанию, с помощью которых адаптация пятиклассников проходит более успешно.

В учебном пособии «Познай себя» рассматриваются такие темы как:

1. Знакомство с собой. В данной теме ребят вводят в курс предстоящих занятий, делают «первый шаг» к самопознанию.

2. Образ вашего «Я». На этом занятии ученики узнают о своем образе «Я», кто такой этот «Я», как он выглядит, как может поступить в той или иной ситуации, насколько он умен и многое другое.

3. Посмотримся в зеркало. Это упражнение так же является очень познавательной темой для самопознания, ведь именно в ходе его проведения ребята сравнивают себя какие они есть сейчас, с тем какими они были 5 лет назад.

4. Я и окружающие. В данной теме пятиклассники рассматривают свой образ «Я», с точки зрения социальных ролей, задумываются о близком окружении, кому можно доверять, а кому нет.

5. Вы – человек и вы – личность. Ребята узнают, что личность – совокупность внутренних качеств человека, проявляющихся в его отношениях с окружающими. В этом огромном внутреннем мире, как и во внешнем, по выражению Л.Н. Толстого, «идет борьба, кипят страсти, возникают и

разрушаются государства мыслей и чувств». Изучением личности и занимается наука психология.

6. Оценивание себя. В данном курсе ребята оценивают самого себя, своих качеств, своих достоинств и недостатков называется самооценкой. Любое из представлений образа-Я имеет какую-то чувственную окраску (самооценку): положительную или отрицательную, хорошую или плохую.

7. Сходство и различие наших «Я». Эта тема дает возможность ученикам сравнить себя с другими, найти свои положительные и отрицательные стороны. Найти что-то общее или различное у себя по сравнению с другими.

8. Внимание, внимание!.. В этой теме ученики знакомятся с термином внимание, проверяют свое внимание и внимание одноклассников с помощью упражнений. Внимание бывает разных видов: зрительное, слуховое, осязательное, обонятельное, вкусовое.

9. Мир эмоций. Ребята узнают о различных эмоциональных чувствах, познают образ «Я-эмоциональное», учатся распознавать весь спектр своих эмоций. Узнают свой уровень тревожности, причины своих эмоций, а также учатся фантазировать как бы они поступили в различных экстремальных ситуациях. Так же в данном упражнении даются рекомендации как именно нужно справляться со своими эмоциями.

10. Воля. Самостоятельность. Рассматривается воля как черта характера человека, степень волевого усилия. Уровень самостоятельности.

11. Богиня Мнемозина. Богиня Мнемозина в греческой мифологии – богиня памяти, мать девяти муз. В данном разделе рассматривается, что такое память. Память – способность мозга сохранять в сознании прошлые впечатления и опыт (информацию и эмоции). Проводится тестирование различных видов памяти. Так же ученикам даются советы как на практике использовать способности своей памяти, а именно как лучше запомнить стихотворение.

12. Как мы думаем. На этом занятии ребята разбираются в том, как мы думаем, наш мозг может применять образы памяти к новым обстоятельствам, сопоставлять, делать выводы, прогнозы, решать различные проблемы – это и называется мышлением. Ученики узнают, что, мысля, человек может получать такие данные о действительности, которые нельзя получить непосредственно в ощущениях и восприятиях. С помощью мышления человек решает различные жизненные, учебные или трудовые проблемы (например, как экономно израсходовать средства). С помощью мышления человек может предсказывать, предвосхищать ход событий (например, игра в шахматы, предсказание погоды). Мышление осуществляется с помощью особых действий и операций над ранее полученными знаниями, образами представлений и другими результатами познания из прошлого опыта человека. Такими простейшими операциями мышления являются ассоциации, припоминание, сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификация и другие.

13. Логика мысли. Это продолжение занятия о мышлении. Результатом мышления являются наши суждения о мире, наши умозаключения, решения задач, проблем. Суждение – это простейшая форма логического мышления, которая формулирует связи предметов и явлений или тех или иных их признаков. В развернутой форме суждение выражается предложением с подлежащим и сказуемым. Умозаключение – более сложный мыслительный процесс, в котором из нескольких суждений на основе правил логики выводится новое, называемое заключением или следствием.

Педагогический коллектив школы считает, что классные часы по программе «Самопознание» в наше время очень нужны школьникам для успешной интеграции в обществе. Именно с помощью самопознания ребята смогут практически использовать, применять свои знания: объяснять свое поведение и поведение других, предвидеть некоторые поступки, управлять собой. На основании этого они смогут улучшать самих себя, свои способности и совершенствовать свою личность и более эффективно пройти адаптационный

период к обучению в пятом классе. И именно поэтому адаптация пятиклассников к обучению в средней школе, по мнению педагогического коллектива МБОУ СШ №9, тесно связана с программой «Самопознание».

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении СШ №9 проводится тщательная работа по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе по таким программам как «Преемственность» и «Самопознание».

## **2.2. Исследование уровня адаптации пятиклассников к обучению в средней школе в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении СШ №9 г. Красноуфимск**

Во время прохождения производственной практики в СШ №9 в период с 18.01.2016-14.02.2016, нами совместно со школьным психологом было проведено диагностическое исследование, подобранное согласно теме выпускной квалификационной работы, а именно «Уровень адаптации учеников». Данная методика была заимствована из ресурсов школы и представлена в Приложении 1.

Тест состоит из 15 утверждений. Тестовая методика сочетает в себе элементы экспертного опроса, где экспертами являются классные руководители пятых классов. Тест заполняется в виде таблицы, в которой пишутся фамилии и инициалы учащихся пятых классов. Затем напротив каждого утверждения ставится балл, который, по мнению классного руководителя, относится к каждому учащемуся. После того, как все баллы проставлены, подсчитывается общее количество баллов по каждому ученику и данные результаты фиксируются в графе «Итого». В ходе обработки результатов выделяется три зоны адаптации, к которым прилагается количественная и качественная интерпретация. Классные руководители сравнивают полученные баллы по каждому ученику с интерпретациями и делают соответствующие выводы.

Таким образом, в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средней школе №9» эксперты оценивали 79 учащихся пятых классов, а именно учащихся 5 «А» их число составило 27 человек – это 34% от числа всех опрошенных. В 5 «Б» оценили 25 человек, что составляет 32% и в 5 «В» классе было опрошено 27 учеников, которые составляют 34% от общего числа.

Исследование, которое проводилось – это «Уровень адаптации учеников». Таблицы с утверждениями заполнялись классными руководителями пятых классов, которые являлись экспертами. Ведь именно они могут дать наиболее точные сведения, так как осуществляют повышенный контроль за школьниками и взаимодействуют с учителями-предметниками, которые сообщают о поведении и успеваемости ребят на уроках.

Целью исследования является выявление уровня адаптации пятиклассников к обучению при переходе в среднюю школу.

В ходе обработки результатов было выделено три зоны адаптации:

- зона адаптации (высокий уровень) 40-60 баллов;
- зона неполной адаптации (средний уровень) 20-39 баллов;
- зона дезадаптации (низкий уровень) 1-19 баллов.

Возможные ответы:

4б. – безусловно, да;

3б. – скорее да, чем нет;

2б. – скорее нет, чем да;

1б. – безусловно, нет

В ходе обработки результатов проведенной диагностики были составлены как индивидуальные данные по адаптации учащихся пятых классов, так и обобщенные сведения.

В результате обработки индивидуальных данных 5 «А» класса, представленного в виде таблицы в Приложении 2, нами был сделан вывод, что все 27 учащихся адаптировались к обучению в средней школе. В «зоне

адаптации» находятся 22 человека, то есть 81% от числа всех диагностируемых. В «зоне неполной адаптации» находятся 5 человек – это 19%, в «зоне дезадаптации» не оказалось ни одного человека. Исходя из полученных результатов, нами был сделан вывод, что процесс адаптации в 5 «А» классе прошел успешно. Данные представлены в Приложении 2. (Приложение 2)

Также, кроме уровня адаптации, в таблице с результатами по каждому учащемуся можно увидеть, какое количество человек, по мнению классного руководителя, имеет отношение к заданным утверждениям.

