



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮрГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

« Психолого-педагогическое сопровождение адаптации учащихся пятых классов к
условиям средней школы»

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»

Проверка на объем заимствований:

55,98 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

рекомендована/не рекомендована
«24» 04 2017 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А.

Выполнил (а):
студент (ка) группы ЗФ-410/099-4-1
Макарчук Ксения Викторовна

Научный руководитель:
к.псх.н., доцент кафедры ТиПП
Гольева Галина Юрьевна

Челябинск
2017

СОДЕРЖАНИЕ

	Введение	3
Глава 1	Теоретические предпосылки исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	
1.1.	Проблема психолого-педагогического сопровождения адаптации в психолого-педагогической литературе	6
1.2.	Возрастные особенности учащихся пятых классов	12
1.3.	Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	19
Глава 2	Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	
2.1.	Этапы, методы и методики исследования	27
2.2.	Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента	33
Глава 3.	Анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	
3.1.	Организация и проведение программы по сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	41
3.2.	Анализ результатов формирующего эксперимента	48
3.3.	Психолого-педагогические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы. Технологическая карта внедрения результатов	53
	Заключение	67
	Список литературы	72
	Приложение	80

ВВЕДЕНИЕ

Проблема адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы актуальна в наше время.

Переход из младшей школы в среднюю - важный момент в жизни ребенка. В средней школе меняются условия обучения: дети переходят от одного основного учителя к системе «классный руководитель - учителя - предметники», уроки проходят в разных кабинетах. Новыми оказываются и форма обучения, и новые требования.

В начале обучения в пятом классе школьники переживают период адаптации к новым условиям жизни, обучения, во многом сходной с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе. То есть опять же повышается тревожность, у некоторых детей снижается работоспособность, у некоторых - повышается, наблюдается неорганизованность, забывчивость.

С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей, которые носят психомоторный характер. Затруднять адаптацию детей к средней школе может как рассогласованность требований разных педагогов, так и то, что учителя средней школы часто не делают различий между пятиклассниками и другими учащимися средней школы, предъявляя ко всем одинаковые требования. Трудности у пятиклассников может вызвать и необходимость на каждом уроке приспосабливаться к своеобразному темпу, особенностям речи, стилю преподавания каждого учителя.

Все выше перечисленное показывает, что проблема адаптации к обучению в основном звене средней школы представляет сложную теоретическую и практическую проблему.

Цель исследования: теоретически изучить и эмпирически исследовать психолого-педагогическое сопровождение адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Объект исследования: адаптация пятиклассников к условиям средней школы.

Предмет исследования: психолого-педагогическое сопровождение адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы

Гипотеза: предполагаем, уровень адаптации у младших школьников к условиям средней школы изменяется при проведении психолого-педагогической программы сопровождения.

Задачи исследования:

1. Изучить проблему психолого-педагогического сопровождения адаптации.
2. Рассмотреть возрастные особенности учащихся пятых классов.
3. Дать характеристику модели психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы;
4. Описать этапы, методы и методики исследования.
5. Составить характеристику выборки и провести анализ исследования.
6. Разработать коррекционную программу по сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.
7. Проанализировать результат формирующего эксперимента.
8. Составить психолого-педагогические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы для педагогов и родителей.

В исследовании психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы были использованы следующие методы и методики:

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы, синтез.
2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, тестирование по трём методикам:
 - Методика диагностики социально-психологической адаптации Карла Роджерса и Розалинд Даймонд (личностный опросник);

- Проективный тест личностных отношений по А. Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка);
- Личностный опросник «Чувства к школе» С. Л. Левченко.

3. Математико-статистический метод. Критерий Т-Вилкоксона.

Экспериментальная база нашего исследования – МОУ СОШ №38, города Озерска. В исследование участвовали ученики 5-го «А» класса, 25 человек (10 девочек и 15 мальчиков).

Глава 1 Теоретические предпосылки исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы

1.1 Проблема психолого-педагогического сопровождения адаптации в психолого-педагогической литературе

Адаптация - это междисциплинарное понятие, поэтому оно рассматривается многими исследователями. Под адаптацией (от лат *adapto* - приспособляю) в биологии понимают приспособление строения и функций организмов и их групп к условиям существования. В физиологии и медицине этот термин обозначает также процесс привыкания. Все более активно понятие «адаптация» используется и в социальных науках, в том числе в психологии и педагогике, отражая стремление представителей этих наук возможно более целостно подойти к человеку в процессе освоения им новых социальных, профессиональных ролей, к ребенку при анализе его состояния и поведения в процессе воспитания и обучения [1, с.13].

В социально- педагогическом аспекте под адаптацией подразумевается выработка наиболее адекватных форм поведения в условиях меняющейся микро-социальной среды [13, с.67].

Д.И. Журавлев дает следующее определение: «школьная адаптация представляет собой процесс формирования механизма приспособления ребенка к требованиям и условиям обучения». [цит. по 7, с.100] Он отмечает, что «пусковым механизмом процесса адаптации является резкое изменение условий жизни или привычной среды, приводящее к рассогласованности внешних социальных условий и внутреннего отношения. Новые требования школьного обучения подчас превосходят возможности ребенка, изменяется состояние эмоциональной сферы, вызывая «неспецифическую» стрессовую реакцию организма» [там же].

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба. У многих детей в этот период повышается тревожность [10, с.215].

Несмотря на важность этого периода, до недавнего времени число научных исследований, посвященных психологическим особенностям пятиклассников и их адаптации к условиям обучения в средней школе было невелико (Т.В. Драгунова, А.М. Прихожан, Д.Б. Эльконин, Т.Н. Юферева и др.) [9, 34, 35, 40].

В наше время интерес исследователей к проблеме адаптации детей в данный период школьной жизни значительно возрос (О.А. Сизова, Г.А.Цукерман, Л.А. Ясюкова и др.) [цит.по 41]. Однако, методическое обеспечение деятельности психологов образовательных учреждений по организации психологического сопровождения учащихся на этапе перехода в среднюю школу в основном продолжает базироваться преимущественно на обобщении практического опыта специалистов, накопленного в условиях современной массовой школы (Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева, М.Р. Битянова, Н.Л.Васильева, Е.И. Данилова, Е.Г. Коблик, Е.А. Осипова, Н.Л. Сомова, и др.) [56], а не на результатах целенаправленных научных исследований. Многие вопросы, такие как оценка психологического ресурса адаптации младшего подростка к изменениям образовательной среды, влияние уровня развития классного коллектива на особенности адаптации учеников, различия в адаптации к средней школе мальчиков и девочек, изучены недостаточно глубоко [2, с. 76].

Принятие и решение личностью задач, предложенных ей извне, можно трактовать как проявление аккомодации, то есть приспособления к среде. Но если задача принята личностью, стала ее задачей, то действия, направленные на ее решение, выступают как проявление ассимиляции. Г.А. Балл отмечает, что если речь идет об аккомодации, то есть адаптация рассматривается в узком смысле, тогда возможно использование выражения «адаптация к среде», но когда адаптация характеризуется в широком смысле, следует применять термин «адаптация в среде» [цит. по 14, с.47].

Адаптационные процессы происходят на различных уровнях: молекулярном, клеточном, на уровне отдельных функций, органов, целого организма и определенных систем. В зависимости от этого авторы, исследуя проблемы адаптации, выделяют следующие ее виды: биологическая, физиологическая, социальная, психологическая, психическая, сенсорная, профессиональная, художественная, учебная, литературная, техническая, лингвистическая [29, с.63].

Обеспечение плавного и мягкого перехода учащихся в основное звено школы - главная задача адаптационного периода пятиклассников.

Обычно необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения.

И у первоклассников, и у пятиклассников, и у десятиклассников изменились социальное окружение (новый состав класса и учителей) и система деятельности (новая учебная ситуация новой ступени образования). Ситуация новизны является для любого человека в определённой степени тревожной. Ребёнок переживает эмоциональный дискомфорт прежде всего из-за неопределённости представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр. [59].

Это состояние можно назвать состоянием внутренней напряжённости, настороженности.

Независимо от того, каким образом начинается учебный год в школе, процесс адаптации так или иначе идёт. Возрастной период 10-11 лет характерен переходом от младшего школьного возраста к отрочеству. Как и любой переходный период, он имеет свои особенности и связан с определёнными трудностями как для учащихся и их родителей, так и для учителей [66].

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

Существенно меняется также характер самооценки школьников этого возраста. Привычные в младших классах ситуации, когда самооценка определялась учителем на основании результатов учёбы, подвергаются корректировке и переоценке другими детьми; при этом во внимание принимаются те качества ребёнка, которые проявляются в общении [6, с.39].

Ребёнок уже не получает устойчивого переживания успешности или неуспешности в узких рамках отношений с одним учителем, так как взгляды разных преподавателей на успехи и поведение школьников различны, иногда и противоположны. Для ребёнка это означает первое столкновение с противоречиями в отношениях, ведь и в будущем на его пути будут встречаться люди, воспринимающие его по-разному. Важной задачей для ребёнка в этой ситуации является сохранение самоуважения, в чем ему обязан помочь классный руководитель и особенно родители. Ребёнок должен сохранить самоуважение, даже несмотря на то, что учитель математики ставит ему тройки и двойки или что он стал объектом критики учителя биологии или завуча школы. Ребёнок должен чувствовать и понимать, что если у него сейчас не все ладится с учёбой, то виновата в этом не плохая учительница, а он сам, более того, он в состоянии преодолеть эти проблемы или принять их. Если же самоуважение не будет сохранено, он может выбрать путь лжи, мошенничества и уклонения от решения своих проблем [27, с. 109].

Важная роль в успешном прохождении периода адаптации отводится личностным особенностям детей, сформировавшимся на предшествующих этапах развития: умению контактировать с другими людьми, владению необходимыми навыками общения, способности определить для себя оптимальную позицию в отношениях с окружающими.

Психологический смысл адаптации или ее полезность для социализирующегося субъекта может заключаться в избавлении от чувства страха, одиночества или сокращении сроков социального научения (обучения), когда, опираясь на общественный или групповой опыт, человек избавляется от необходимости проб и ошибок, сразу выбирая более подходящую программу поведения [67, с.87].

Поскольку адаптация - это процесс реализации способности организма регулировать свои параметры таким образом, чтобы удерживать их в пределах функционального оптимума, то главным критерием их классификации служит характеристика регуляторной системы, которая ответственна за рассматриваемый адаптационный процесс. Адаптационные способности организмов, находящихся на разных уровнях филогенеза, различаются из-за продвинутой их регуляторных систем [59, с.135].

Возможно, что причиной адаптации является и ее полезность для группы, которая заинтересована в сохранении своей численности, а также стабильности психологической структуры. Для этого группа поощряет и подкрепляет такие формы поведения человека, которые не противоречат ее нормам и традициям.

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 [57,с.209].

В рамках школьной жизни объективно присутствуют как минимум три адаптационных периода: в первом, пятом и девятом классах. Каждый такой период обладает своей спецификой, связанной в первую очередь с психологическим своеобразием возраста [53, с.48].

Любые нарушения равновесия между ребёнком и средой вызывают отрицательные эмоциональные переживания, которые побуждают его искать и развивать те формы поведения и деятельности, те свойства и качества, которые необходимы для утраченного равновесия, а нахождение конструктивного решения появляющихся проблем - цель ребёнка, родителя и учителя.

Таким образом, мы можем сделать следующие выводы: в социально-педагогическом аспекте под адаптацией подразумевается выработка наиболее адекватных форм поведения в условиях меняющейся микро-социальной среды.

Обеспечение плавного и мягкого перехода учащихся в основное звено школы - главная задача адаптационного периода пятиклассников. Обычно необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения. Переход от детства к отрочеству характеризуется своеобразным мотивационным кризисом, вызванным сменой социальной ситуации развития и изменением содержания внутренней позиции школьника.

Психологический смысл адаптации или ее полезность для социализирующегося субъекта может заключаться в избавлении от чувства страха, одиночества или сокращении сроков социального научения (обучения), когда, опираясь на общественный или групповой опыт, человек избавляется от необходимости проб и ошибок, сразу выбирая более подходящую программу поведения.

1.2 Возрастные особенности учащихся пятых классов

Младший подростковый возраст распадается на две фазы – негативную и позитивную, фазу влечений и фазу интересов. Первая, длящаяся около двух лет, связана со свертыванием и отмиранием прежде установившейся системы интересов (отсюда ее протестующий, отрицательный характер) и с процессами вызревания и появления первых органических влечений. Вторая характеризуется вызреванием нового ядра интересов. Также стоит обратить внимание на сходство негативной фазы у подростков с негативизмом, характерным для трехлетних детей, предупреждая, впрочем, об опасности их отождествления [60, с.37].

В когнитивном развитии в 10-12 лет отмечается переход от стадии конкретных операций к стадии формальных операций, появлением способности вырабатывать стратегии поиска и организации информации. Хотя мышление учеников этого возраста еще не столь абстрактно и системно, как у более старших школьников, оно заметно отличается от мышления младших школьников: оно рефлексивно, т.е. ученики способны осознавать процессы своего мышления, умственные, речевые и мнемонические стратегии [20, с.75].

Ребенок поворачивается к внешнему миру, осваивает знания о вещах, их свойствах, различных формах активности. Мышление становится более объективным, формируются умственные умения и операции.

У подростка 11-13 лет снижается скорость оперативного мышления, ухудшается умственная работоспособность. Но эти явления носят кратковременный характер и вовсе не означает, что ребенок ленив, слаб интеллектуально или обладает плохим характером. Просто по объективным причинам он в настоящее время не может в должной степени контролировать и управлять собой [18, с.154].

В связи с началом этапа полового созревания изменения происходят в учебной деятельности младшего подростка:

1. Замедляется темп их деятельности (на выполнение определённой работы теперь школьнику требуется больше времени, в том числе и на выполнение домашнего задания).

2. Дети часто отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания.

3. Иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется [13, с.67].

Развитие рефлексии сказывается и на личностных преобразованиях школьника: у ребенка складываются свои собственные представления об академических, атлетических способностях, а также о физических и личностных характеристиках, определяющих популярность среди сверстников.

Переориентация многих аспектов идентификации с родителями на сверстников, зарождающееся чувство взрослости приводит к так называемому социально-психологическому экспериментированию с собственной идентичностью, что позволяет предположить, что именно такое экспериментирование является ведущей деятельностью в предподростковом возрасте [18, с.64].