Утверждения:

1. Проявляет интерес к учению

«Безусловно да» было отмечено у 12 человек

«Скорее да, чем нет» у 11 человек

«Скорее нет, чем да» у 3 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

2. К учёбе относится ответственно

«Безусловно да» было отмечено у 11 человек

«Скорее да, чем нет» у 11 человек

«Скорее нет, чем да» у 5 человек

«Безусловно нет» –

3. Стремится к улучшению своих результатов

«Безусловно да» было отмечено у 11 человек

«Скорее да, чем нет» у 11 человек

«Скорее нет, чем да» у 5 человек

«Безусловно нет» –

4. На уроках проявляет активность, инициативу

«Безусловно да» было отмечено у 11 человек

«Скорее да, чем нет» у 11 человек

«Скорее нет, чем да» у 5 человек

«Безусловно нет» –

5. С готовностью выражает своё мнение, участвует в дискуссиях.
- «Безусловно да» было отмечено у 14 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 10 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 3 человек
  - «Безусловно нет» –
6. Легко подчиняется дисциплине
- «Безусловно да» было отмечено у 11 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 8 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 7 человек
  - «Безусловно нет» у 1 человека
7. На уроках проявляет организованность
- «Безусловно да» было отмечено у 11 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 8 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 7 человек
  - «Безусловно нет» у 1 человека
8. Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость
- «Безусловно да» было отмечено у 11 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 8 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 7 человек
  - «Безусловно нет» у 1 человека
9. Работоспособность на уроках хорошая, высокий темп
- «Безусловно да» было отмечено у 11 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 8 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 7 человек
  - «Безусловно нет» у 1 человека
10. Программные ЗУНы усваивает на достаточном уровне
- «Безусловно да» было отмечено у 5 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 14 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 8 человек

«Безусловно нет» –

11. Как в классной, так и в домашней работе проявляет самостоятельность

«Безусловно да» было отмечено у 11 человек

«Скорее да, чем нет» у 8 человек

«Скорее нет, чем да» у 7 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

12. Адекватно ли реагирует на замечания преподавателей

«Безусловно да» было отмечено у 11 человек

«Скорее да, чем нет» у 8 человек

«Скорее нет, чем да» у 7 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

13. Активно участвует в жизни класса, проявляет инициативу

«Безусловно да» было отмечено у 17 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» у 2 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

14. Имеет хорошие взаимоотношения с одноклассниками

«Безусловно да» было отмечено у 17 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» у 2 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

15. Легко идёт на контакт, с преподавателями.

«Безусловно да» было отмечено у 17 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» у 2 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что у большинства учеников стоят положительные оценки по данным утверждениям, что еще раз

подтверждает, что у учащихся 5 «А» класса достаточно высокий уровень адаптации к обучению в средней школе. Но есть и такие утверждения, по которым стоят отрицательные оценки, на которые нужно обратить особое внимание.

В результате обработки индивидуальных данных 5 «Б» класса, которые представлены в форме таблицы в Приложении 3, нами был сделан вывод, что все 25 учащихся адаптировались к обучению в средней школе. В «зоне адаптации» находятся 20 человека, то есть 80% от числа всех участников диагностики. В «зоне неполной адаптации» находятся 5 человек – это 20%, в «зоне дезадаптации» не оказалось ни одного человека. Исходя из полученных результатов, нами был сделан вывод, что процесс адаптации в 5 «Б» классе прошел так же успешно, как и в 5 «А» классе. Данные представлены в Приложении 3 (Приложение 3).

Также, как и в таблице с результатами 5 «А» класса, кроме уровня адаптации по каждому учащемуся видно, какое количество человек, по мнению классного руководителя, имеет отношение к заданным утверждениям в 5 «Б» классе.

Утверждения:

1. Проявляет интерес к учению

«Безусловно да» было отмечено у 13 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» у 5 человек

«Безусловно нет» –

2. К учёбе относится ответственно

«Безусловно да» было отмечено у 14 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» у 4 человек

«Безусловно нет» –

3. Стремится к улучшению своих результатов

«Безусловно да» было отмечено у 16 человек

«Скорее да, чем нет» у 8 человек

«Скорее нет, чем да» у 1 человек

«Безусловно нет» –

4. На уроках проявляет активность, инициативу

«Безусловно да» было отмечено у 10 человек

«Скорее да, чем нет» у 11 человек

«Скорее нет, чем да» у 4 человек

«Безусловно нет» –

5. С готовностью выражает своё мнение, участвует в дискуссиях.

«Безусловно да» было отмечено у 10 человек

«Скорее да, чем нет» у 8 человек

«Скорее нет, чем да» у 7 человек

«Безусловно нет» –

6. Легко подчиняется дисциплине

«Безусловно да» было отмечено у 15 человек

«Скорее да, чем нет» у 5 человек

«Скорее нет, чем да» у 4 человек

«Безусловно нет» 1

7. На уроках проявляет организованность

«Безусловно да» было отмечено у 13 человек

«Скорее да, чем нет» у 6 человек

«Скорее нет, чем да» у 5 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

8. Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость

«Безусловно да» было отмечено у 8 человек

«Скорее да, чем нет» у 10 человек

«Скорее нет, чем да» у 7 человек

«Безусловно нет» –

9. Работоспособность на уроках хорошая, высокий темп

«Безусловно да» было отмечено у 11 человек

«Скорее да, чем нет» у 8 человек

«Скорее нет, чем да» у 6 человек

«Безусловно нет» –

10. Программные ЗУНы усваивает на достаточном уровне

«Безусловно да» было отмечено у 10 человек

«Скорее да, чем нет» у 10 человек

«Скорее нет, чем да» у 5 человек

«Безусловно нет» –

11. Как в классной, так и в домашней работе проявляет самостоятельность

«Безусловно да» было отмечено у 12 человек

«Скорее да, чем нет» у 11 человек

«Скорее нет, чем да» у 2 человек

«Безусловно нет» –

12. Адекватно ли реагирует на замечания преподавателей

«Безусловно да» было отмечено у 15 человек

«Скорее да, чем нет» у 10 человек

«Скорее нет, чем да» –

«Безусловно нет» –

13. Активно участвует в жизни класса, проявляет инициативу

«Безусловно да» было отмечено у 13 человек

«Скорее да, чем нет» у 6 человек

«Скорее нет, чем да» у 6 человек

«Безусловно нет» –

14. Имеет хорошие взаимоотношения с одноклассниками

«Безусловно да» было отмечено у 15 человек

«Скорее да, чем нет» у 6 человек

«Скорее нет, чем да» у 4 человек

«Безусловно нет» –

15. Легко идёт на контакт, с преподавателями.

«Безусловно да» было отмечено у 18 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» и «Безусловно нет» –

Проанализировав выше представленные данные, можно сделать вывод, что у большей части учеников стоят положительные оценки по данным утверждениям, что еще раз доказывает, что у учащихся 5 «Б» класса достаточно высокий уровень адаптации к обучению в средней школе, как и у учащихся 5 «А» класса.

Также были получены результаты 5 «В» класса, представленные в приложении 4. Также, как и в предыдущих классах, данные, которые уже были описаны ранее в нашей работе, в 5 «В» классе все 27 учащихся адаптировались к обучению в средней школе.

В «зоне адаптации» оказалось 18 человек – это 67% от числа всех диагностируемых, а в «зоне не полной адаптации» 9 человек, что составляет 33%, в «зоне дезадаптации», также как в 5 «А» и 5 «Б» классах, не оказалось ни одного обучающегося.

Как и в представленных ранее таблицах 5 «А» и 5 «Б» классов, в 5 «В» классе, кроме результатов уровня адаптации каждого учащегося, представлены результаты, которые, по мнению классного руководителя, так или иначе имеют отношение к заданным утверждениям.