Формирование личности подростка, расширение круга его интересов, развитие самосознания, новый опыт общения со сверстниками, как правило, ведут к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний. Подросток острее испытывает сочувствие при виде горя других людей, ему свойственно стремление бескорыстно отказаться от чего-то ценного для него ради блага другого человека. В подростковом возрасте больше, чем в любом другом, отмечается захваченность растущего человека переживаниями, связанными с добром, сочувствием, со способностью жертвовать своими запросами, потребностями ради других людей.

Большинство подростков в ответ на вопрос о том, как они принимают решения в повседневной жизни, утверждают, что испытывают трудности, общаясь с родителями, часто конфликтуют с ними. Желание снять

эмоциональную зависимость от родителей гораздо больше выражено у мальчиков, чем у девочек.

Социальное и биологическое созревание у подростка идет параллельно и взаимосвязано, то установившееся в 8-9 лет личностная гармония претерпевает сокрушительные изменения. В этом и состоит трудность переходного возраста как для самой личности, так и для окружающих людей.

В 11-13 лет подросток пытается определить свою роль и место в социуме. В общении на первое место выходит налаживание контактов со сверстниками. Самоощущение в среде одноклассников, товарищей по секции, кружку, тусовке становится определяющим. Потребность в признании и самоутверждении тоже реализуется в среде сверстников. Подросток старается найти вне школы новую сферу для реализации своей потребности [11, с.45].

Основной сложностью подросткового возраста является быстрый темп изменений, как физических, так и психологических. Подросток постоянно попадает в ситуацию дискомфорта, испытывает фрустрацию; негативные переживания часто вызывают тревожность. Это состояние характеризуется субъективными ощущениями напряжения, беспокойства, мрачных предчувствий, а с точки зрения физиологии – активизацией вегетативной нервной системы [9, с.179].

Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий. Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, правильности светового режима. Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук [8, с.109].

Обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания. Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели.

Активное участие членов семьи в развитии двигательной активности ребенка. Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как главных условий сохранения здоровья.

Первое условие школьного успеха пятиклассника – безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться [23].

Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня. Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.

Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников). Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания [29].

Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость. Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка [32].

С точки зрения психофизического развития возраст 10-11 лет называют предпубертатным. Переходное состояние перед кризисом характеризуется и особой эмоциональностью. В этом возрасте преобладают ситуативно обусловленные эмоции, наиболее низкая самооценка. Однако, несмотря на несколько негативный фон развития ребенка в предпубертатный возраст, исследования, анализируемые Г.А. Цукерман, показали, что явления дезадаптации при переходе в среднюю школу связаны у учащихся не с психофизиологическими факторами, а с социально-психологическими [65].

Возрастные особенности — возможности и ограничения — десятилетних детей, как правило, недостаточно хорошо знакомы учителю средней школы и родителям. Особенно заинтересованы в получении

психологической информации о детях, как правило, родители пятиклассников, ожидающие «подростковых метаморфоз» [69, с.260].

Давать взрослым информацию о возрастных особенностях детей особенно полезно на адаптационном этапе, поскольку изменения в это время происходят достаточно быстро, и к концу младшего подросткового возраста многие возможности этого периода могут оказаться неиспользованными.

Основные психологические новообразования [19, с.83]:

1. Произвольность, осознанность и интеллектуализация всех психических процессов, их внутреннее опосредование.

2. Осознание своих собственных изменений, развитие рефлексии [7,с.205].

1. Новая личностная позиция по отношению к учебной деятельности. Ведущим учебным мотивом в этом случае станет для пятиклассника мотив собственно познавательный.

2. Новая личностная позиция по отношению к школе и педагогам — это прежде всего ответственная осознанная позиция школьника, позиция субъекта внутришкольных отношений. Другое отношение к педагогам заключается в переходе от чисто ролевых отношений к отношениям межличностным. Школьнику предстоит занять самостоятельную, во многом равноправную позицию и научиться сочетать ее с уважением к мнению старшего.

3. Новая личностная позиция по отношению к сверстникам. Внутригрупповая жизнь класса начинает формироваться и развиваться автономно от влияния взрослых. От ребенка потребуется определенная социальная зрелость, конструктивность во взаимоотношениях для того, чтобы занять в новом социальном микросообществе устраивающее его статусное положение, наладить устойчивые эмоциональные связи со сверстниками [22].

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

В целом предпосылки готовности ребенка к переходу к обучению в средней школе можно представить в психолого-педагогическом статусе пятиклассника. Для своевременного планирования и осуществления профилактики дезадаптации к новым условиям обучения в средней школе диагностику готовности школьников к переходу в среднее звено лучше проводить заблаговременно — в середине 4 класса. Выявив предпосылки готовности, осуществив необходимую профилактическую работу, педагогический коллектив совместно с психологом создают продуктивную образовательную ситуацию на ближайшие годы обучения. Диагностика готовности школьников к переходу в среднее звено осуществляется как педагогами, так и психологами [23, с.98].

Выделяют пять основных признаков трудностей адаптационного перехода к условиям средней школы:

1. Бунт против контроля со стороны взрослых – потребность в руководстве.

Правильные решения приходят с опытом; опыт – порождение неверных решений. Взрослые должны быть рядом, когда подростки принимают неправильное решение, и помогать им учиться на собственных ошибках. В то же время у подростков должно быть достаточно свободы, чтобы иметь возможность на неправильные решения.

2. Желание близости – страх интимности.

Подросткам хотелось бы иметь близкие отношения с другими, как со сверстниками, так и с авторитетными взрослыми, но они подозрительны. Действительно ли другие интересуются ими искренне? Поймут и примут ли они? Что требуется от них при близких личных отношениях?

3. Испытание и проверка на прочность внешних границ – поддержка и забота со стороны взрослых.

Структура или система (семья, школа, церковь, порядки в закрытом учебном заведении и т. д.) должны быть крепче, чем подростки, проверяющие их на прочность. Это основная составляющая безопасного взросления.

4. Мысли о будущем – ориентация на настоящее. Подростки, готовящиеся к поступлению в институт, прекрасно знают, что для этого нужно много заниматься, а не висеть часами на телефоне, но часто ничего не могут с собой поделать.

5. Сексуальное созревание – психическая неподготовленность к сексуальному опыту: подростки активно интересуются всем, что касается сексуальной сферы, но вступать в сексуальные отношения слишком рано не следует. Для этого есть много причин, но главной является то, что подростки эмоционально не готовы к разрыву отношений, который весьма возможен [36, с.102].

Таким образом, переход детей из начального в среднее звено школы психологи и педагоги, последние годы уверенно называют кризисом. Наблюдается ухудшение состояния детей, успеваемость у многих из них падает, интерес к учебе снижается, отношения между детьми становятся более напряженными, конфликтными, а они сами — тревожными. В этих условиях целью работы педагога-психолога является создание условий для успешного обучения выпускников начальной школы в среднем звене, чтобы обеспечить его дальнейшее поступательное развитие и психологическое благополучие.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы

Основной задачей психолога в адаптационный период является деятельность по типу психолого-педагогического сопровождения. Основной целью его деятельности становится предупреждение различных осложнений в психическом развитии и становлении личности учеников в процессе перехода на следующую возрастную ступень [35].

Необходимо отметить четыре основных направления работы психолога в процессе адаптации пятиклассников к обучению в среднем звене.

1. Консультирование и просвещение педагогов.

- организация методической работы педагогов, заключается в приведении программы обучения, психолого-педагогических качеств учителя и системы требований к соответствию уровню пятиклассника и индивидуальным качествам детей.

- консультирование по вопросам организации педагогической поддержки детей в период первичной адаптации, заключается в педагогической работе по адаптации, которую проводят при помощи игр и упражнений, рекомендованных психологом. Сотрудничество педагога и психолога заключается в планировании и анализе воздействий на учащихся в процессе адаптации.

- консультирование педагогов по вопросам обучения, как конкретных детей, так и классов. Работа носит разнообразный характер по формам и содержанию, так как возникают разные запросы, и отличается степень участия в ней психолога [33].

2. Консультирование и просвещение родителей.

В работе с родителями психолог преследует несколько целей. Среди них создание дружественных благоприятных отношений с родителями, помощь родителям в принятии на себя ответственности за происходящее с

детьми в школе, повышение компетентности родителей в вопросах психологической адаптации детей в период перехода в среднее звено.

3. Практическая работа с детьми по повышению уровня готовности к переходу в среднее звено.

Наиболее результативной является групповая форма работы с детьми. Она направлена на развитие мотивационной сферы, на развитие коммуникативных навыков, на формирование умения учиться в новой среде, на развитие адекватной самооценки и готовности детей к успеху. Коррекционная работа проводится в форме познавательных и обучающих занятий, таких как факультативы по психологии для пятиклассников. Также можно проводить групповые тренинги в виде игр [37].

4. Диагностика уровня и содержания адаптации учащихся 5-х классов к новым условиям обучения.

Особенности адаптационного периода предполагают проведение диагностики с целью выявления социально-психологического портрета школьников. Для этого необходимо провести психологическое исследование среди пятиклассников, выявляющее уровни учебной мотивации, самооценки, эмоционального самочувствия и социометрического статуса. Далее выявляют учеников, которые испытывают трудности в адаптации и определяют индивидуальные характер и причину этих трудностей. А затем определяют формы и методы оказания помощи школьникам, которые испытывают трудности в адаптации к обучению в средней школе.

Дерево целей — структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей программы, плана, в которой выделены: генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней[24].



Рис. 1 – «Дерево целей» по психолого-педагогическому сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы

1. Теоретически обосновать психолого-педагогическую коррекцию сопровождения адаптации младших школьников к условиям средней школы.

1.1. Изучить состояние проблемы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы в психолого-педагогической литературе.

1.2. Определить особенности психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов.

1.3. Теоретически обосновать психолого-педагогическое сопровождение адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

2. Экспериментально проверить результативность психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

2.1. Провести констатирующий этап исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

2.2. Провести формирующий этап психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

2.3. Провести контрольный этап психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

3.1. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

3.2. Разработать рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы для педагогов и родителей.

На основе дерева целей составлена модель психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Модель – это, как правило, искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п. [23].

Под «моделью» в педагогике и психологии понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства, качества и связи предметов [20].

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [17].

В.И. Долгова предлагает в процессе моделирования формирования эмоциональной устойчивости исходить из свойств системности исследуемого явления [22]. Это наличие цели, элементов, структуры. Их достоверность определяется с помощью системы мероприятий, реализуемых конкретными исполнителями, которые выделяют для этого необходимые ресурсы.

Психокоррекционный комплекс включает в себя четыре основных

блока:

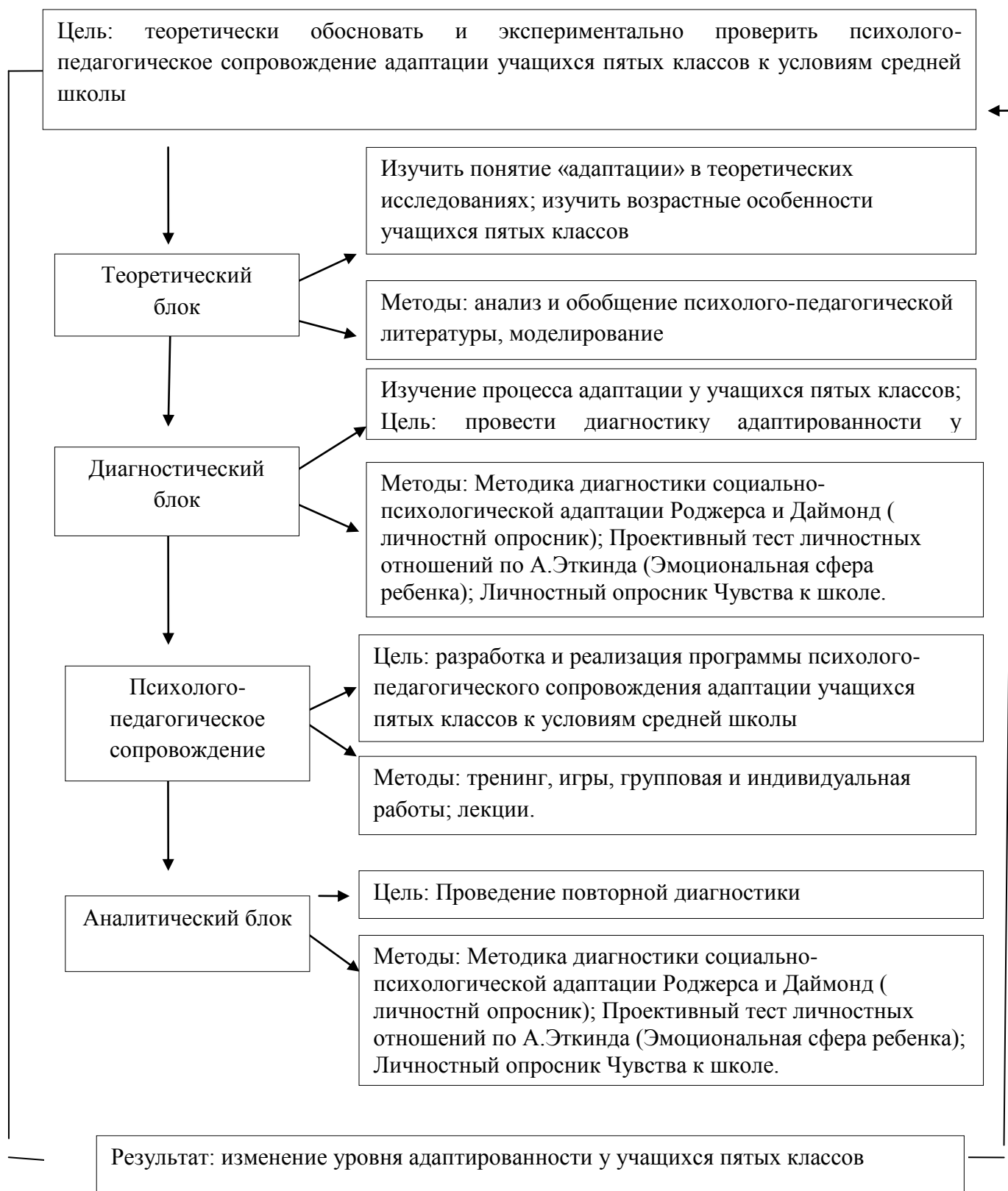


Рисунок 2. Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации у учащихся пятых классов к условиям средней школы

1. Теоретический;
2. Диагностический;
3. Психолого- педагогическое сопровождение;
4. Аналитический.

1. Теоретический блок – изучение научной литературы по вопросу сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

2. Диагностический блок – выявить, на каком уровне находится уровень адаптированности у младших школьников.

3. Психолого-педагогическое сопровождение система профессиональной деятельности педагога-психолога, направленная на создание оптимальных условий для успешного обучения, развития и социализации ребенка:

- а) групповая работа с учащимися.
- б) Работа с родителями.
- в) Работа с педагогами.

4. Аналитический блок – проводим повторную диагностику по ранее использованным методикам с целью выявления результата, а так же применяем математическую обработку данных для подтверждения наших результатов.

Таким образом по проведённым мероприятиям можно будет проследить реализацию цели нашей работы, направленной на формирование нормального уровня адаптированности учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Выводы по Главе 1

Изучив научную литературу, мы можем сделать следующие выводы:

В социально- педагогическом аспекте под адаптацией подразумевается выработка наиболее адекватных форм поведения в условиях меняющейся микро-социальной среды. Обеспечение плавного и мягкого перехода учащихся в основное звено школы - главная задача адаптационного периода пятиклассников.

Обычно необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения.

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

Психологический смысл адаптации или ее полезность для социализирующегося субъекта может заключаться в избавлении от чувства страха, одиночества или сокращении сроков социального научения (обучения), когда, опираясь на общественный или групповой опыт, человек избавляется от необходимости проб и ошибок, сразу выбирая более подходящую программу поведения.

Трудность данного периода многие психологи и педагоги видят еще и в том, что изменяется личностный смысл учения, часто снижается интерес к учебной деятельности. У подростков формируется потребность быть взрослым, осознавать себя личностью, отличной от других людей. Отсюда стремление к самоутверждению, самореализации, самоопределению.

Переход детей из начального в среднее звено школы психологи и педагоги, последние годы уверенно называют кризисом. Наблюдается ухудшение состояния детей, успеваемость у многих из них падает, интерес к учебе снижается, отношения между детьми становятся более напряженными, конфликтными, а они сами — тревожными.

Формирование личности подростка, расширение круга его интересов, развитие самосознания, новый опыт общения со сверстниками, как правило, ведут к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний. Подросток острее испытывает сочувствие при виде горя других людей, ему

свойственно стремление бескорыстно отказаться от чего-то ценного для него ради блага другого человека. В подростковом возрасте больше, чем в любом другом, отмечается захваченность растущего человека переживаниями, связанными с добром, сочувствием, со способностью жертвовать своими запросами, потребностями ради других людей.

Исходя из изученного теоретического материала, нами разработаны дерево целей и модель психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Глава 2 Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации младших школьников к условиям средней школы

2.1. Этапы, методы и методики исследования

Экспериментальная база нашего исследования – МБОУ СОШ №38, города Озерска. В исследование участвовали ученики 5-го «А» класса, 25 человек.

Исследование условий адаптации младших школьников к условиям средней школы проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик для проведения опытно-экспериментального исследования. На этом этапе выполнено изучение литературы по проблеме психолого-педагогических условий адаптации, определение возрастных особенностей детей младшего школьного возраста. Был подобран комплекс методик с учетом возрастных характеристик и темы нашего исследования.

2. Опытно- экспериментальный этап: проведение констатирующего эксперимента, обработка результатов. Был проведен диагностический комплекс испытуемых по трем методикам. Затем полученные результаты были обработаны, выражены в виде диаграмм и сведены в общие таблицы. На их основе была разработана коррекционная программа.

3. Контрольно-обобщающий этап: анализ и обобщение полученных данных, формулировка выводов и рекомендаций родителям, педагогам по адаптации психолого-педагогических условий адаптации младших школьников к условиям средней школы, проверялась гипотеза, оформлялась дипломная работа.

В опытно-экспериментальном исследовании был использован комплекс методов и методик:

1) Теоретический: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы;

2) Эмпирический: эксперимент (констатирующий), тестирование по методикам:

- Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник);
- Проективный тест личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка);
- Личностный опросник «Чувства к школе» С.Л.Левченко.

3) Математико-статистический: применение критерия Т-Вилкоксона.

В квалификационной работе нами представлено исследование психолого-педагогических условий адаптации младших школьников к условиям средней школы и разработка коррекционной программы по адаптации психолого-педагогических условий адаптации младших школьников к условиям средней школы; исследование реализовано в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий; также был использован комплекс методов и методик (теоретические методы - наблюдение, сравнение, обобщение литературы по проблеме; эмпирические - эксперимент, тестирование по методикам: методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник); проективный тест личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка); ЦТО (Личностный опросник Чувства к школе); разработана коррекционная программа по адаптации психолого-педагогических условий адаптации младших школьников к условиям средней школы; проведен анализ результатов коррекционной программы по адаптации психолого-педагогических условий адаптации младших школьников к условиям средней школы по критерию Т-Вилкоксона.

Анализ (от греч. analysis — разложение, расчленение) — рассмотрение, изучение ч.-л., основанное на расчленении (мысленном, а также часто и реальном) предмета. Явления на составные части, определении входящих в целое элементов, разборе свойств какого-либо предмета или явления. Характерной особенностью психологического анализа является то, что объектом его изучения является психическая реальность, психические процессы, состояния, свойства человека. А также различные социально-психологические явления, возникающие в группах, коллективах: мнения, общение, взаимоотношения, конфликты, лидерство и др. Методологической основой психологического анализа могут выступать философские системы, общенаучные принципы познания, а также общепсихологические положения о субъекте, связи внутреннего и внешнего, специфичности психологических закономерностей, которым подчинен тот или иной вид деятельности [5, с.27].

Метод эксперимента (англ. experimental method) состоит в организации целенаправленного наблюдения, когда по плану исследователя изменяется частично ситуация, в которой находятся участники эксперимента — испытуемые. Применение метода эксперимента целесообразно в тех случаях, когда исследователю известны подлежащие проверке элементы гипотезы [16,с.77].

Тест (англ. test) — стандартизированная методика психологического измерения, предназначенная для диагностики выраженности психических свойств или состояний у индивида при решении практических задач. Тест представляет собой серию кратких испытаний (задач, вопросов, ситуаций и пр.). Как правило, показатели выполнения теста (иногда их можно называть «показателями успешности») выражаются в относительных величинах: за единицу часто принимается та или иная мера вариативности индивидуальных данных. Результаты выполнения тестовых заданий являются индикаторами психических свойств или состояний [20, с.140].

Психологический тест — стандартизированное задание (испытание), по результатам выполнения которого судят о психофизиологических и

личностных характеристиках, знаниях, умениях и навыках испытуемого. Тесты, по которым судят о знаниях, умениях и навыках испытуемого, занимают промежуточное положение между психологическими, образовательными и профессиональными тестами [31].

Назначение T-критерия Вилкоксона. Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом [55, с.178].

Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник)

Цель: выявление особенностей адаптационного периода личности через интегральные показатели «адаптация», «самоприятие», «приятие других», «эмоциональная комфортность», «интернальность», «стремление к доминированию».

Инструкция. В опроснике содержатся высказывания о человеке — его переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Все эти высказывания испытуемый может соотнести с собственным мнением о себе.

Прочитав или прослушав высказывание, участник опроса «примеряет» его к своим привычкам, своему образу жизни и оценивает, в какой мере это высказывание может быть отнесено к нему. Чтобы обозначить свой ответ, испытуемый выбирает подходящий ему один из семи вариантов оценок.

Методика апробирована и стандартизирована на разных выборках учащихся в отечественных школах и вузах. Шкала как измерительный инструмент обнаружила высокую дифференцирующую способность в диагностике не только состояний адаптации и дезадаптации, но и особенностей представлений о себе, их перестройки в возрастные критические периоды развития и в критических ситуациях, побуждающих индивида к переоценке себя и своих возможностей (полный текст в прил.1).

Проективный тест личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка)

Цель: выявление эмоционального отношения школьников к учителю, одноклассникам и т.д.

Материал: цветные карточки из теста М. Люшера.

Процедура проведения теста:

1. Перед учащимися класса раскладываются карточки. Им предлагается выбрать цвет, который ассоциируется с определенным лицом (например, с любимым учителем) или с определенной ситуацией.
2. Протоколируются номера выбранных карточек.
3. Обработка данных: подсчитывается число выборов одинакового цвета и рассчитывается их процентное соотношение.
4. Представление результатов. Результаты целесообразно представить в виде таблицы, гистограммы или цветового круга.
5. Интерпретация данных: целесообразно иметь результаты «окраски» различных ситуаций, разных людей.

На основании доминирования цвета можно выявить как положительный, так и отрицательный эмоциональный настрой. Точкой отсчета могут служить данные отношений к любимому учителю.

Значительно хуже выглядит цветовой портрет социальной ситуации, который явно неблагополучен, поскольку в подавляющем большинстве это серый и черный цвета и лишь очень незначительно представлены синий и красный.

Таким образом, при соотнесении цветовых выборов различных событий или людей можно определить относительную валидность используемого метода, поскольку полученный результат выглядит логически оправданным (полный текст в прил. 1).

Личностный опросник Чувства к школе. С.В.Левченко

Опросник содержит перечисление 16 чувств, из которых предлагается выбрать только 8 и отметить значком «+» те, «которые ты наиболее часто испытываешь в школе». Ответы анонимны.

Класс _____ Дата опроса _____ Пол _____
Возраст _____

Отметь значком «+» те чувства, которые ты наиболее часто испытываешь в школе.

После обработки анкет получаем сумму баллов (в %), на основе которой можно говорить о том, какие чувства преобладают в классе. Имеет смысл принимать во внимание выборы до 45–50%. Если чувство набирает меньше голосов, можно говорить об индивидуальном характере данных переживаний.

По наблюдениям, в начале года мальчики испытывают беспокойство, а у девочек дезадаптация выражается в том, что они чувствуют тревогу за свое будущее. Если на фоне одного-двух «негативных» чувств дети выбирают в основном позитивные, это является нормой для переходного периода. Однако если количество выборов «негативных» чувств перевешивает, то можно сделать вывод о дезадаптации и начать глубже исследовать ее причины.

Таким образом, в опытно-экспериментальном исследовании был использован комплекс методов и методик:

1) Теоретический: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы;

2) Эмпирический: эксперимент (констатирующий), тестирование по методикам:

- Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник);
- Проективный тест личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка);

- Личностный опросник «Чувства к школе» С.Л.Левченко.

3) Математико-статистический: применение критерия Т-Вилкоксона.

2.2 Характеристика выборки и анализ результата констатирующего эксперимента

В исследовании приняли участие 25 детей из 5 класса, МБОУ СОШ № 38, г. Озерска. Для осуществления психолого-педагогического исследования мы использовали комплекс из трёх методик, направленных на изучение уровня адаптации младших подростков.

Характеристика класса: класс сформирован в 2016 году. В классе преимущественно дети с сангвистическим типом темперамента. Ребята активные, оптимистичные, психически уравновешенные. На уроках соблюдается дисциплина.

Все обучающиеся прилежны, опрятно одеты, обеспечены учебниками и всеми необходимыми школьными принадлежностями. Это позволяет нам сделать вывод, что родители заботятся о своих детях.

В классе преобладает позитивное настроение, положительное и ответственное отношение к учебе. На уроках дети усидчивы, активны. Успешно сотрудничают друг с другом.

Многие дети в коллективе дружелюбны, добры. Возникают мелкие конфликты, хотя крупных ссор за последний год не было. У большинства детей отмечается стремление участвовать как в командных, так и в индивидуальных соревнованиях, олимпиадах. Причём дети очень эмоционально переживают как успех, так и неудачу. В основном дети легко и радостно идут на контакт. Большинство любит общаться и стремится к общению. Есть группа из 3 человек ребят-лидеров.

Поведение, в целом, в классе хорошее. Общий эмоциональный фон – ровный и спокойный. Дети сдружились между собой, стали терпимее друг к

другу, готовы прийти на помощь. Но сплоченного коллектива еще нет. Недостаточно развита самокритика, обучающимся бывает трудно адекватно оценить свои возможности, они более требовательны к другим, чем к себе.

Из 25 ребят в классе: 15 воспитываются в полных семьях, 8 воспитываются только мамой и, 2 воспитываются мамой и бабушкой. Среди обследуемых: у 10 есть младшие братья/ сестры, у 3 старшие братья/ сестры.

Семьи благополучные, материально обеспеченные. родители принимают активное участие в жизни класса, организуют внешкольные экскурсии и походы.

В ходе проведения психодиагностической методики диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник), были получены первичные результаты, представленные на рисунке 1 (сырые баллы в приложении 2, таблица 1).

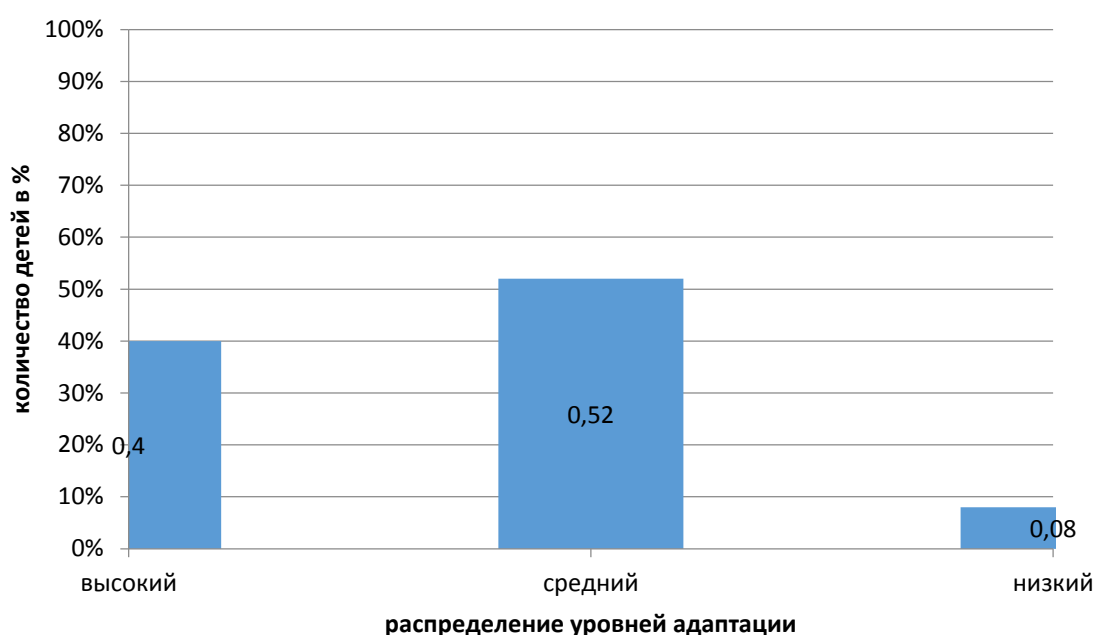


Рисунок 3. Распределение уровней адаптации среди испытуемых по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник) на этапе констатирующего эксперимента

Мы получили следующие результаты:

У 40% (10 человек) выявили высокий уровень адаптированности. Такие дети комфортно чувствуют себя в школе, среди одноклассников. Не боятся

отвечать у доски, не теряются при разговоре с учителями. В школу они ходят удовольствием.