Утверждения:

1. Проявляет интерес к учению

«Безусловно да» было отмечено у 12 человек

«Скорее да, чем нет» у 14 человек

«Скорее нет, чем да» у 1 человека

«Безусловно нет» –

2. К учёбе относится ответственно
  - «Безусловно да» было отмечено у 9 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 13 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 5 человек
  - «Безусловно нет» –
3. Стремится к улучшению своих результатов
  - «Безусловно да» было отмечено у 11 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 14 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 2 человек
  - «Безусловно нет» –
4. На уроках проявляет активность, инициативу
  - «Безусловно да» было отмечено у 4 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 13 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 10 человек
  - «Безусловно нет» –
5. С готовностью выражает своё мнение, участвует в дискуссиях.
  - «Безусловно да» было отмечено у 4 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 4 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 18 человек
  - «Безусловно нет» у 1 человека
6. Легко подчиняется дисциплине
  - «Безусловно да» было отмечено у 11 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 11 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 4 человек
  - «Безусловно нет» у 1 человека
7. На уроках проявляет организованность
  - «Безусловно да» было отмечено у 8 человек
  - «Скорее да, чем нет» у 12 человек
  - «Скорее нет, чем да» у 7 человек

«Безусловно нет» –

8. Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость

«Безусловно да» было отмечено у 6 человек

«Скорее да, чем нет» у 10 человек

«Скорее нет, чем да» у 11 человек

«Безусловно нет» –

9. Работоспособность на уроках хорошая, высокий темп

«Безусловно да» было отмечено у 7 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» у 9 человек

«Безусловно нет» у 4 человека

10. Программные ЗУНы усваивает на достаточном уровне

«Безусловно да» было отмечено у 7 человек

«Скорее да, чем нет» у 12 человек

«Скорее нет, чем да» у 8 человек

«Безусловно нет» –

11. Как в классной, так и в домашней работе проявляет

самостоятельность

«Безусловно да» было отмечено у 8 человек

«Скорее да, чем нет» у 7 человек

«Скорее нет, чем да» у 11 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

12. Адекватно ли реагирует на замечания преподавателей

«Безусловно да» было отмечено у 12 человек

«Скорее да, чем нет» у 10 человек

«Скорее нет, чем да» у 3 человек

«Безусловно нет» у 2 человек

13. Активно участвует в жизни класса, проявляет инициативу

«Безусловно да» было отмечено у 9 человек

«Скорее да, чем нет» у 14 человек

«Скорее нет, чем да» у 3 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

14. Имеет хорошие взаимоотношения с одноклассниками

«Безусловно да» было отмечено у 6 человек

«Скорее да, чем нет» у 19 человек

«Скорее нет, чем да» у 2 человек

«Безусловно нет» –

15. Легко идёт на контакт с преподавателями.

«Безусловно да» было отмечено у 3 человек

«Скорее да, чем нет» у 19 человек

«Скорее нет, чем да» у 4 человек

«Безусловно нет» у 1 человека

Получив представленные выше данные, можно сделать вывод, что у большей части учеников стоят положительные оценки по данным утверждениям, что еще раз подтверждает, что у учащихся 5 «В» класса достаточно высокий уровень адаптации к обучению в средней школе, как и у учащихся 5 «А» и 5 «Б» классов.

В результате проведенного исследования нами были сделаны общие выводы, что большинство учащихся, а именно 60 человек(76%), находится в «зоне адаптации». То есть положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно, учебный материал воспринимает легко, глубоко и полно овладевает программным материалом, решает усложненные задачи. Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя, выполняет поручения без внешнего контроля, проявляет большой интерес к самостоятельной работе. Всегда готовится ко всем урокам, общественные поручения выполняет охотно и добросовестно. Занимает в классе благоприятное статусное положение.

В зоне не полной адаптации находится 19 человек(24%). Это значит, что ученик положительно относится к школе, её посещение не вызывает отрицательных переживаний. Понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно, усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые учебные задачи. Сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле и тогда, когда занят чем-то интересным для себя. Общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками.

В зоне дезадаптации не оказалось ни одного обучающегося. При дезадаптации пятиклассник отрицательно или индифферентно относится к школе, нередки жалобы на нездоровье, доминирует подавленное настроение. Наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал усваивается фрагментарно, самостоятельная работа с учебным материалом затруднена, к урокам готовится нерегулярно, необходим постоянный контроль, систематическое напоминание и побуждение со стороны взрослого. Сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха, для понимания нового и решения задач по образцу требуется значительная помощь учителей и родителей. Общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям только часть одноклассников.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что все ученики пятых классов, а именно 79 человек (100%), адаптировались к новым условиям обучения в средней школе. Данные, иллюстрирующие эти показатели, представлены на диаграмме в Приложении 5.

### **2.3. Календарный план по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе**

На основании практического анализа деятельности Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средней школы №9» по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, возникла необходимость в разработке календарного плана мероприятий, так как деятельность образовательной организации в данном направлении недостаточно эффективна, поскольку обучающиеся показывают средние результаты уровня адаптации.

Также, получив результаты проведенной диагностики «Уровень адаптации учеников», возникла потребность в разработке комплекса мер по тем критериям, которые оказались на более низком уровне.

Итак, в ходе обработки результатов исследования нами были выделены шкалы, на утверждения которых давались ответы «Скорее нет, чем да» и «Безусловно нет».

Таким образом, было выявлено 8 утверждений, имеющих наибольшее количество ответов с отрицательными значениями, а именно 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11.

На утверждение под номером 4 «На уроках проявляет активность, инициативу» классные руководители пятых классов ответили отрицательно у 19 человек, что составляет 24% от числа всех диагностируемых учащихся.

Утверждение №5 трактуется готовностью выразить своё мнение, участвовать в дискуссиях. По данному утверждению отрицательные ответы были отмечены у 29 учащихся – это 36%, из числа опрошенных 79 человек.

На 6 утверждение «Легко подчиняется дисциплине» отрицательных ответов было зафиксировано у 18 пятиклассников, что составляет 23% от числа всех участников.

На утверждение под номером 7 «На уроках проявляет организованность» отрицательные показатели были отмечены у 21 человека – это 27% от общего количества диагностируемых младших подростков.

«Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость» было утверждением под номером 8, отрицательные показатели которого были отмечены у 26 учащихся пятых классов, что составляет 33%.

Утверждение номер 9 описывается высоким темпом и хорошей работоспособностью на уроках. Данное утверждение было отмечено отрицательными показателями у 27 пятиклассников – это 34% от числа всех диагностируемых учеников.

На утверждение под номером 10 «Программные ЗУНы усваивает на достаточном уровне» отрицательные показатели были выявлены у 21 человека, что составило 27% от числа всех учащихся пятых классов.

И наконец, утверждение №11 проявление самостоятельности как в классных, так и в домашних работах с отрицательными ответами были зафиксированы у 22 учеников – это 28% от числа всех участников диагностики.

Таким образом, получив представленные выше данные, нами был разработан комплекс мероприятий и составлен график проведения этих мероприятий, направленных на преодоление проблем, выявленных в ходе обработки результатов проведенной диагностики с учетом возрастных особенностей учащихся пятых классов.

Исходя из полученных результатов, мы решили разработать рекомендации, задачами которых является:

- повышение активности на уроках;
- готовность выражать своё мнение;
- участие в дискуссиях;
- повышение организованности и дисциплины на уроках;
- повышение внимательности, целеустремлённости, настойчивости учеников;
- выработка высокого темпа и хорошей работоспособности на уроках;
- проявление самостоятельности как в классных, так и в домашних работах;

- усвоение программных знаний, умений и навыков.

Ведь именно по данным направлениям показатели адаптации пятиклассников к обучению в средней школе являются наиболее низкими и требуют коррекции в разработке мероприятий для работы по данным направлениям.

Таким образом, рассматривая эти показатели, мы предлагаем принятие следующих мер:

1. Применение дидактических игр, которые не только являются одним из способов повышения мотивации к изучению различных предметов в школе, формированию познавательного интереса, но и позволяют преодолевать барьер неуверенности, повышают активность и желание работать на уроках, повышают внимание на уроках.

2. Для формирования познавательного интереса, готовности выражать свое мнение, проявлять активное участие в дискуссиях, внимательность, целеустремленность, настойчивость учеников рекомендуется использовать метод проектов. Проектная работа является одной из инновационных технологий, позволяющих учащимся применить накопленные знания, умения и навыки по различным предметам. В ходе совместной работы над проектами пятиклассники используют справочную литературу, словари, интернет – ресурсами.

3. Наглядные пособия также должны являться неотъемлемой частью уроков. Наглядное пособие позволяют воспринимать информацию не только на слух, но и зрительно. С помощью наглядности ученики лучше воспринимают информацию, ведь именно зрительное восприятие играет главную роль в получении информации.

4. Применение информационно-коммуникационных технологий на уроках (ИКТ). Применение ИКТ на уроках усиливает: положительную мотивацию обучения, активизирует познавательную деятельность обучающихся.

5. Смена видов деятельности на уроке – это такой прием, который позволяет воздействовать на повышение организованности и дисциплины на уроках. Данный прием заключается в чередовании учителем в ходе урока различных видов деятельности детей, с целью снижения усталости, утомления, а также повышения интереса учащихся.

Таким образом, мы считаем, что данные рекомендации будут полезны учителям в проведении уроков и помогут пятиклассникам справиться с выявленными проблемами, что будет способствовать успешной адаптации к обучению в средней школе.

Также в процессе работы над темой «Адаптация пятиклассников к обучению в средней школе» нами был разработан и представлен комиссии экспертов МБОУ СШ№9 календарный план работы на учебный год. Главной целью разработанного плана является предупреждение и преодоление трудностей в адаптации к обучению учащихся 5-х классов, сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребенка при переходе из начального звена в среднее.

Нами составлен календарный план в виде таблицы. Данная таблица состоит из четырех колонок. В первой колонке прописан класс, так как по программе преемственности работа по адаптации будущих пятиклассников начинается еще в четвертом классе и для того чтобы конкретный период адаптации просматривался более четко, нами был включен данный критерий в первую колонку таблицы (Приложение 6).

Во второй колонке таблицы прописаны мероприятия, которые должны проводиться в четвертых и пятых классах. В третьей колонке определены сроки проведения мероприятий и в четвертой колонке обозначены ответственные за проведение мероприятий в определенном классе и в определенный промежуток времени.

Мы считаем, что календарный план, представленный в Приложении 6, необходим для работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней

школе, так как он является наглядным и все его структурные элементы прописаны с учетом всех требований (Приложение 6).

В календарном плане работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе представлены мероприятия, направленные на работу с учащимися, учителями-предметниками и родителями учащихся.

Таким образом, в четвертом классе с учащимися проводятся: внутренний административный контроль в начальной школе; психологическое обследование 4-х классов; знакомство учащихся 4-х классов с учебным процессом в средней школе: экскурсии в кабинеты, посещение специально подготовленных уроков в 5 классе.

Для родителей будущих пятиклассников проводятся родительские собрания, на которых родителей знакомят с классным руководителем будущего пятого класса, с учителями-предметниками, рассказывается о возможных трудностях в адаптации пятиклассников.

Для учителей-предметников предусмотрено посещение уроков в четвертом классе, возможность познакомиться с учащимися, данное направление работы позволяет учителям определить и оценить уровень усвоения учебного материала, выявить уровень подготовки учащихся в целом. Учителей-предметников знакомят с результатами отслеживания знаний учащихся, чтобы они смогли построить план работы по повторению изученного материала в соответствии с потребностями класса.

Еще в четвертом классе заместитель директора по УВР занимается расстановкой кадров на будущий год в 5-е классы с учетом психологического обследования классов. Проводит классно-обобщающий контроль в 4-х классах, предварительное комплектование 5-ых классов.

Школьный психолог проводит психологическое обследование 4-х классов, уточнение адаптационного потенциала детей «группы риска» и распределение детей по степени выраженности факторов риска.

Учитель начальных классов передает всю документацию по классу классному руководителю будущих пятиклассников.

С сентября в пятом классе также проходит работа с пятиклассниками, учителями-предметниками и родителями учащихся.

Таким образом, с учащимися пятых классов проводится следующая работа: выявление уровня подготовленности пятиклассников к обучению в средней школе; оценка состояния здоровья и физического развития учащихся; индивидуальная работа с учащимися, испытывающими затруднения в обучении; проведение диагностики уровня школьной тревожности; проведение диагностики учебных затруднений, мотивации и межличностных отношений, включенности и эмоционального благополучия; выявление степени адаптации пятиклассников к обучению в основной школе. Данной работой занимается школьный психолог и классный руководитель пятого класса.

Для родителей проводится родительское собрание «Ваш ребёнок – пятиклассник», в ходе которого рассказывается о возрастных особенностях пятиклассников, раскрываются проблемы адаптации, даются рекомендации по снятию напряженности учащихся в период адаптации. Также проводится родительское собрание, на котором родителей знакомят с учителями пятого класса, с новыми требованиями и с особенностями учебных программ.

Для учителей-предметников также предусмотрен следующий комплекс мероприятий: проведение методического совета Организация учебно-воспитательного процесса в адаптационный период; проведение семинара для педагогов, работающих с пятыми классами, в ходе, которого рассматриваются возрастные особенности пятиклассников, раскрываются проблемы адаптации, даются рекомендации по работе с учащимися в период адаптации; проведение педсовета, в ходе которого ведется обсуждение результатов диагностики, выявление детей со склонностью к дезадаптации и даются рекомендации по организации работы с категорией дезадаптированных учащихся; организация

открытых уроков; обмен опытом по проблеме «Методы обучения детей младшего подросткового возраста».

Заместителем директора по учебно-воспитательной работе проводится: комплектование пятых классов перед началом учебного года; анализ результатов обучения пятиклассников в первой четверти и последующих четвертях. Также заместитель директора по УВР является ответственным за проведение педагогических советов, семинаров для педагогов-предметников, родительских собраний и организации проведения экскурсии для будущих пятиклассников.

В ходе прохождения практики, данный календарный план работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе был представлен экспертной комиссии Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения и дополнен с учетом их рекомендаций.

В состав комиссии входили:

1. Заместитель директора по учебно-воспитательной работе Дмитриева Ирина Ивановна.
2. Школьный психолог Шестакова Ирина Викторовна.
3. Учитель математики, классный руководитель пятого класса Коробейникова Светлана Леонидовна.

Рассмотрев дополненный с учетом рекомендаций экспертной комиссии план, эксперты сделали вывод, что данный план работы соответствует требованиям Федеральных государственных образовательных стандартов, будет наглядным планом работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе и станет хорошим дополнением к уже существующим программам работы по адаптации пятиклассников в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении СШ №9.

Несмотря на то, что проведенное нами диагностическое исследование показало достаточно высокий уровень адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, мы считаем возможным разработать дополнительный комплекс

мер для облегчения процесса адаптации как для учащихся, так и для всего педагогического коллектива школы.

Меры для облегчения знакомства пятиклассников друг с другом, а также учителей с детьми:

1. Так как ребята не знают имен учителей, то в первой четверти, приходя на урок, учитель может надевать бейджик, на котором крупными буквами будет написано его имя и отчество.

2. Поскольку в пятый класс приходят новые ребята классному руководителю надо познакомить класс с новичками на первой неделе в неформальной обстановке. Можно организовать поход, чаепитие, коллективно-творческое дело.

3. Классному руководителю необходимо встретиться с новыми ребятами и их родителями до начала учебного года.

4. Чтобы знакомство произошло быстрее и учителя быстрее запомнили имена детей, можно сделать бейджи с именами для всех учеников.

Меры, способствующие организации работы в классе:

1. Учителям, принимающим пятый класс, следует провести подготовительную работу (настроиться на возрастные особенности пятиклассников, вспомнить приемы, формы и методы работы с ними).

2. Всем учителям-предметникам следует прийти на первое родительское собрание, с целью ознакомления родителей с программой и требованиями по предмету.

3. Чтобы помочь учащимся пятых классов выработать навыки подготовки к урокам, рекомендуется в течение первого месяца учебы проверять готовность ребенка к уроку: наличие учебников, тетрадей канцелярских принадлежностей.

4. Учителям-предметникам следует согласовать свою работу друг с другом, чтобы равномерно распределять учебную нагрузку особенно это касается домашнего задания.

Меры, способствующие снижению тревожности у детей

1. В первую учебную неделю можно провести экскурсию по школе, для того чтобы показать детям расположение новых для них кабинетов и других помещений.

2. Чтобы не возникало спорных ситуаций между учениками, классному руководителю рекомендуется составить список правил для дежурных и ознакомить с ним всех учеников.

3. Также необходимо согласовать требования разных учителей и выработать единые требования, например, такие как:

а) обязательные дисциплинарные требования (правила):

- здороваемся стоя;
- не перебивать ни учителя, ни ученика;
- поднятая рука — сигнал о вопросе или ответе;
- опоздания не допускаются;
- нельзя пользоваться телефонами во время уроков.

б) организация учебного процесса:

- наличие необходимых учебных пособий;
- соблюдение правил оформления тетрадей (наличие полей, запись даты, надписи «Классная работа» и «Домашняя работа» и т.д.);
- проявлять уважение друг к другу;
- звонить и помогать заболевшим ученикам и т.п.