У 52% (13 человек) уровень адаптации находится на среднем уровне. Такие дети достаточно адаптированы в кругу сверстников, их социальные связи оптимально развиты.

У 8% (2 человек) низкий уровень адаптации или дезадаптация. У них наблюдается неуспех в учении, неблагополучие в отношениях со сверстниками.

В ходе проведения психодиагностической методики, направленной на эмоциональную сферу ребенка, проективного теста личностных отношений по А.Эткинда были получены первичные результаты, представленные на рисунке 4 (сырые баллы в приложении 2, таблица 2)..

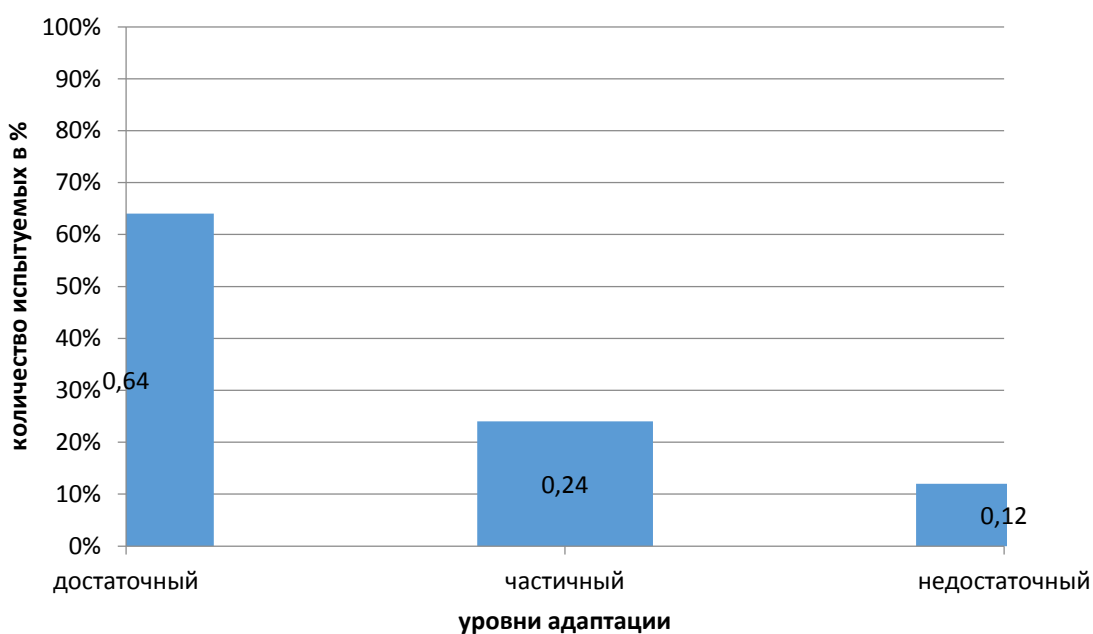


Рисунок 4. Результаты распределения уровней адаптации среди испытуемых по проективному тесту личностных отношений по А.Эткинда на этапе констатирующего эксперимента

Из проведенной методики мы выявили:

У 64% (16 человек) уровень адаптации находится на достаточном уровне. Такие дети комфортно чувствуют себя в школе, в общении с

одноклассниками не проявляют дезадаптированного поведения, легко идут на контакт с учителем.

У 24% (6 человек) частичная адаптация. Они чаще нуждаются в краткосрочной оперативной помощи со стороны психолога. Данные об их эмоциональном состоянии, материалы опроса учителя и родителей дают достаточно информации для такой работы. Причинами неполной адаптации часто могут быть повышенная тревожность, вызванная неумеренными ожиданиями родителей, изменение характера детско-родительских отношений, перегрузка дополнительными занятиями, низкая самооценка, слабое здоровье и т.д. Нередко эти дети не вызывают опасений учителя, так как они усваивают программу и выполняют правила поведения школьника, однако зачастую это происходит за счет физического и психологического здоровья школьника. В зависимости от конкретной ситуации психологу следует проконсультировать родителей и учителей, дать рекомендации по преодолению выявленного психологического неблагополучия.

У 12% (3 человек) выявлена недостаточная адаптация. Их необходимо обследовать индивидуально, выявить причины и факторы дезадаптации, по возможности провести необходимую коррекционную работу. Как показывает практика, именно эти пятиклассники долгое время будут требовать внимания и помощи, как со стороны психолога, так и учителя.

В ходе проведения психодиагностической методики Личностный опросник «Чувства к школе» С.Л.Левченко были получены первичные результаты, предоставленные на рисунке 5 (сырые баллы в приложении 2, таблица 3)..

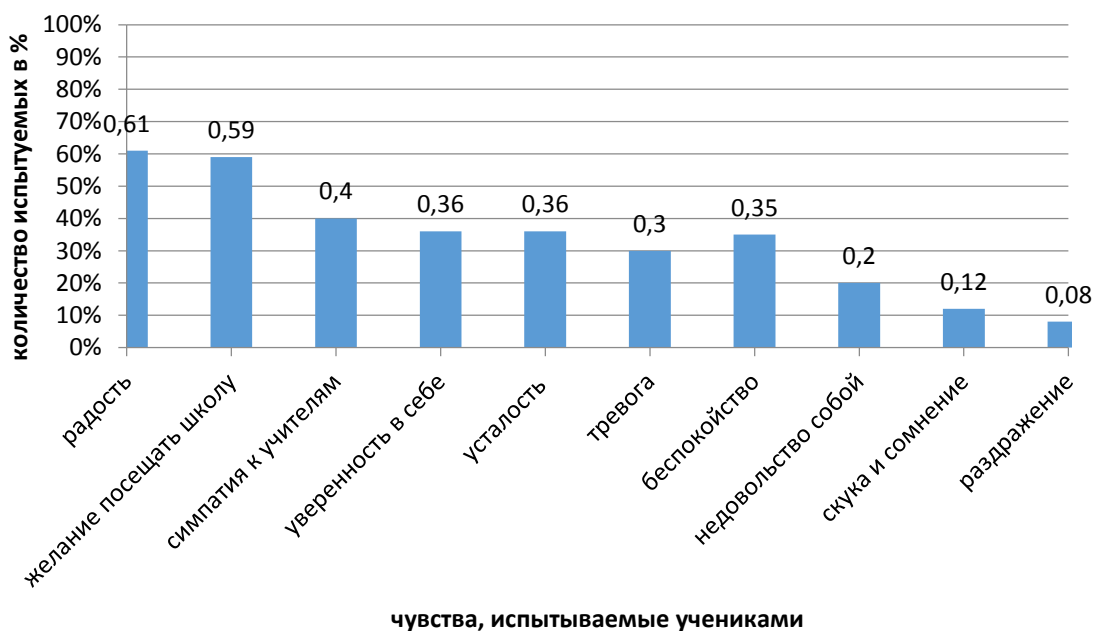


Рисунок 5. Распределение преобладающих чувств у испытуемых по методике С.Л.Левченко «Чувства в школе» на этапе констатирующего эксперимента

В ходе проведения данной методики мы получили следующие результаты:

Чувство радости испытывают 61% (15 человек) учащихся.

Желание приходить в школу присутствует у 59% (14 человек), симпатия к учителям отмечается у 40% (10 человек) пятиклассников. 36% (девять учеников) отметили уверенность в себе, и 36% (девять испытуемых) признаются в усталости, что, по-видимому, связано с остаточным проявлением переживанием кризиса и адаптацией к новым условиям.

Тревога за будущее характерна для 30% (7 человек), а беспокойство – для 35% (9 человек) пятиклассников. 20% (5 человек) школьников не удовлетворены собой. Чувства сомнения и скуки испытывают 12% (3 человека), а раздражение отмечается у 8% (2 человек) учащихся.

У исследуемых пятиклассников отмечается преобладание положительных чувств. Для большинства учащихся характерно спокойствие, что говорит об успешно проходящей школьной адаптации.

Кроме позитивных новообразований появляются и другие возрастные изменения в возрасте ребенка.

Одно из них прямо связано с ориентацией на группу сверстников. Дело в том, что в 10-11 лет существенно меняется характер самооценки ребенка. Если раньше она складывалась под влиянием оценок учителя и эти оценки касались в основном учёбы, то теперь на характер самооценки всё больше влияют другие дети. Причём их оценки связаны с неучебными характеристиками, качествами, проявляющимися в общении. Можно говорить о возникновении в этот период кризиса самооценки. У детей резко растёт количество негативных самооценок.

Ещё одно важное изменение в личности ребёнка касается мотивационной сферы. Рубеж 4-5 классов характеризуется значительным снижением учебной мотивации. На фоне формирующегося нового познавательного отношения к действительности наблюдается отрицательное отношение школе в целом, конфликты с учителями, снижение успеваемости.

На основе полученных результатов для обучающихся 5 «А» класса была создана и реализована коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа, направленная на психолого-педагогическую адаптацию психолого-педагогических условий адаптации младших школьников к условиям средней школы.

Выводы по Главе 2

Опытно-экспериментальная работа проходила в несколько этапов: Поисково-подготовительный этап; опытно-экспериментальный этап; контрольно-обобщающий этап.

Таким образом, в опытно-экспериментальном исследовании был использован комплекс методов и методик:

1) Теоретический: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы;

2) Эмпирический: эксперимент (констатирующий), тестирование по методикам:

- Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник);
- Проективный тест личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка);
- Личностный опросник «Чувства к школе», С.Л.Левченко.

3) Математико-статистический: применение критерия Т-Вилкоксона.

Выявили, что у учеников 5 «А» класса, МБОУ СОШ № 38 г.Озёрска, в количестве 25 человек (15 девочек, 10 мальчиков) есть необходимость в прохождении коррекционно-развивающей программы.

Развитие памяти, внимания находится на высоком уровне, а значит, не тормозит процесс адаптации. Успешность адаптации к системе обучения в среднем звене обеспечивает достаточное развитие познавательных процессов. Прежде всего, это внимание, память, а так же способность к словесно-логическим операциям.

Обобщая результаты диагностик, мы получили следующие результаты: у 40% (10 человек) выявили высокий уровень адаптированности. Такие дети комфортно чувствуют себя в школе, среди одноклассников. У 52% (13 человек) уровень адаптации находится на среднем уровне. Такие дети достаточно адаптированы в кругу сверстников, их социальные связи оптимально развиты. У 8% (2 человек) низкий уровень адаптации или дезадаптация. У них наблюдается неуспех в учении, неблагополучие в отношениях со сверстниками. У 64% (16 человек) уровень адаптации находится на достаточном уровне. У 24% (6 человек) частичная адаптация. Они чаще нуждаются в краткосрочной оперативной помощи со стороны психолога. Причинами неполной адаптации часто могут быть повышенная тревожность, вызванная неумеренными ожиданиями родителей, изменение характера детско-родительских отношений, перегрузка дополнительными занятиями, низкая самооценка, слабое здоровье и т.д.

Исходя из полученных результатов констатирующего этапа исследования, можно говорить о том, что уровень адаптации требует для своего развития специально разработанной психолого-педагогической программы.

На основе полученных результатов для обучающихся 5 «А» класса была создана и реализована программа, направленная на психолого-педагогическое сопровождение адаптации учащихся пятых к условиям средней школы.

Глава 3 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников к условиям средней школы

3.1. Организация и проведение программы по психолого- педагогическому сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы

После проведения первичной диагностики и выявления уровней адаптированности среди учащихся пятых классов была выявлена и сформирована контрольная группа из учащихся, прошедших тестирование.

Для формирования высокого уровня адаптации нами была разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Программа предназначена для организации в процессе учебно-воспитательной деятельности в пятом классе учащихся. Данная программа направлена на психолого-педагогическое сопровождение адаптации, повышение эмоциональной устойчивости и стабильности у учащихся, формированию высокой самооценки, навыков коммуникативного общения, мотивов общения со сверстниками, самостоятельности.

Актуальность выбранной программы определяется комплексностью развития всех признаков успешной адаптации. Программа учитывает социальные, психологические факторы, влияющие на уровень адаптации детей к обучению в средней школе.

Необходимыми условиями для успешной адаптации ребенка к обучению в среднем звене общеобразовательной школы являются: согласованность действий родителей и педагогического состава, сближение подходов к индивидуальным особенностям школьника в семье и в школе. Переход учащихся из начальных классов в среднее звено можно сравнить с

кризисом. В среднем звене новые условия, новый темп и стиль жизни, ребенку необходимо время, чтобы это все привыкнуть и адаптироваться. На этом фоне часто временно снижается успеваемость. Учителям и родителям необходимо тесно сотрудничать на этом этапе школьного обучения. В педагогической литературе проблема сопровождения процесса адаптации рассматривалась М.Р. Битяновой, К.Ю. Грачёвым, В.С. Кагерманом, Л.И. Кохановичем, В.А. Комаровым, В.А. Караковским, Л. П. Лазаревой, А.П. Тряпициной, О.Е. Шафрановой и др., как система профессиональной деятельности психолога, педагога, направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения, самоопределения и психологического развития в ситуациях взаимодействия в процессе обучения [24].

Цель программы: обеспечение психологического сопровождения пятиклассников в период адаптации к обучению в среднем звене.

Задачи:

1. Повысить адаптивные возможности и уровень психологической комфортности школьников.
2. Снизить уровень школьной тревожности пятиклассников.
3. Повысить уровень их коммуникативных навыков.
4. Повысить уровень учебной мотивации и познавательной активности обучающихся.
5. Повысить уровень психологической компетентности педагогов и родителей по проблемам адаптационного периода.

Организационно – методические требования к проведению занятий:

Категория учащихся, для которой предназначена эта программа: экспериментальная группа учащихся пятого класса (5А) с низкими результатами тестирования.

Условия формирования группы: констатирующий этап эксперимента, беседа с учителями учащихся.

Численность группы: 25 человек.

Методики:

- Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник);
- Проективный тест личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка);
- Личностный опросник Чувства к школе.

Продолжительность: 8 занятий по 40 минут.