5. Классному руководителю обязательно нужно рассказать о требованиях к ведению дневника, о том, что ставит оценки в дневник классный руководитель или учитель-предметник. В конце недели его следует сдавать на проверку классному руководителю, показать дневник родителям, чтобы они могли ознакомиться с отметками и замечаниями и подтвердить свое ознакомление подписью.

6. Желательно обеспечить каждого ребенка информацией о контактных телефонах школы, классного руководителя. Также следует обеспечить информацию о телефонах и днях рождений одноклассников, учителей-

предметников.

7. В первые дни учебного года можно подготовить и провести специальные мероприятия (групповой тренинг на сплочение коллектива, тематические классные часы), снимающие основные проблемы общения детей внутри класса.

8. Участие всех педагогов в налаживании отношений между старшеклассниками и пятиклассниками.

Исходя из вышеизложенных рекомендаций и разработанного плана мероприятий по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе можно сделать вывод, что главной целью проделанной работы является предупреждение и преодоление трудностей в адаптации к обучению учащихся 5-х классов, сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребенка при переходе из начального звена в среднее.

### **Выводы по 2 главе**

Проанализировав работу Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения СШ №9, мы выявили, что в данной школе проводится работа по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе по таким программам как «Преемственность» и «Самопознание».

В результате проведенного исследования нами были сделаны общие выводы, что все ученики пятых классов, а именно 79 человек (100%), адаптировались к новым условиям обучения в средней школе.

На основании полученных эмпирических данных мы разработали комплекс рекомендаций и план мероприятий по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, главной целью которых является предупреждение и преодоление трудностей в адаптации к обучению учащихся 5-х классов, сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребенка при переходе из начального звена в среднее.

## Заключение

В процессе проведения исследования нами была изучена психолого-педагогическая характеристика младшего подросткового возраста, раскрыто понятие адаптация и дана характеристика видам адаптации. Также были рассмотрены формы, методы, средства, направления адаптации пятиклассников к обучению в школе.

Рассмотрев психолого-педагогическую характеристику учащихся пятых классов, мы сделали вывод, что младший подростковый возраст – это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Вместе с тем, это самый ответственный период, поскольку здесь складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу.

Мы выявили, что возрастные границы младшего подросткового возраста в периодизации Д.Б. Эльконина – это 10-11 лет, а ведущим видом деятельности является общение.

Начало функционирования половых желез, половое созревание является важнейшим фактом физического развития в подростковом возрасте.

Происходят изменения со стороны физического здоровья, поэтому для подростков характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса. А такие перепады вызывают быструю смену физического состояния и, соответственно, настроения. Именно поэтому отмечается, что в подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.

Младшим подросткам хочется казаться взрослыми, именно поэтому с внешними, объективными проявлениями взрослости возникает и чувство взрослости. Эта субъективная сторона взрослости считается центральным новообразованием данного возрастного периода.

Рассматривая особенности младшего подросткового возраста, мы увидели, что данный возрастной период тесно связан с самопознанием. Образы

«Я», которые создает в своем сознании подросток, разнообразны и отражают все богатство его жизни.

Нами были рассмотрены различные виды адаптации младших подростков при переходе из начальной школы в основную. Например, такие как социальная и психическая адаптации, учебная адаптация, адаптация к условиям школы и социально-психологическая адаптация. Все вышеперечисленные виды адаптаций взаимосвязаны между собой, ведь если один вид адаптации не будет пройден успешно, то адаптация не будет пройдена в полной мере и произойдет дезадаптация.

Также нами были выделены основные направления работы, в которые входят различные формы методы и средства работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе. Организационная работа (проведение больших и малых педсоветов, совещаний с представителями школьной администрации, педагогами). Социально – педагогическая и психологическая диагностика, консультативная работа с педагогами, учащимися и их родителями, методическая работа, профилактическая работа, коррекционно-развивающая работа, аналитическая работа.

Важная роль в успешном прохождении периода адаптации отводится личностным особенностям детей, сформировавшимся на предыдущих этапах развития: умению контактировать с другими людьми, владению необходимыми навыками общения, способности определить для себя оптимальную позицию в отношениях с окружающими. Поэтому смысл адаптационного периода в школе состоит в том, чтобы обеспечить его естественное протекание и как следствие – это получение благополучных результатов.

Проанализирована деятельность Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения СШ №9 Свердловской обл., г. Красноуфимск по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.

Представлены результаты, проведенного исследования уровня адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, на основании полученных

данных всех пятых классов МБОУ СШ №9 г. Красноуфимск. Разработан Комплекс мероприятий и рекомендаций по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе.

Проанализировав работу Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения СШ №9, мы выявили, что в данной школе проводится работа по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе по таким программам как «Преемственность» и «Самопознание».

В результате проведенного исследования нами были сделаны общие выводы, что все ученики пятых классов, а именно 79 человек (100%), адаптировались к новым условиям обучения в средней школе.

На основании полученных эмпирических данных мы разработали комплекс рекомендаций и план мероприятий по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, главной целью которых является предупреждение и преодоление трудностей в адаптации к обучению учащихся 5-х классов, сохранение здоровья и эмоционального благополучия ребенка при переходе из начального звена в среднее.

## Список использованной литературы

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие для студентов вузов. М.: Академия, 2001. 704 с.
2. Аркин А.А. Родителям о воспитании. М.: Педагогика, 2004. 176 с.
3. Афонина Г.М. Педагогика. Ростов н/Д.: Феникс, 2001. 512 с.
4. Балашова Е.Ю. Успешность обучения школьников в современных условиях // Педагогика и психология. 2008. № 10. С. 36-38.
5. Баранова Н.Н. Адаптация пятиклассников к новым условиям учёбы // Слово: православный образовательный портал.[Электронный ресурс]. 2010. URL: <http://www.portal-slovo.ru/pedagogy/37952.php> (дата обращения: 29.02.2016).
6. Беликова Е.В., Сазонова Н.В., Чахмахчева Е.Ю. Помощь классного руководителя в адаптации пятиклассников // Классный руководитель. 2003. № 1. С. 17-28.
7. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2000. 192 с.
8. Бордовская Н.В., Реан А.А. Педагогика: учебник для вузов. СПб.: Питер, 2000. 304 с.
9. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология: учеб. пособие для студентов вузов. М.: Педагогическое общество России, 2003. 512 с.
10. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф. Практикум по возрастной. СПб.: Речь, 2002. 694 с.
11. Горбунов Н.П. Функциональное состояние школьников в процессе адаптации к учебной деятельности // Педагогика. 2003. № 8. С. 9-13.
12. Григорьева М.В. Социальные установки и отношения родителей как метасистема школьной адаптации их детей // Педагогическая диагностика. 2008. № 4. С. 69-76.

13. Дереклаева Н.И., Савченко М.Ю. Справочник классного руководителя. 5-9 классы. М.: ВАКО, 2011. 416 с.
14. Дубравина И.В. Практическая психология образования: учебник для студ. высш. и средн. спец. учеб. заведений. М: ТЦ «Сфера», 2000. 528 с.
15. Ермолаева М.В. Психология развития. Воронеж: НПО "МОДЭК", 2000. 336 с.
16. Журавлев Д.А. Адаптация учащихся при переходе из начальной в среднюю школу // Народное образование. 2002. № 8. С. 99-105.
17. Захаров А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха. СПб.: Гиппократ, 2005. 128 с.
18. Кан-Калик В.А. Учителю о педагогическом общении. М.: Просвещение, 2007. 358 с.
19. Коблик Е.Г. Первый раз в 5 класс. Программа адаптации детей к средней школе. М.: Генезис, 2003. 122 с.
20. Кон И.С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1999. 386 с.
21. Корель Л.В. Классификация адаптаций. Словарь основных понятий. Новосибирск.: Галеон, 1996. 238 с.
22. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. СПб.: Речь, 2003. 160 с.
23. Кочубей Б.И., Новикова Е.В. Лики и маски тревоги // Воспитание школьника. 2001. № 6. С. 39-43.
24. Крайнова Ю.Н. Адаптация школьников к обучению в среднем звене, как психологическая проблема // Практическая психология и логопедия. 2009. № 1. С. 51-54.
25. Крамаренко Н.С. Адаптация детей к школе как психологическая проблема // Вестник университета российской академии образования. 2007. № 2. С. 37-39.

26. Кривошекова Л.Н. Изучение индивидуальных особенностей пятиклассников в адаптационный период // Классный руководитель. 2005. № 5. С. 40-43.
27. Крившенко Л.П. Педагогика. М.: Проспект, 2008. 146 с.
28. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: учеб. пособие. М.: УРАО, 1999. 336 с.
29. Куликов Л. В. Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб.: Питер, 2000. 480 с.
30. Кумарина Г.Ф. Школьная дезадаптация: признаки и способы предупреждения // Народное образование. 2002. № 1. С. 54-61.
31. Леонтьев А.Н. Формирование личности // Психология личности в трудах отечественных психологов: Хрестоматия. 2001. № 5. С. 42-56.
32. Литвиненко Н.В. Динамические особенности социально-психологической адаптации школьников в критические периоды развития // Интеграция образования. 2007. № 3. С. 178-181.
33. Матвеева О.А. Помощь в адаптации к средней школе: психолого-педагогическое сопровождение V-VI классов // Психологическая наука и образование. 2001. № 3. С. 57-79.
34. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. СПб.: ПраймЕврознак, 2006. 672 с.
35. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. СПб.: Речь, 2007. 248 с.
36. Михайлова Н.В. Школьная дезадаптация. Неврозы // Школа здоровья. 2002. № 4. С. 56-63.
37. Мудрик А.В. Социальная педагогика. М.: Академия, 2003. 200 с.
38. Мухина В.С. Возрастная психология. М.: Академия, 2007. 475 с.
39. Немов Р.С. Психология. В 3-х т. Том 2. 4-е изд. М.: ВЛАДОС, 2001. 608 с.
40. Немов Р.С. Психология. Психология образования. М.: ВЛАДОС, 1995. 496 с.

41. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учеб. пособие. М.: Педагогическое общество России, 2001. 368 с.
42. Палызина Н.Ф. Педагогическая психология. М.: Юнити, 2009. 231 с.
43. Пасынкова Н.Б. Связь уровня тревожности подростков с эффективностью их интеллектуальной деятельности // Психологический журнал. 2006. № 1. С. 52-60.
44. Воспитание здорового образа жизни учащихся: педагогическая энциклопедия. М.: УЦ Перспектива, 2011. 152 с.
45. Пономаренко Л.П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе. Методические рекомендации для школьных психологов. Одесса: АстроПринт, 2004. 367 с.
46. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: МПСИ; Воронеж: НПО "МОДЭК", 2000. 304 с.
47. Радугин А.А. Психология и педагогика. М.: Центр, 1999. 256 с.
48. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб.: Питер, 2000. 349 с.
49. Реан А.А., Бордовская Н.В., Розум С.И. Психология и педагогика. СПб.: Питер, 2000. 432 с.
50. Регуш Л.А. Наш проблемный подросток: понять и договориться. СПб.: Союз, 2001. 191 с.
51. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2009. 720 с.
52. Сергачева О.С. Система работы классного руководителя по адаптации пятиклассников // Народное образование. 2009. № 7. С. 230-237.
53. Славутская Е.В. Факторный анализ психологических качеств, определяющих дезадаптационный синдром пятого класса // Психология обучения. 2008. № 12. С. 103-112.
54. Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Мищенко А.И., Шиянов Е.И. Педагогика: учеб. пособие. М.: Школа – Пресс, 2000. 512 с.

55. Сомько А.Н., Кафриева Ю.Г. Введение в школьную жизнь. Программа адаптационных занятий для пятиклассников // Школьный психолог. 2001. № 2. С. 13-15.
56. Ульянова Т.Л. Школьная дезадаптация и связанные с ней трудности в общении // Средняя школа. 2006. №7. С. 21-24.
57. Фельдштейн Д.И. Психология младшего подростка. М.: Просвещение, 2004. 357 с.
58. Цукерман Г.И. Переход из начальной школы в среднюю, как психологическая проблема. // Вопросы психологии. 2001. № 5. С. 19-35.
59. Шкуричева Н.А. Изучение взглядов учителя на проблему адаптации школьников к ученическому коллективу // Начальная школа. 2008. № 8. С. 15-19.
60. Эльконин Д.Б. Введение в психологию. М.: Просвещение, 1995. 362 с.

## Уровень адаптации учеников

Таблицы с утверждениями заполняются классными руководителями пятых классов. Ведь именно они могут дать наиболее точные сведения, так как осуществляют повышенный контроль за школьниками и взаимодействуют с учителями-предметниками, которые сообщают о поведении и успеваемости ребят на уроках.

Целью исследования является выявление уровня адаптации пятиклассников к обучению при переходе в среднюю школу.

В ходе обработки результатов выделяют три зоны адаптации:

- зона адаптации (высокий уровень) 40-60 баллов;
- зона неполной адаптации (средний уровень) 20-39 баллов;
- зона дезадаптации (низкий уровень) 1-19 балл

Для заполнения и обработки результатов используют таблицу с утверждениями.

Для получения количественного результата выделяются возможные ответы с указанными к ним баллами.

Возможные ответы:

4б. – безусловно, да;

3б. – скорее да, чем нет;

2б. – скорее нет, чем да;

1 б. – безусловно, нет

В верхних ячейка пишутся фамилии учащихся 5-х классов, а на против каждого утверждения проставляются баллы, в конце подсчитывается общее количество баллов по каждому ученику.

«Зона адаптации». Учащийся положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно, учебный материал воспринимает легко, глубоко и полно овладевает программным материалом,

решает усложненные задачи. Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя, выполняет поручения без внешнего контроля, проявляет большой интерес к самостоятельной работе. Всегда готовится ко всем урокам, общественные поручения выполняет охотно и добросовестно. Занимает в классе благоприятное статусное положение.

«Зона не полной адаптации». ученик положительно относится к школе, её посещение не вызывает отрицательных переживаний. Понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно, усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые учебные задачи. Сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле и тогда, когда занят чем-то интересным для себя. Общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками.

«Зона дезадаптации». При дезадаптации пятиклассник отрицательно или индифферентно относится к школе, нередко жалобы на нездоровье, доминирует подавленное настроение. Наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал усваивается фрагментарно, самостоятельная работа с учебным материалом затруднена, к урокам готовится нерегулярно, необходим постоянный контроль, систематическое напоминание и побуждение со стороны взрослого. Сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха, для понимания нового и решения задач по образцу требуется значительная помощь учителей и родителей. Общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям только часть одноклассников.

<b>Уровень адаптаций учеников 5 «_» класса 201_г. Возможные ответы:</b> 4б. - безусловно, да; 3б. – скорее да, чем нет; 2б.- скорее нет, чем да; 1 б. – безусловно, нет	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	
Проявляет интерес к учению																								
К учёбе относится ответственно																								
Стремится к улучшению своих результатов																								
На уроках проявляет активность, инициативу																								
С готовностью выражает своё мнение, участвует в дискуссиях.																								
Легко подчиняется дисциплине																								
На уроках проявляет организованность																								
Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость																								
Работоспособность на уроках хорошая, высокий темп																								
Программные ЗУНы усваивает на достаточном уровне																								
Как в классной, так и в домашней работе проявляет самостоятельность																								



**Уровень адаптации учеников 5 «А» класса**

<b>Уровень адаптаций учеников 5 «А» класса 2016г. Возможные ответы: 4б. - безусловно, да; 3б. – скорее да, чем нет; 2б.- скорее нет, чем да; 1 б. – безусловно, нет</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Проявляет интерес к учению	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	3	1	2
К учёбе относится ответственно	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2
Стремится к улучшению своих результатов	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2
На уроках проявляет активность, инициативу	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2
С готовностью выражает своё мнение, участвует в дискуссиях.	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2