Основные методы и приемы:

1. Упражнения на снижение уровня стресса;
2. Упражнения на улучшение коммуникативных навыков;
3. Релаксационные упражнения, дыхательная гимнастика;
4. Метод арт-терапии: рисование, физминутки, активное творчество;
5. Метод игровой терапии: психогимнастика, включение сюжетно-ролевой игры, сказочных персонажей;
6. Игры и упражнения, направленные на снижение тревожности, формирование эмоционального контакта с психологом и сверстниками.

Конспекты занятий

Занятие 1

Цель: вводное занятие; знакомство участников, создание доверительной атмосферы.

Упражнение 1. «Приветствие без слов»

Цель: создание позитивного настроения, ввод в тренинг.

Упражнение 2. «Продолжи фразу»

Цель: знакомство с ожиданиями участников, оценка эмоционального состояния.

Упражнение 3. «Те, кто»

Цель: выявление общего; создание атмосферы доверия.

Упражнение 4. «Рисуем вместе»

Цель: групповое сплочение, снятие напряжения.

Упражнение 5. «Прощание»

Цель: завершить день.

Занятие 2

Цель: Создать у учеников мотивацию на самопознание; способствовать развитию самопознания, рефлексии у учащихся и уверенности в себе.

Упражнение 1. «Мое настроение цветом»

Цель: начать тренинговый день

Упражнение 2. «Найди и коснись»

Цель: Разогревающее упражнение. Развивает сензитивность к окружающим, но при этом активизирует и наблюдательные и аналитические способности. Участники контактируют между собой, обращая внимание на разные аспекты действительности.

Упражнение 3. «Школьный путь»

Цель: выявление представлений об особенностях учебы в 5 классе.

Упражнение 4. «Вот я какой! Угадали?»

Цель: узнать друг друга, сплочение ребят по общим интересам.

Упражнение 5. «Прощание»

Цель: завершить тренинговый день.

Занятие 3

Цель: формирование мотивации учения, достижения успеха.

Упражнение 1. «Поздороваемся»

Цель: Разминка. Установление контакта между участниками.

Упражнение 2. «Самомотивация»

Цель: сформировать акцент на положительном аспекте защищает от мрачного пессимизма, от опасений, настраивает на успех.

Упражнение 3. «Ассоциации»

Цель: сближение группы; снятие напряжения, формирование позитивного настроения.

Упражнение 4. «Прощание»

Цель: закончить тренинговый день.

Занятие 4

Цель: формирование собственной значимости, желания ходить в школу.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: начать тренировочный день.

Упражнение 2. «Пойми меня»

Цель: развитие внимательности, умения выделять главное.

Упражнение 3. «Рисунок по инструкции»

Цель: формирования умения слушать других и действовать по инструкции

Упражнение 4. «Передай энергию»

Цель: Упражнение способствует повышению эмоционального настроения участников через тактильный контакт.

Занятие 5

Цель: формирования позитивного настроения, снятие напряжения.

Упражнение 1. «Ты мне нравишься потому что...»

Цель: Упражнение способствует повышению самооценки, адекватному самовосприятию, применению навыков делать и принимать комплименты, уважению друг к другу.

Упражнение 2. «Морщинки»

Цель: снятие мышечного напряжения

Упражнение 3. «Ладонка»

Цель: Упражнение способствует разрядке, созданию доброй атмосферы, создает позитивный эмоциональный настрой, учит правильному восприятию себя.

Упражнение 4. «Части и целое»

Цель: Упражнение может быть интерпретировано, как обучение командной работе, планированию фраз и действий, четкости выражения мыслей, последовательности и поступательности выполнения действий и т.д.

Упражнение 5. «Аплодисменты»

Цель: завершить день

Занятие 6

Цель: Познакомить учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: начать тренинговый день

Упражнение 2. «Угадай эмоцию»

Цель: обучению распознаванию эмоций.

Упражнение 3. «Фигуры эмоций»

Цель: соотношение цвета и эмоций. Формирование умений работы в группе.

Упражнение 4. «Прощание»

Цель: завершение дня.

Занятие 7

Цель: Помочь пятиклассникам занять новую социальную позицию по отношению к педагогам.

Упражнение 1. «Эмоции»

Цель: начать тренинговый день.

Упражнение 2. «Как зовут учителей?»

Цель: С помощью этого упражнения предлагается вспомнить имена и отчества учителей по разным предметам.

Упражнение 3. «Настоящий учитель – это...»

Цель: анализ восприятия учителей школьниками.

Упражнение 4. «Прощание»

Цель: завершение дня.

Занятие 8.

Цель: Снижение тревожности, достижение внутригруппового сплочения, осмысление своего персонального «Я» как части общего «Мы».

Упражнение 1. «Коллективный счет»

Цель: Повышение уровня согласованности внутригруппового взаимодействия.

Упражнение 2. «Коллаж нашего класса»

Цель: формирование дружного коллектива.

Упражнение 3. «Какие мы?»

Цель: формирование групповой сплоченности, позитивного настроения.

Упражнение 4. «Аплодисменты»

Цель: завершить день

Таким образом, нами разработана и реализована программа психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы. Были определены цели и задачи программы, составлены конспекты занятий с подробным описанием упражнений.

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

В исследовании принимали участие учащиеся 5 «А» класса, МБОУ СОШ № 38 г.Озёрска, в количестве 25 человек (15 девочек, 10 мальчиков).

На момент проведения исследования школу посещали 25 человек. Среди обследованных 10 мальчиков и 15 девочек.

Для определения эффективности проделанной коррекционно-развивающей работы, нами был использован тот же диагностический материал, что и на констатирующем этапе эксперимента.

Сравнение результатов констатирующего и формирующего эксперимента. Распределение показателей по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник) на рисунке 6 (сырые баллы в приложении 4, таблица 4).

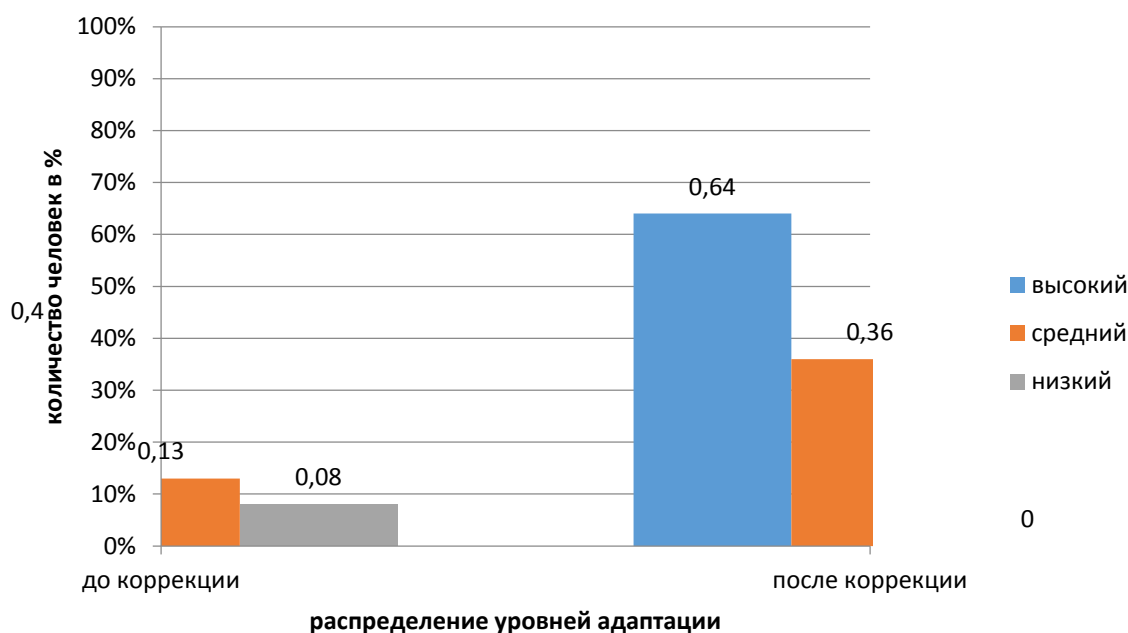


Рисунок 6. Распределение уровней адаптации по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд до и после программы психолого-педагогического сопровождения

Из рисунка мы видим:

Показатели адаптированности значительно повысились. До программы психолого-педагогического сопровождения высокий уровень адаптации был выявлен у 40% (10 человек), после коррекции у 64% (16 человек). Из этого следует, что дети повысили свои социальные навыки, обрели уверенность в себе.

У 52% (13 человек) до программы психолого-педагогического сопровождения был средний уровень адаптации, после коррекции средний уровень у 36% (9 человек). Эти ребята значительно повысили уже имеющиеся навыки, способствующие процессу адаптации. Они стали более уверенными в себе, нашли себе друзей среди одноклассников.

У 8% (2 человек) до коррекции был выявлен низкий уровень адаптации или дезадаптация, после программы психолого-педагогического сопровождения дезадаптация выявлена не была.

Сравнение результатов констатирующего и формирующего эксперимента. Распределение показателей по методике проективный тест

личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка) на рисунке 7 (сырые баллы в приложении 4, таблица 5).

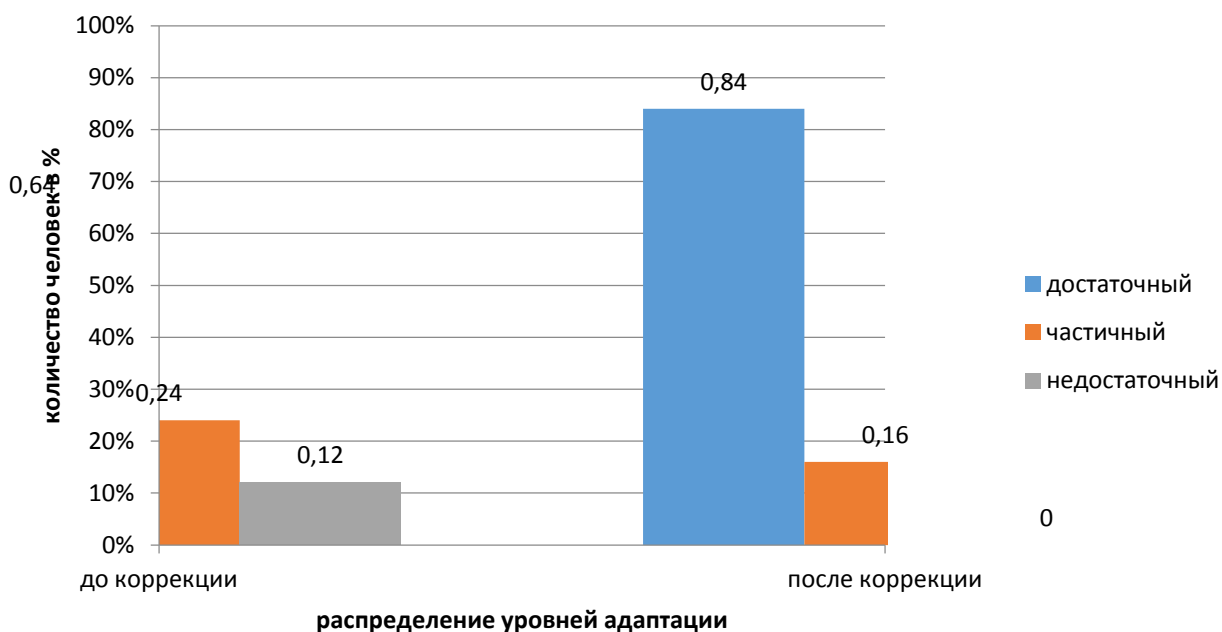


Рисунок 7. Распределение уровней адаптации по методике проективный тест личностных отношений по А.Эткинда до и после программы психолого-педагогического сопровождения

Из представленного рисунка мы видим, что результаты качественно повысились:

У 64% (16 человек) по прохождению программы психолого-педагогического сопровождения был выявлен достаточный уровень адаптированности, после прохождения коррекционно-развивающей программы этот показатель вырос до 84% (21 человек).

У 24% (6 человек) первичные результаты выявили частичный уровень адаптированности, после участия в программе психолого-педагогического сопровождения их стало 16% (4 человек) поскольку большинство детей показали высокий уровень адаптированности.

У 12% (3 человек) по первичным результатам была выявлена недостаточная адаптированность или дезадаптация, после прохождения программы психолого-педагогического сопровождения таких детей стало 0%.

Сравнение результатов констатирующего и формирующего эксперимента. Распределение показателей по методике Личностный опросник «Чувства к школе» С.Л.Левченко. на рисунке 8 (сырые баллы в приложении 4, таблица 6).

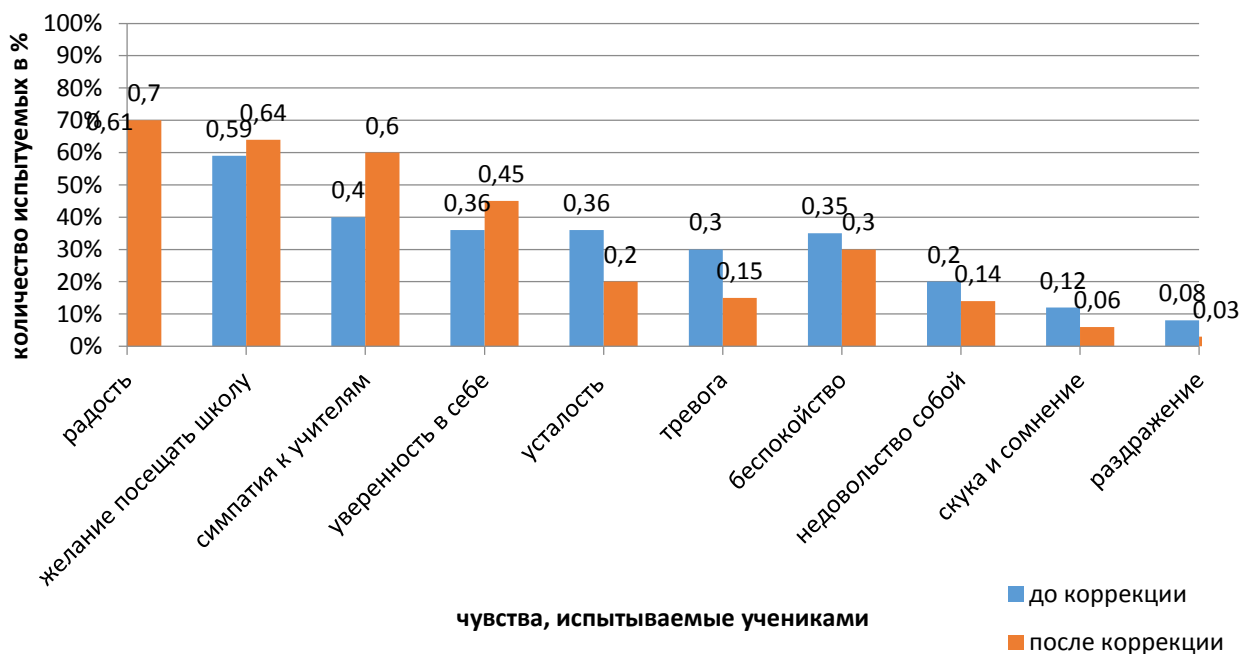


Рисунок 8. Распределение чувств, испытываемых учащимися по методике Чувства в школе, С.Л.Левченко до и после программы психолого-педагогического сопровождения

Из представленной диаграммы мы видим, что результаты качественно повысились:

До прохождения программы чувство радости испытывали 61% (15 человек) учащихся, после 70% (17 человек). Что может служить показателем эффективности программы по формированию позитивного настроения учащихся.

Желание приходить в школу присутствовало у 59% (14 человек), после у 64% (16 человек), симпатия к учителям отмечается у 40% (10 человек) пятиклассников, после у 60% (15 человек). 36% (девять учеников) отмечали уверенность в себе, после этот показатель вырос до 45% (11 человек). И 36% (девять испытуемых) признавались в усталости, что, по-видимому, связано с остаточным проявлением переживанием кризиса и адаптацией к новым условиям, после этот показатель снизился до 20% (5 человек).

Тревога за будущее выявлена у 30% (7 человек), после у 15% (4 человек), а беспокойство – у 35% (9 человек) пятиклассников, после у 30% (7 человек). 20% (5 человек) школьников были не удовлетворены собой, после таких учеников осталось 14% (3 человека). Чувства сомнения и скуки испытывали 12% (3 человека), после 6% (2 человека), а раздражение отмечалось у 8% (2 человек) учащихся, после тренинга этот показатель снизился до 3% (1 человека).

У исследуемых пятиклассников отмечается качественное повышение положительных чувств и снижение негативных проявлений. Для большинства учащихся характерно спокойствие, что говорит об успешно проходящей школьной адаптации.

Об эффективности экспериментального воздействия на процесс адаптации можно судить по результатам сравнительного анализа изменений в показателях адаптированности учащихся пятых классов по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд.

В результате реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к средней школе произошел рост всех уровней адаптированности у учеников 5А класса.

Для проверки выдвинутой гипотезы был использован критерий Т. Вилкоксона для анализа изменения результатов по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд..

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения адаптации учащихся пятого класса не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения адаптации учащихся пятого класса превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.



Рисунок 9. Ось значимости

В ходе расчетов было установлено, что эмпирическое значение находится в зоне значимости ($T_{\text{эмп}} = 15$), и мы можем сделать вывод, что изменение уровня адаптации до проведения программы и после присутствует.

Таким образом, нами получены обобщенные результаты диагностик после прохождения программы: в общем показатели адаптированности значительно повысились. До программы психолого-педагогического сопровождения высокий уровень адаптации был выявлен у 40% (10 человек), после коррекции у 64% (16 человек). Из этого следует, что дети повысили свои социальные навыки, обрели уверенность в себе. У 52% (13 человек) до программы был средний уровень адаптации, после средний уровень у 36% (9 человек). Эти ребята значительно повысили уже имеющиеся навыки, способствующие процессу адаптации. Они стали более уверенными в себе, нашли себе друзей среди одноклассников. У 8% (2 человек) до был выявлен низкий уровень адаптации или дезадаптация, после программы дезадаптация выявлена не была. У 64% (16 человек) по прохождению программы психолого-педагогического сопровождения был выявлен достаточный уровень адаптированности, после прохождения программы этот показатель вырос до 84% (21 человек). У 24% (6 человек) первичные результаты выявили частичный уровень адаптированности, после участия в программе психолого-педагогического сопровождения их стало 16% (4 человек) поскольку большинство детей показали высокий уровень адаптированности. У 12% (3 человек) по первичным результатам была выявлена недостаточная

адаптированность или дезадаптация, после прохождения программы психолого-педагогического сопровождения таких детей стало 0%. Далее мы применили метод мат.статистики критерия Т. Вилкоксона для анализа изменения результатов по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд. Изменения результатов значительные (Тэмп=15).

После реализации программы происходит изменение адаптации у учащихся пятых классов, что подтверждается уменьшением показателей низкого уровня адаптации и увеличением показателей среднего и высокого уровней. Статистический анализ результатов опытно-экспериментальной работы подтвердил эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы и подтверждает правильность и достоверность выдвинутой гипотезы нашего исследования.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации для педагогов и родителей по психолого-педагогическому сопровождению адаптации у учащихся пятых классов к условиям средней школы

На основании изученного материала и проведенного эксперимента нами разработаны рекомендации для учителей и родителей по сопровождению адаптации у учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Психолого-педагогическая диагностика учащихся в период перехода в среднее звено школы должна быть комплексной и включать в себя как определение показателей эмоционального состояния школьников, характеристик их мотивационно-личностной и когнитивной сферы, так и выявление особенностей взаимоотношений в классном коллективе. Комплексная диагностика позволяет не только констатировать состояние

дезадаптации класса, но и определить его причины, выявить ресурсы для построения коррекционной работы и сформулировать прогноз на будущее.

Большое значение взаимоотношений в классном коллективе для адаптации детей в средней школе выводит на первый план роль учителя в развитии коллектива. При переходе из начальной школы в среднюю должна осуществляться преемственность классного руководства. Учитель в первую очередь решает задачу передачи учащимся набора знаний, умений и навыков, тогда как остальные задачи обучения и воспитания решаются по произвольному выбору педагога.

Рекомендации:

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

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

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

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

Необходимо учитывать возрастные особенности младших подростков:

1. Противоречия между стремлением к самостоятельности и деятельности и неспособность их реализовать.

2. Повышенная моторность и эмоциональность.

3. Умение учащихся сотрудничать между собой только под руководством учителя.

4. Стремление их к независимости на фоне общей эмоциональной привязанности к учителю.

Учителям предметникам проводить коррекцию знаний учащихся, учитывая их физиологические, интеллектуальные и личностные особенности; повышая их познавательную и мотивационную активность, применяя при этом стимулирующие факторы.

А также, продумать работу со способными учащимися класса, оказывая им всяческую поддержку для развития их способностей и укрепления их положительной мотивации к обучению.

Необходимо учитывать индивидуальные нормы каждого ребенка, т.е. зоны его актуального и ближайшего развития путем сопоставления его вчерашних, сегодняшних и, возможно, завтрашних успехов.

Участие психолога в развитии коллективных отношений в классе будет эффективным только в случае включения его в систему воспитательной работы учителя с классом, сотрудничества с педагогом в решении задач развития детей. Роль школьного психолога в формировании коллектива класса может быть только вспомогательной, потому что, прежде всего это функция классного руководителя. Взаимодействие школьного психолога и педагога является необходимым условием эффективности психолого-педагогического сопровождения учащихся.

Меры, способствующие организации работы в классе:

1. Учителям, которые принимают пятый класс после выпускного, следует провести подготовительную работу («переключиться», т.е. настроиться на возрастные особенности пятиклассников, вспомнить методы работы с ними);

2. Всем учителям, работающим с классом, следует прийти на первое родительское собрание, чтобы ознакомить родителей с программой и требованиями по предмету.

3. Рекомендуется в течение первого месяца учебы проверять готовность ребенка к уроку: наличие учебных пособий, тетрадей и т.п. Это поможет выработать у детей навыки подготовки к урокам.

4. Учителям-предметникам следует согласовать свою работу, равномерно распределяя учебную нагрузку по разным предметам; в первую очередь это относится к домашним заданиям.

Рекомендации школьного психолога 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 семьей ученика, классным руководителем, школьным психологом и учителем начальной школы.

- Налаживать эмоциональный контакт с классом.

Рекомендации школьного психолога 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.

Теоретическое обоснование технологической карты внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы (приложение 5, таблица 6).

1 этап. Определение целей программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

1.1.Цель: Изучение необходимых документов по предмету внедрения.

Содержание: Изучение психолого-педагогической литературы о понятии «сопровождение адаптации».

Методы: сообщения, обсуждения

Формы: работа с научной литературой.

Время, ответственные: февраль, директор, психолог.

1.2. Цель: поставить цели внедрения.

Содержание: обоснование целей и задач внедрения программы.

Методы, формы: обсуждения. Педагогический совет.

Время, ответственный: март; психолог.

1.3. Цель: разработка этапа внедрения.

Содержание: изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач.

Методы, формы: анализ состояний дел в ОУ, анализ программы внедрения. Педагогический совет, психологическая служба ОУ.

Время, ответственный: февраль, директор и психолог.

1.4. Цель: Разработка программно-целевого комплекса внедрения.

Содержание: анализ уровня подготовленности пед.коллектива, анализ работы в ОУ по теме предмета внедрения.

Методы, формы: состояние программы внедрения; педагогический совет, психологическая служба.

Время, ответственные: февраль, директор, психолог.

1 Этап. Формирование положительной установки на внедрение коррекционно-развивающей программы.

2.1. Цель: Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения.

Содержание: Формирование готовности внедрить тему. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.

Методы и формы: обоснование практической значимости внедрения. Тренинги (развития, общения). Индивидуальные беседы, психотерапевтический практикум.

Время, ответственные: директор, психолог. Октябрь.

2.2. Цель: сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у участников программы.

Содержание: пропаганда передового опыта по внедрению программы в образовательный процесс ОУ, их значимости, актуальности внедрения программы.

Методы и формы: беседа, обсуждение, семинары.

Время и ответственные: сентябрь-ноябрь. Психолог.

2.3. Цель: сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных субъектов вне ОУ.

Содержание: пропаганда передового опыта по внедрению программы вне ОУ и их значимости для системы школьного образования.

Методы и формы: обсуждения, конференции; участие на педагогических советах, статьи.

Время и ответственные: сентябрь. Психолог.

2.4. Цель: сформировать веру в свои силы по внедрению Программы в образовательный процесс ОУ.

Содержание: анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения. Исследование готовности субъектов внедрения.

Методы и формы: поставка проблемы, обсуждения, тренинги, консультации. Беседы, консультации, самоанализ.

Время и ответственные: сентябрь. Психолог.

3 Этап: Изучение предмета внедрения психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

3.1. Цель: Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения.

Содержание: Изучение материалов и документов о предмете внедрения Программы.

Методы и формы: фронтально; семинары, работа с литературой и другими источниками.

Время и ответственные: декабрь, психолог.

3.2. Цель: Изучить сущность предмета внедрения программы в образовательный процесс.

Содержание: Освоение системного подхода в работе над темой изучения и предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов.

Методы и формы: фронтально в ходе самообразования; семинары, тренинги.

Время и ответственные: январь, психолог.

3.3. Цель: Изучить методику внедрения темы Программы.

Содержание: Освоение системного подхода в работе над темой.

Методы и формы: фронтально, в ходе самообразования; семинары, тренинги.

Время и ответственные: февраль, психолог.

4 Этап: Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

4.1. Цель: Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы.

Содержание: Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения.

Методы и формы: Наблюдение, анализ, собеседование, обсуждение, рефлексивно- феноменологические методы. Преподавательская деятельность, тематические мероприятия, учебные занятия.

Время и ответственные: Апрель. Преподаватель, научный руководитель исследования.

4.2. Цель: Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе.

Содержание: Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения.

Методы и формы: Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение. Беседы, консультации, преподавательская деятельность.

Время и ответственные: Апрель. Психолог.

4.3. Цель: Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения Программы.

Содержание: Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы.

Методы и формы: Изучение состояния дел по теме внедрения Программы, обсуждения, экспертная оценка, самооценка, самоанализ. Анализ документации.

Время и ответственные: Май. Психолог.

4.4. Цель: Проверить методику внедрения Программы.

Содержание: Работа инициативной группы по новой методике.

Методы и формы: Изучение состояния дел, корректировка методики.

Преподавательская деятельность, дополнительные формы работы.

Методы и формы: 1-е полугодие. Преподаватель, инициативная группа по внедрению Программы.

5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения «психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»».

5.1. Цель: 5.1.Активизировать педагогический коллектив ОУ на внедрение инновационной программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Содержание: Анализ работы инициативной группы по внедрению Программы.

Методы и формы: Сообщение о результатах работы по инновационной технологии, тренинги (внедрения, готовности к инновационной деятельности), работа психологической службы ОУ; Пед. совет, работа психологической службы ОУ.

Время и ответственные: сентябрь, Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы.

5.2. Цель: Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе.

Содержание: Обновление знаний о предмете внедрения Программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения

Методы и формы: Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги (готовности к инновационной деятельности, саморегуляции), работа психологической службы ОУ; Наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар.

Время и ответственные: Сентябрь-октябрь; Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы.

5.3. Цель: Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной Программы.

Содержание: Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в ОУ

Методы и формы: Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ; Работа психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов ОУ.

Время и ответственные: ноябрь, Психолог, администрация ОУ.

5.4. Цель: Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (Психолого-педагогической программы коррекции свойств внимания младших подростков).

Содержание: Фронтальное освоение психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Методы и формы: Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения Программы; Работа психологической службы ОУ, пед. совет, консультации, работа метод. объединений.

Время и ответственные: декабрь, Психолог, администрация ОУ.

6-й этап: «Совершенствование работы над темой психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы».

6.1. Цель: Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе

Содержание: Совершенствование знаний и умений по системному подходу

Методы и формы: Наставничество, обмен опытом, корректировка методики; Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ

Время и ответственные: январь, Психолог, администрация ОУ.

6.2. Цель: Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению Программы.

Содержание: Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения Программы.

Методы и формы: Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, доклад; Собрание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ.

Время и ответственные: январь, Психолог, администрация ОУ.

6.3. Цель: Совершенствовать методику освоения внедрения психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Содержание: Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения Программы.

Методы и формы: Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, методическая работа; Работа психологической службы ОУ, методическая работа.

Время и ответственные: январь-февраль; Психолог, администрация ОУ.

7 Этап: Распределение опыта внедрения психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

7.1. Цель: Изучить и обобщить опыт внедрения данной программы.

Содержание: изучение и обобщение опыта работы по Программе.

Методы и формы: наблюдение, изучение документов, спец.занятия; преподавательская деятельность, презентации, спец.формы работы.

Время и ответственные: сентябрь; психолог.

7.2. Цель: Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающими к внедрению программы;

Содержание: Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению Программы.

Методы и формы: наставничество, обмен опытом, консультации; выступление на семинарах, преподавательская деятельность.

Время и ответственные: март-май; психолог.

7.3. Цель: Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению Программы.

Содержание: Пропаганда внедрения Программы в ОУ/городе.