Легко подчиняется дисциплине	4	4	3	2	3	2	3	2	4	4	4	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	2	1	3
На уроках проявляет организованность	4	4	3	2	3	2	3	2	4	4	4	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	2	1	3
Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость	4	4	3	2	3	2	3	2	4	4	4	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	2	1	3
Работоспособность на уроках хорошая, высокий темп	4	4	3	2	3	2	3	2	4	4	4	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	2	1	3
Программные ЗУН усваивает на достаточном уровне	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	2	2
Как в классной, так и в домашней работе проявляет самостоятельность	4	4	3	2	3	2	3	2	4	4	4	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	2	1	3
Адекватно ли реагирует на замечания преподавателей	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3
Активно участвует в жизни класса, проявляет инициативу	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	2
Имеет хорошие взаимоотношения с одноклассниками	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	2
Легко идёт на контакт, с преподавателями.	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	2
Итого:	54	55	48	44	50	40	45	40	56	59	59	39	53	30	45	50	33	60	60	60	60	49	58	59	44	21	36

**Уровень адаптации учеников 5 «Б» класса**

<b>Уровень адаптаций учеников 5 «Б» класса 2016г. Возможные ответы: 4б. - безусловно, да; 3б. – скорее да, чем нет; 2б.- скорее нет, чем да; 1 б. – безусловно, нет</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Проявляет интерес к учению	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3
К учёбе относится ответственно	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	2	3	3	2
Стремится к улучшению своих результатов	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3
На уроках проявляет активность, инициативу	3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3
С готовностью выражает своё мнение, участвует в дискуссиях.	3	3	2	4	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	2	2	2

Легко подчиняется дисциплине	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	1	4	2	4	4	4	3	2	4	3	2
На уроках проявляет организованность	3	3	2	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	4	3	4	3	2	3		1
Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость	3	3	2	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	2	2
Работоспособность на уроках хорошая, высокий темп	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	2	2
Программные ЗУНы усваивает на достаточном уровне	4	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	3	4	4	2	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2
Как в классной, так и в домашней работе проявляет самостоятельность	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3
Адекватно ли реагирует на замечания преподавателей	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3
Активно участвует в жизни класса, проявляет инициативу	4	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2
Имеет хорошие взаимоотношения с одноклассниками	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	2	4
Легко идёт на контакт, с преподавателями.	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4
Итого:	52	52	35	60	60	60	43	58	54	58	51	48	60	60	34	56	46	60	57	52	44	37	41	34	38

## Уровень адаптации учеников 5 «В» класса

Уровень адаптаций учеников 5 «В» класса 2016г. Возможные ответы: 4б. - безусловно, да; 3б. – скорее да, чем нет; 2б.- скорее нет, чем да; 1 б. – безусловно, нет	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	Проявляет интерес к учению	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3
К учёбе относится ответственно	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2
Стремится к улучшению своих результатов	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3
На уроках проявляет активность, инициативу	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
С готовностью выражает своё мнение, участвует в дискуссиях.	2	3	2	2	2	2	4	4	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3
Легко подчиняется дисциплине	4	3	3	2	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	2	3	4	2
На уроках проявляет организованность	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2

Проявляет внимательность, целеустремлённость, настойчивость	4	3	3	2	4	2	4	4	3	4	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
Работоспособность на уроках хорошая, высокий темп	3	4	3	1	4	3	4	4	3	4	3	2	2	4	2	1	2	2	3	4	2	2	1	1	2	2	2	3
Программные ЗУНы усваивает на достаточном уровне	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3
Как в классной, так и в домашней работе проявляет самостоятельность	3	3	3	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2	4	2	2	3	3	3	4	2	2	1	2	2	2	2	3
Адекватно ли реагирует на замечания преподавателей	4	3	3	2	4	1	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	1	2	3	4	2	
Активно участвует в жизни класса, проявляет инициативу	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	0	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2
Имеет хорошие взаимоотношения с одноклассниками	4	3	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
Легко идёт на контакт, с преподавателями.	3	3	3	1	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	
Итого:	53	51	44	29	54	37	60	60	50	60	51	41	46	54	42	38	44	42	49	52	39	41	27	34	37	38	36	

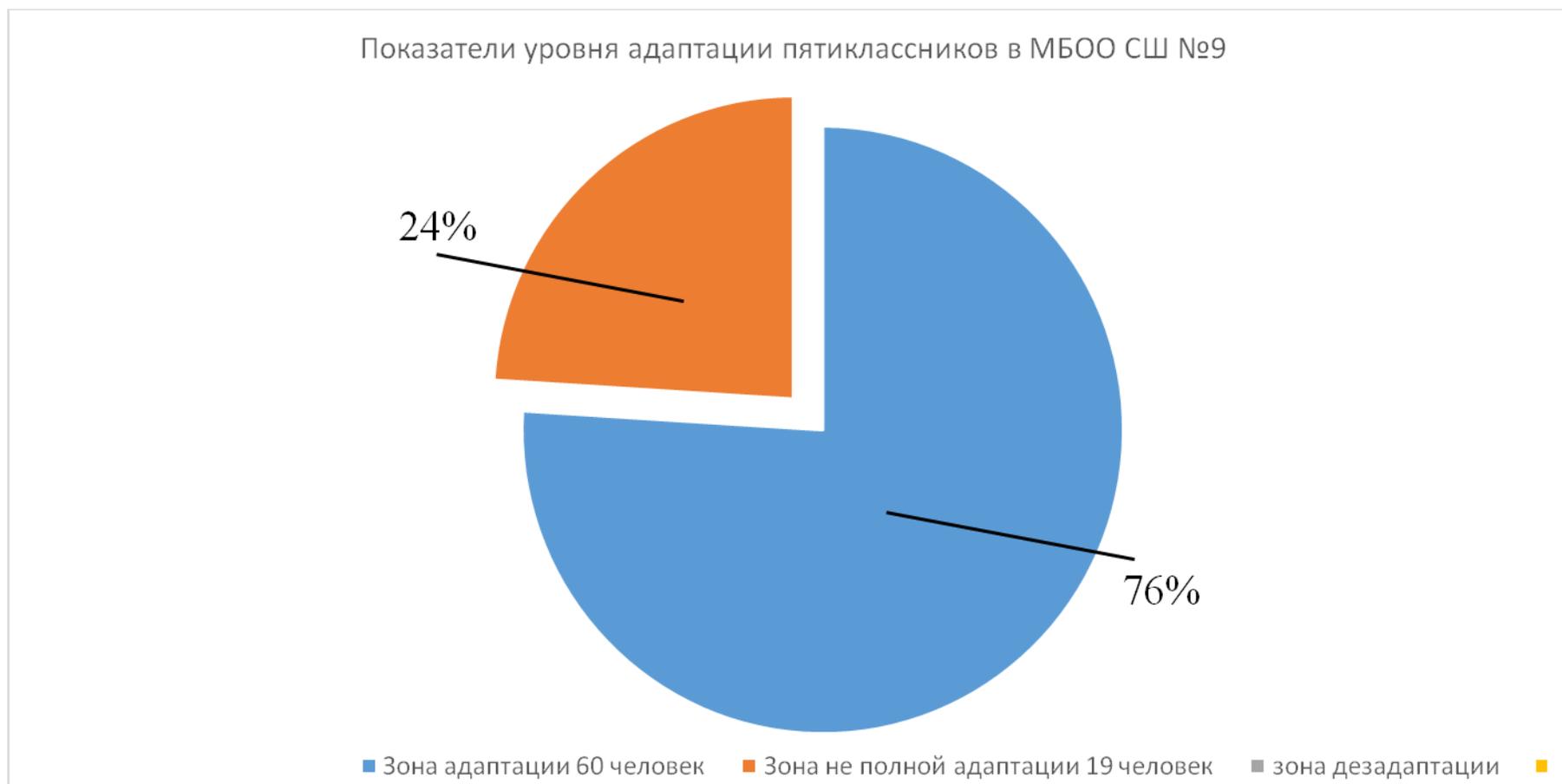


Рис. 1. Уровень адаптации пятых классов МБОУ СШ №9

Класс	Мероприятия	Сроки	Ответственные
4 класс	Внутренний административный контроль в начальной школе. Психологическое обследование 4-х классов.	Декабрь-январь 2015-2016гг.	Заместитель директора по УВР начальной школы, школьный психолог, учителя начальных классов, классный руководитель будущих пятиклассников.
	Расстановка кадров на будущий год в 5-е классы с учетом психологического обследования классов.	Январь 2016г.	Заместитель директора по УВР начальной школы и заместитель директора по УВР среднего звена.
	Классно-обобщающий контроль в 4-х классах.	Февраль-март 2016г.	Администрация, учителя 5-х классов.
4 класс	Родительское собрание в 4-ых классах «Мой ребенок будущий пятиклассник» Родительское собрания в 4-х классах с приглашением будущих учителей.	Апрель 2016г.	Учитель начальных классов, классный руководитель будущих пятиклассников, школьный психолог.
	Знакомство учащихся 4-х классов с учебным процессом в средней школе: экскурсии в кабинеты, посещение специально подготовленных уроков в 5 классе.	Апрель 2016г.	Учителя будущих пятиклассников, учитель начальных классов, будущий классный руководитель пятиклассников
	Посещение уроков в 4-х классах учителями-предметниками.	Апрель, май 2016г.	Учителя начальных классов, учителя будущих пятиклассников.
	Итоговый срез знаний в 4-х классах.	Май 2016г.	Учителя начальных классов
	Предварительное комплектование 5-ых классов. Уточнение адаптационного потенциала детей «группы риска» и распределение детей по степени выраженности факторов риска.	Май 2016г.	Заместитель директора по УВР, школьный психолог.
	Передача документации по классу.	Май-июнь 2016г.	Учителя начальных классов, классный руководитель