Методы и формы: Выступления на семинарах, конференциях, конгрессах, научная и творческая деятельность; Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению Программы.

Время и ответственные: январь, психолог.

7.4. Цель: Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах.

Содержание: Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения Программы.

Методы и формы: Наблюдение, анализ, преподавательская деятельность, научная деятельность; Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения Программы, изучение последующего опыта внедрения Программы в различных ОУ.

Время и ответственные: октябрь – февраль; психолог.

Таким образом, нами на основе проведенного эксперимента и полученных данных нами разработаны рекомендации для родителей и педагогов по психолого-педагогическому сопровождению адаптации у учащихся пятых классов к условиям средней школы. Дано теоретическое обоснование технологической карты внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы: определены этапы работы, содержание каждого этапа и время выполнения.

Выводы по Главе 3

На этапе анализа результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников к условиям средней школы сделаны следующие выводы:

Таким образом, нами разработана и реализована программа психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы. Были определены цели и задачи программы, составлены конспекты занятий с подробным описанием упражнений.

Таким образом, нами получены обобщенные результаты диагностик после прохождения программы: в общем показатели адаптированности значительно повысились. До программы психолого-педагогического сопровождения высокий уровень адаптации был выявлен у 40% (10 человек), после коррекции у 64% (16 человек). Из этого следует, что дети повысили свои социальные навыки, обрели уверенность в себе. У 52% (13 человек) до программы был средний уровень адаптации, после средний уровень у 36% (9 человек). Эти ребята значительно повысили уже имеющиеся навыки, способствующие процессу адаптации. Они стали более уверенными в себе,

нашли себе друзей среди одноклассников. У 8% (2 человек) до был выявлен низкий уровень адаптации или дезадаптация, после программы дезадаптация выявлена не была. У 64% (16 человек) по прохождению программы психолого-педагогического сопровождения был выявлен достаточный уровень адаптированности, после прохождения программы этот показатель вырос до 84% (21 человек). У 24% (6 человек) первичные результаты выявили частичный уровень адаптированности, после участия в программе психолого-педагогического сопровождения их стало 16% (4 человек) поскольку большинство детей показали высокий уровень адаптированности. У 12% (3 человек) по первичным результатам была выявлена недостаточная адаптированность или дезадаптация, после прохождения программы психолого-педагогического сопровождения таких детей стало 0%. Далее мы применили метод мат.статистики критерия Т. Вилкоксона для анализа изменения результатов по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд. Изменения результатов значительные ($T_{эмп}=15$).

Статистический анализ результатов опытно-экспериментальной работы подтвердил эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы и подтверждает правильность и достоверность выдвинутой гипотезы нашего исследования.

Таким образом, нами на основе проведенного эксперимента и полученных данных нами разработаны рекомендации для родителей и педагогов по психолого-педагогическому сопровождению адаптации у учащихся пятых классов к условиям средней школы. Дано теоретическое обоснование технологической карты внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы: определены этапы работы, содержание каждого этапа и время выполнения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Нами проведено исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы и сделаны следующие выводы:

Изучив научную литературу, мы можем сделать следующие выводы:

В социально- педагогическом аспекте под адаптацией подразумевается выработка наиболее адекватных форм поведения в условиях меняющейся микро-социальной среды. Обеспечение плавного и мягкого перехода учащихся в основное звено школы - главная задача адаптационного периода пятиклассников.

Обычно необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения.

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

Психологический смысл адаптации или ее полезность для социализирующегося субъекта может заключаться в избавлении от чувства страха, одиночества или сокращении сроков социального научения (обучения), когда, опираясь на общественный или групповой опыт, человек избавляется от необходимости проб и ошибок, сразу выбирая более подходящую программу поведения.

Трудность данного периода многие психологи и педагоги видят еще и в том, что изменяется личностный смысл учения, часто снижается интерес к учебной деятельности. У подростков формируется потребность быть взрослым, осознавать себя личностью, отличной от других людей. Отсюда стремление к самоутверждению, самореализации, самоопределению.

Переход детей из начального в среднее звено школы психологи и педагоги, последние годы уверенно называют кризисом. Наблюдается ухудшение состояния детей, успеваемость у многих из них падает, интерес к

учебе снижается, отношения между детьми становятся более напряженными, конфликтными, а они сами — тревожными.

Формирование личности подростка, расширение круга его интересов, развитие самосознания, новый опыт общения со сверстниками, как правило, ведут к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний. Подросток острее испытывает сочувствие при виде горя других людей, ему свойственно стремление бескорыстно отказаться от чего-то ценного для него ради блага другого человека. В подростковом возрасте больше, чем в любом другом, отмечается захваченность растущего человека переживаниями, связанными с добром, сочувствием, со способностью жертвовать своими запросами, потребностями ради других людей.

Исходя из изученного теоретического материала, нами разработаны дерево целей и модель психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы.

Опытно-экспериментальная работа проходила в несколько этапов: Поисково-подготовительный этап; опытно-экспериментальный этап; контрольно-обобщающий этап.

Таким образом, в опытно-экспериментальном исследовании был использован комплекс методов и методик:

1) Теоретический: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы;

2) Эмпирический: эксперимент (констатирующий), тестирование по методикам:

- Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд (личностный опросник);
- Проективный тест личностных отношений по А.Эткинда (Эмоциональная сфера ребенка);
- Личностный опросник «Чувства к школе» С.Л.Левченко.

3) Математико-статистический: применение критерия Т-Вилкоксона.

Выявили, что у учеников 5 «А» класса, МБОУ СОШ № 38 г.Озёрска, в количестве 25 человек (15 девочек, 10 мальчиков) есть необходимость в прохождении коррекционно-развивающей программы.

Развитие памяти, внимания находится на высоком уровне, а значит, не тормозит процесс адаптации. Успешность адаптации к системе обучения в среднем звене обеспечивает достаточное развитие познавательных процессов. Прежде всего, это внимание, память, а так же способность к словесно-логическим операциям.

Обобщая результаты диагностик, мы получили следующие результаты: у 40% (10 человек) выявили высокий уровень адаптированности. Такие дети комфортно чувствуют себя в школе, среди одноклассников. У 52% (13 человек) уровень адаптации находится на среднем уровне. Такие дети достаточно адаптированы в кругу сверстников, их социальные связи оптимально развиты. У 8% (2 человек) низкий уровень адаптации или дезадаптация. У них наблюдается неуспех в учении, неблагополучие в отношениях со сверстниками. У 64% (16 человек) уровень адаптации находится на достаточном уровне. У 24% (6 человек) частичная адаптация. Они чаще нуждаются в краткосрочной оперативной помощи со стороны психолога. Причинами неполной адаптации часто могут быть повышенная тревожность, вызванная неумеренными ожиданиями родителей, изменение характера детско-родительских отношений, перегрузка дополнительными занятиями, низкая самооценка, слабое здоровье и т.д.

Исходя из полученных результатов констатирующего этапа исследования, можно говорить о том, что уровень адаптации требует для своего развития специально разработанной психолого-педагогической программы.

На основе полученных результатов для обучающихся 5 «А» класса была создана и реализована программа, направленная на психолого-педагогическое сопровождение адаптации учащихся пятых к условиям средней школы.

На этапе анализа результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников к условиям средней школы сделаны следующие выводы:

Таким образом, нами разработана и реализована программа психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы. Были определены цели и задачи программы, составлены конспекты занятий с подробным описанием упражнений.

Таким образом, нами получены обобщенные результаты диагностик после прохождения программы: в общем показатели адаптированности значительно повысились. До программы психолого-педагогического сопровождения высокий уровень адаптации был выявлен у 40% (10 человек), после коррекции у 64% (16 человек). Из этого следует, что дети повысили свои социальные навыки, обрели уверенность в себе. У 52% (13 человек) до программы был средний уровень адаптации, после средний уровень у 36% (9 человек). Эти ребята значительно повысили уже имеющиеся навыки, способствующие процессу адаптации. Они стали более уверенными в себе, нашли себе друзей среди одноклассников. У 8% (2 человек) до был выявлен низкий уровень адаптации или дезадаптация, после программы дезадаптация выявлена не была. У 64% (16 человек) по прохождению программы психолого-педагогического сопровождения был выявлен достаточный уровень адаптированности, после прохождения программы этот показатель вырос до 84% (21 человек). У 24% (6 человек) первичные результаты выявили частичный уровень адаптированности, после участия в программе психолого-педагогического сопровождения их стало 16% (4 человек) поскольку большинство детей показали высокий уровень адаптированности. У 12% (3 человек) по первичным результатам была выявлена недостаточная адаптированность или дезадаптация, после прохождения программы психолого-педагогического сопровождения таких детей стало 0%. Далее мы применили метод мат.статистики критерия Т. Вилкоксона для анализа

изменения результатов по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд. Изменения результатов значительные (Тэмп=15).

После реализации программы происходит изменение адаптации у учащихся пятых классов, что подтверждается уменьшением показателей низкого уровня адаптации и увеличением показателей среднего и высокого уровней. Статистический анализ результатов опытно-экспериментальной работы подтвердил эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы и подтверждает правильность и достоверность выдвинутой гипотезы нашего исследования.

Таким образом, нами на основе проведенного эксперимента и полученных данных нами разработаны рекомендации для родителей и педагогов по психолого-педагогическому сопровождению адаптации у учащихся пятых классов к условиям средней школы. Дано теоретическое обоснование технологической карты внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы: определены этапы работы, содержание каждого этапа и время выполнения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адаптация личности в современном мире: Межвуз. сб. науч. тр. Саратов: ИЦ «Наука», 2011. Вып. 3. 110 с.: ил.
2. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах. 1, 5, 10 классы. Система работы с детьми, родителями, педагогами./ сост. Коробкина С.Н. М.: Учитель, 2015. 240с.
3. Айсмонтас Б.Б. Педагогическая психология: схемы и тесты. М.: 2014. 208с.
4. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для вузов. М.: Аспект Пресс, 2008. 363 с.
5. Баева И.А., Гаязова Л.А. Психологическая безопасность образовательной среды школы и ее психолого-педагогическое сопровождение //Электронный журнал «Психологическая наука и образование psyedu.ru» — <http://psyedu.ru/about/> М.: 2012. 12 с.
6. Байярд Р.Т. Ваш беспокойный подросток. М.: Просвещение, 2011. 63 с.
7. Батюта М.Б., Князева Т.Н. Возрастная психология. М.: Логос, 2013. 306с.
8. Болотова А.К., Молчанова О.Н. Психология развития и возрастная психология. М.: ГУ ВШЭ, 2012, 528с. (Серия «Учебник высшей школы экономики»).
9. Волков Б.С., Волкова Н.В. Возрастная психология. В 2 частях. Часть 2. От младшего школьного возраста до юношества. М.: Владос, 2010. 344с.
10. Волков Б.С., Волкова Н.В. Конфликтология. М.: Академический проект. 2010. 416с.
11. Волков Б.С. Психология младшего школьника: Учебное пособие. М.: Педагогическое общество России, 2012. 128с.

12. Володько Н.В. Личностно-ориентированный диалог в образовательном процессе и его роль в преодолении дезадаптации ребенка к школе/ Н.В. Володько. Н.Новгород Арзамас.: АГПИ, 2006. 147 с.
13. Волынская Л.Б. Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла. СПб.: Флинта, 2012. 240с.
14. Гаврицкова, М. Мы – это много «Я»: программа классных часов для 5-х классов / М. Гаврицкова // Школьный психолог. 2006. № 14. С. 12.
15. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф. Практикум по возрастной психологии. СПб.: Речь, 2011. 398 с.
16. Гольева Г. Ю., Михайлусова К. А. Исследование уровня самооценки младших подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 7. С. 76–80. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56093.htm>.
17. Долгова В.И., Аркаева Н.И., Зыкова Н.А. Влияние детско-родительских отношений на проявления агрессивности у старших подростков // Научно-методический электронный журнал Концепт. 2015. Т. 31. С. 51-55.
18. Григорович Л.А., Марцинковская Т.Д. Педагогика и психология: учебное пособие. М.: Гардарики, 2012. 480 с.
19. Гюру Эйстад. Самооценка у детей и подростков. Книга для родителей/ пер. Наргис Шинкаренко. М.: Альпина Паблишер, 2014. 294с.
20. Долгова В.И., Аркаева Н.И., Капитанец Е.Г. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе / монография. М.: Издательство Перо, 2015. 200 с.
21. Долгова В.И., Аркаева Н.И. Смысложизненные ориентации: формирование и развитие. Челябинск, 2012. 229с.
22. Долгова В.И., Гольева Г.Ю. Эмоциональная устойчивость личности: Монография. М.: Изд-во «Перо», 2014. 173 с.

23. Долгова В.И., Крыжановская Н.В., Ратаева В.В. Влияние памяти на успеваемость младших школьников. Научно-методический электронный журнал Концепт. 2015. Т. 31. С. 96-100.
24. Долгова В.И., Мельник Е.В. Эмпатия / Монография. М.: Перо, 2014. 161 с.
25. Долгова В.И. Проблемы определения уровня эмоциональной устойчивости подростков. В сборнике: FUNCTIONS OF UPBRINGING AND EDUCATION IN CONDITIONS OF THE ACCELERATED SOCIALIZATION OF THE PERSONALITY IN THE MODERN SOCIETY Peer-reviewed materials digest (collective monograph) published following the results of the CIII International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in Psychology and Educational sciences. 2015. С. 91-95.
26. Долгова В.И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений подростков: научно-методические рекомендации. Челябинск: АТОКСО, 2010 112с.
27. Долгова В.И., Рокицкая Ю.А. Диагностико-аналитическая деятельность психолога в сфере образования: Учебник. М.: Издательство ПЕРО, 2016. 241 с.
28. Долгова В.И., Рокицкая Ю.А. Индивидуально-психологические детерминанты суицидального и антисуицидального поведения подростков // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2016. № 3. С. 108-111.
29. Долгова В. И., Рокицкая Ю. А., Сметанина Д. А. Психологическая безопасность образовательной среды как условие адаптации пятиклассников с ограниченными возможностями здоровья в школе-интернате // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 44. С. 138–144. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56987.htm>.
30. Долгова В.И., Цветкова Н.В. Влияние системы обучения младших школьников на формирование межличностной рефлексии в

- подростковом возрасте// Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2014. №7. С. 89-98.
31. Дружинин Н.Д. Экспериментальная психология. СПб.: Изд-во Питер, 2012. 320с. (Серия «Учебник для вузов»).
32. Дубровина И.В., Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Вохмянина Т.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: учеб. пособие. М.: Изд. центр «Академия», 2012. 98 с.
33. Жигимонт С. Н. Особенности организации психолого-педагогического сопровождения старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. Т. 20. С. 1146–1150. URL: <http://e-koncept.ru/2014/54493.htm>
34. Иванова Е. И. Оценка уровня адаптации учащихся 5 класса в МБОУ «2-Жемконская СОШ» // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 19. С. 284–288. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56302.htm>.
35. Казанская В.Н. Подросток: социальная адаптация. Книга для психологов, педагогов и родителей. СПб.: Питер, 2011. 230с.
36. Коваленко Е. В. Психолого-педагогическая коррекция агрессивности младших школьников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 18. С. 101–105. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95172.htm>.
37. Крыжановская Н. В., Буркова Е. В. Формирование мотивации к учебной деятельности как способ школьной адаптации среди младших школьников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 7. С. 11–15. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56080.htm>.
38. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Психология развития и возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека: Учебное пособие для вузов. М.: Академический Проект, 2015. 432с.
39. Кулюткин Ю.Н. Психология обучения. М.: ИНФРА-М, 2011. 300с.