			будущих пятиклассников
5-ый класс	Комплектование 5-го класса;	Август 2016г.	Заместитель директора по УВР
	Проведение Методического совета "Организация учебно- воспитательного процесса в адаптационный период:	Август 2016г.	Заместитель директора по УВР
	Выявление уровня подготовленности пятиклассников к обучению в средней школе.	Сентябрь 2016г.	Учителя пятых классов
	Оценка состояния здоровья и физического развития учащихся	Сентябрь 2016г.	Учитель по физической культуре
	Семинар для педагогов, работающих с 5-ми классами: - возрастные особенности 5- классников; - проблемы адаптации; -рекомендации по работе с учащимися в период адаптации;	Сентябрь 2016г.	Заместитель директора по УВР, школьный психолог
5-ый класс	Родительское собрание «Ваш ребёнок – пятиклассник». (-возрастные особенности 5- классников; - проблемы адаптации -рекомендации родителям по снятию напряженности учащихся в период адаптации)	Сентябрь 2016г.	Классные руководители 5-х классов, школьный психолог
	Проведение родительских собраний в 5-х классах Знакомство родителей с новыми учителями учащихся 5-х классов, с новыми требованиями, с особенностями учебных программ.	Сентябрь- октябрь 2016г.	Классные руководители пятых классов
	Проведение диагностики уровня школьной тревожности, выявление уровня адаптации с помощью анкет для классных руководителей, определение круга претензий со стороны родителей	Октябрь 2016г.	Школьный психолог
	Индивидуальная работа с учащимися, испытывающими затруднения в обучении	В течении учебного года 2016- 2017гг.	Учителя пятых классов, классный руководитель
	Диагностика учебных затруднений, мотивации и межличностных отношений, включенности и эмоционального благополучия.	Сентябрь, октябрь, ноябрь 2016г.	Школьный психолог
5-ый класс	Педсовет: обсуждение результатов диагностики, выявление детей со склонностью к дезадаптации,	Ноябрь 2016г.	Классный руководитель, школьный психолог

рекомендации по организации работы с категорией дезадаптированных учащихся.		
Анализ результатов обучения пятиклассников в 1 четверти	Ноябрь 2016г.	Заместитель директора по УВР
Открытые уроки, обмен опытом по проблеме «Методы обучения детей младшего подросткового возраста».	В течении учебного года 2016-2017гг.	Заместитель директора по УВР, учителя пятых классов
Проведение повторных диагностик уровня школьной тревожности, выявление уровня адаптации с помощью анкет для классных руководителей.	Февраль 2017г.	Школьный психолог
Выявление степени адаптации пятиклассников к обучению в основной школе, Итоговый контроль за состоянием преподавания новых предметов	Март 2017г.	Заместитель директора по УВР, школьный психолог, классные руководители 5-х классов
Организация и проведение показательных открытых уроков для будущих пятиклассников. Проведение экскурсии для будущих пятиклассников.	Апрель, май 2017г.	Заместитель директора по УВР, классный руководитель пятого класса, классный руководитель будущих пятиклассников, учителя-предметники.
Педагогический совет, посвященный подведению итогов проделанной работы по адаптации пятиклассников к обучению в средней школе, представлению сравнительного анализа проведенных психолого-педагогических диагностик и мероприятий, предоставление результатов школьной успеваемости пятиклассников.	Май 2017г.	Заместитель директора по УВР, классные руководители 5-х классов, школьный психолог

## **Рекомендации для успешной адаптации пятиклассников к обучению в средней школе**

### **Рекомендации классным руководителям 5-х классов**

1. Совместно с психологом, сопровождающим 5-е классы, помогать ученикам в налаживании эмоционального контакта с одноклассниками (для этого необходимо помочь новым ученикам запомнить имена одноклассников, фамилии, имена, отчества учителей-предметников, проводить беседы и игры, позволяющие детям лучше узнать друг друга, и т. д.).
2. Помочь учителям-предметникам запомнить фамилии и имена учеников (для этого можно использовать бейджи или таблички с именами учеников, которые ставятся на парту).
3. Постоянно поддерживать контакт с родителями учеников.
4. Постоянно поддерживать контакт со школьным психологом.
5. Осуществлять психологическую поддержку ребенка

Для этого необходимо:

- опираться на его сильные стороны;
- избегать подчеркивания промахов;
- показывать, что Вы довольны вашими учениками;
- уметь и хотеть демонстрировать внимательное отношение к каждому ученику вашего класса;
- внести юмор во взаимоотношения с детьми;
- знать обо всех попытках ученика справиться с заданием;
- уметь взаимодействовать с ребенком;
- позволять ученику самому решать проблемы, где это возможно;
- принимать индивидуальность каждого ребенка;
- проявлять веру в учеников;

- демонстрировать оптимизм.

Поддержать можно посредством:

- отдельных слов («красиво», «аккуратно», «прекрасно», «здорово», «вперёд!», «продолжай»);
- высказываний («я горжусь тобой», «мне нравится, как ты работаешь», «я рада твоей помощи», «все идет прекрасно»);
- прикосновений (потрепать по плечу, дотронуться до руки, обнять ребенка);
- совместных действий, физического участия (во время труда и отдыха);
- выражения лица (подмигивание, улыбка, кивок, смех).

### **Рекомендации учителям-предметникам**

- Учитывать трудности адаптационного периода, возрастные особенности пятиклассника в выборе способа подачи материала, терминологии.
- Учитывать, что высокий темп – одна из причин, мешающая пятиклассникам усваивать материал.
- Предлагать ученикам более рациональные способы выполнения домашнего задания, ознакомить с этими способами родителей, уделять на уроке время для объяснения домашнего задания.
- Не забывать, что только совместная деятельность педагога и учащегося является наиболее эффективным способом передачи опыта и знаний. Стараться, как можно реже вставать на позицию «над» школьниками и подавлять их инициативу.
- Поощрять детей на виду у всего класса. Уметь найти в ответах каждого ученика что-то особенное.
- Создавать обстановку успеха.
- Заканчивая урок, не упустить случая, чтобы перед классом приободрить тех, кто еще не уверен в себе и малоактивен, побаивается новых учителей.
- Работать в контакте с семьёй ученика, классным руководителем, школьным психологом и учителем начальной школы.
- Налаживать эмоциональный контакт с классом.

## Рекомендации родителям

- Понимать трудности, с которыми сталкивается ребенок при переходе в основную школу, и, постепенно приучая его к самостоятельности, не отказывать ребенку в помощи при подготовке к уроку, мотивируя отказ тем, что он уже вырос.
- Научить ребенка организовывать свой труд (вести дневник, планировать выполнение домашнего задания, подготовить рабочее место, собрать все необходимое для школы).
- Помочь ребенку запомнить все фамилии, имена, отчества учителей-предметников и классного руководителя.
- Обеспечить соблюдение ребенком оптимального для его возраста режима дня.
- Никогда не обсуждать с ребенком учителей, формировать положительное отношение ребенка к школе.
- Создать необходимые условия для полноценного отдыха ребенка в свободное от учебы время (посещение бассейна, спортивных площадок, прогулки на свежем воздухе и т. д.).
- Верить в своего ребенка, опираться не его реальные возможности, обеспечить ему эмоциональный комфорт дома.