40. Лысенко Р. И. Педагогические условия адаптации младших школьников к обучению в основной школе // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 13. С. 2076–2080. URL: <http://e-koncept.ru/2015/85416.htm>.
41. Магомедова М. Г. Адаптация студентов младших курсов в системе допрофессионального образования // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 13. С. 861–865. URL: <http://e-koncept.ru/2015/85173.htm>.
42. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество // Учебник для студ. вузов. - 4-е изд., стереотип. М.: Издательский центр "Академия", 2010. 456с.
43. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация. М.: Эксмо, 2010. 368 с.
44. Немов Р.С. Психология. Учебник. М.: Изд-во «Юрайт», 2014. 639с. (Серия «Бакалавр. Базовый курс»).
45. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. Учебник. М.: Изд-во «Юрайт», 2015. 460с. (Серия «Бакалавр. Базовый курс»).
46. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: учебное пособие. М.: Академия. 2013. 448 с.
47. Островский Э.В., Чернышова Л.И. Психология и педагогика: учебное пособие. М.: Вузовский учебник, 2015. 384 с.
48. Педагогическая психология: практикум: / под ред. Л.А. Регуш, В.И. Долговой, А.В. Орловой. Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2012. 304 с.
49. Петрунек В.П., Таран Л.Н. Нелегкий шаг к юности. Родителям о нервно-психическом здоровье подростков. М.: Педагогика, 2014. 160с.
50. Психология развития и возрастная психология. Учебник и практикум/ под ред. Головей Е.А. М.: Юрайт, 2016. 413с.
51. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб.: Питер, 2014. 816с.
52. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2013. 720с. (Серия «Мастера психологии»).

53. Савенков А.И. Педагогическая психология. М.: Юрайт, 2014. 672с. (Серия «Бакалавр. Базовый курс»).
54. Семечкин Е.И. Психология социальных групп. М.: Владос-Пресс, 2011. 288с.
55. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии. М.: Изд-во «Речь», 2007. 350 с.
56. Социальная адаптация учащихся. 5-9 классы. Программы, планирование, тематические занятия./ сост. Родионова С.Г., Корепанова Т.Н. М.: Учитель, 2015. 268с.
57. Справочник психолога средней школы / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. 3-е изд. Ростов н/Д.: Феникс, 2014. 512 с.
58. Тихомирова А.В. Я открываю мир. Развитие познавательных способностей детей. М.: Изд-во У-Фактория, 2015. 239с. (Серия «Психология детства. Практикум»).
59. Томчук А. С. Психолого-педагогические условия успешной адаптации первоклассников к школьному обучению // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 10. – С. 161–165. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95076.htm>.
60. Урунтаева Г.А. Детская психология. Учебник. М.: Академия, 2014. 336с.
61. Утёмов В. В. Методика развития креативности учащихся основной школы // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2012. №1 (Январь). С. 6–10. URL: <http://e-koncept.ru/2012/1202.htm>.
62. Хапачева С. М. Психолого-педагогические особенности адаптации подростков ко второй ступени обучения // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. № S11. С. 31–35. URL: <http://e-koncept.ru/2014/14635.htm>.
63. Хотина Л. А. Психолого-педагогическая коррекция школьной тревожности младших подростков // Научно-методический

- электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 10. С. 146–150. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95073.htm>.
64. Хухлаева О.В., Зыков Е.В., Бубнова Г.В. Психология развития и возрастная психология. Учебник для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2016. 367с.
65. Цукерман Г.А. Переход из начальной школы в среднюю как психологическая проблема // Вопросы психологии. 2001. № 5. С. 19-31.
66. Чернецкая Н. И. Дезадаптивные особенности личности подростков, обучающихся по программам повышенной сложности // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. Т. 20. С. 696–700. URL: <http://e-koncept.ru/2014/54403.htm>.
67. Чернова Т. Н. Формирование вербальных способов коммуникативной деятельности младших подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. № S1. С. 86–90. URL: <http://e-koncept.ru/2015/75018.htm>.
68. Шаграева О.А. Детская психология. Теоретический и практический курс. М.: Изд-во «Владос», 2011. 368с. (Серия «Учебное пособие для вузов»).
69. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология. Учебник и практикум. М.: Юрайт, 2016. 576с.
70. Шаяхметова В. К., Минх Г. Р. Уровень самооценки младших подростков в период адаптации при переходе из младшего школьного звена в среднее // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. № S1. С. 71–75. URL: <http://e-koncept.ru/2015/75015.htm>.
71. Шешукова Н. Н., Синявина Е. Н. Психологическое сопровождение личностного развития подростков, обучающихся в школе-интернате // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 8. С. 116–122. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56131.htm>.

72.Штейнмец А.Э. Общая психология. М.: Академия, 2012. 288с. (Серия «Высшее профессиональное образование. Бакалавриат»).

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Методики диагностики

Методика диагностики социально-психологической адаптации.

К.Роджерса и Р.Даймонда

Обзор

Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа, без использования каких-либо местоимений. По всей вероятности, такая форма была использована авторами для того, чтобы избежать влияния «прямого отождествления». То есть ситуации, когда испытуемые сознательно, напрямую соотносят утверждения со своими особенностями. Данный методический прием является одной из форм «нейтрализации» установки тестируемых на социально-желательные ответы.

В методике предусмотрена достаточно дифференцированная, 7-бальная шкала ответов. Остается открытым вопрос, насколько оправдано применение подобной шкалы, так как в обыденном сознании испытуемому достаточно трудно выбрать между таким вариантами ответов, как например, «2» – сомневаюсь, что это можно отнести ко мне; и «3» - не решаюсь отнести это к себе.

Авторами выделяются следующие 6 интегральных показателей:

1. «Адаптация»;
2. «Приятие других»;
3. «Интернальность»;
4. «Самовосприятие»;
5. «Эмоциональная комфортность»;
6. «Стремление к доминированию».

Каждый из них рассчитывается по индивидуальной формуле, найденной, по всей вероятности, эмпирическим путем. Интерпретация осуществляется в соответствии нормативными данными, рассчитанными отдельно для подростков и взрослой выборки.

Обнаружить какие-либо более подробные данные, связанные с различными психодиагностическими аспектами методики (предназначение, авторская концепция адаптации, психометрические параметры и др.) не удалось.

Инструкция

Инструкция.

«В опроснике содержатся высказывания о человеке, о его образе жизни: переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотнести с нашим собственным образом жизни.

Прочитав или прослушав очередное высказывание опросника, примерьте его к своим привычкам, своему образу жизни и оцените: в какой мере это высказывание может быть отнесено к Вам. Для того, чтобы обозначить ваш ответ в бланке, выберете подходящий, по вашему мнению, один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от «0» до «6»:

- «0» – это ко мне совершенно не относится;
- «1» - это к мне не относится;
- «2» – сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;
- «3» - не решаюсь отнести это к себе;
- «4» – это похоже на меня, но нет уверенности;
- «5» – это на меня похоже;
- «6» – это точно про меня.

Выбранный вами вариант ответа отметьте в бланке для ответов в ячейке, соответствующей порядковому номеру высказывания».

Содержание

Стимульный материал.

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать - иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него - не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.

24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе — оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что Они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему носится, любит его.
34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя |как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.
41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.

43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.

44. Уравновешен, спокоен.

45. Разозлившись, нередко выходит из себя.

46. Часто чувствует себя обиженным.

47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.

48. Бывает, что сплетничает.

49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.

50. Довольно трудно быть самим собой.

51. На первом месте рассудок, а не чувство: прежде чем что-либо сделать, подумает.

52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен напридумывать лишнего... Словом - не от мира сего.

53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.

54. Старается не думать о своих проблемах.

55. Считает себя интересным человеком — привлекательным как личность, заметным.

56. Человек стеснительный, легко тушуетя.

57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.

58. В душе чувствует превосходство над другими.

59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.

60. Боится того, что подумают о нем другие.

61. Честолюбив, равнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.

62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения.

63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.
64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Себя просто недостаточно ценит.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно - если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.
71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирает лиц противоположного пола, не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг — не справлюсь, а вдруг - не получится.
78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.

85. Чувствует неуверенность в себе.

86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.

87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.

88. Человек толковый, любит размышлять.

89. Иной раз любит прихвастнуть.

90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.

91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.

92. Никогда не опаздывает.

93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.

94. Выделяется среди других.

95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.

96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.

97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.

98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; совсем может справиться.

99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.

100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.

101. Все свои привычки считает хорошими.

Ключи

Алгоритм обработки данных и интерпретация.

Интегральные показатели	
«Адаптация» а $A = \text{-----} \times 100\%$	«Самовосприятие» а $S = \text{-----} \times 100\%$

a + b	a + b
«Приятие других» 1,2 a $L = \frac{\dots}{\dots} \times 100\%$ 1,2 a + b	«Эмоциональная комфортность» a $E = \frac{\dots}{\dots} \times 100\%$ a + b
«Интернальность» a $I = \frac{\dots}{\dots} \times 100\%$ a + 1,4 b	«Стремление к доминированию» 2 a $D = \frac{\dots}{\dots} \times 100\%$ 2 a + b

Ключи.

№	Показатели	Номера высказываний	Нормы
1	a Адаптивность	4,5,9,12,15,19,22,23,26,27,29,33,35, 37,41,44,47,51,53,55,61,63,67,72,74, 75,78,80,88,91,94,96,97,98	(68- 170) 68-136
	b Деадаптивность	2,6,7,13,16,18,25,28,32,36,38,40,42, 43,49,50,54,56,59,60,62,64,69,71,73, 76,77,83,84,86,90,95,99,100	(68- 170) 68-136
2	a Лживость « - »	34,45,48,81,89	(18-45)
	b « + »	8,82,92,101	18-36
3	a Приятие себя	33,35,55,67,72,74,75,80,88,94,96	(22-52) 22-42
	b Неприятие себя	7,59,62,65,90,95,99	(14-35) 14-28
4	a Приятие других	9,14,22,26,53,97	(12-30) 12-24
	b Неприятие других	2,10,21,28,40,60,76	(14-35) 14-28

5	a	Эмоциональный комфорт	23,29,30,41,44,47,78	(14-36) 14-28
	b	Эмоциональный дискомфорт	6,42,43,49,50,83,85	(14-35) 14-28
6	a	Внутренний контроль	4,5,11,12,19,27,37,51,63,68,79,91, 98,13	(26-65) 26-52
	b	Внешний контроль	25,36,52,57,70,71,73,77	(18-45) 18-36
7	a	Доминирование	58,61,66	(6-15) 6-12
	b	Ведомость	16,32,38,69,84,87	(12-30) 12-24
8		Эскапизм (уход от проблем)	17,18,54,64,86	(10-25) 10-20

Краткая интерпретация.

В столбце «нормы» зона неопределенности в интерпретации результатов по каждой шкале для подростков приводится в скобках, для взрослых - без скобок. Результаты «до» зоны неопределенности интерпретируются как чрезвычайно низкие, а «после» самого высокого показателя в зоне неопределенности – как высокие.

Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций “Домики”

Цветовой тест отношений (ЦТО) — это компактный невербальный диагностический метод, отражающий сознательные и частично неосознаваемые уровни отношений человека.

Назначение: Изучение эмоциональных компонентов отношений человека к значимым для него людям и к себе и отражает как сознательный, так и частично неосознаваемый уровень этих отношений.

Инструкция: Вам нужно будет подобрать к каждому из людей и понятий, которые будут зачитываться, подходящие на Ваши цвета. Выбранные цвета могут повторяться. Цвета должны подбираться в соответствии с Вашим личным восприятием, а не по их внешнему виду.

Проведение ЦТО включает в себя следующие этапы:

1. Исследователь составляет список лиц, а также понятий, имеющих для испытуемого существенное значение.

2. Перед испытуемым раскладываются на белом фоне в случайном порядке цвета. Затем исследователь просит испытуемого подобрать к каждому из людей и понятий, которые последовательно им зачитываются, подходящие цвета. Выбранные цвета могут повторяться. В случае возникновения вопросов исследователь разъясняет, что цвета должны подбираться в соответствии с характером людей, а не по их внешнему виду.

Тест имеет два варианта проведения, различающиеся по способу извлечения цветовых ассоциаций. В кратком варианте ЦТО от испытуемого требуется подобрать к каждому лицу или понятию какой-нибудь один подходящий цвет. В полном варианте испытуемый ранжирует все восемь цветов в порядке соответствия их понятию или лицу, от «самого похожего, подходящего» до «самого непохожего, неподходящего». Краткий вариант ЦТО предназначен для задач экспресс-диагностики, полный вариант — для исследовательских целей.

3. После завершения ассоциативной процедуры испытуемый ранжирует цвета в порядке предпочтения, начиная с самого «красивого», приятного для глаза, и кончая самым «некрасивым», неприятным.

4. Интерпретация результатов теста осуществляется в два этапа:

а) сопоставление цветов, ассоциируемых с определенным понятием, с их местом (рангом) в раскладке по предпочтению.

б) интерпретация эмоционально-личностного значения каждой цветовой ассоциации, на основе чего может быть составлено представление о содержательных особенностях отношения.

Применение данного теста прежде всего требует изучения эмоциональных значений используемых цветов. Каждый из цветов ЦТО обладает собственным, ясно определенным эмоционально-личностным значением (полный текст в прил.1).

Больше 20 – преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.

10 – 18 – эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.

Менее 10 – Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Опросник «Чувства в школе», С.Л.Левченко

Опросник содержит перечисление 16 чувств, из которых предлагается выбрать только 8 и отметить значком «+» те, «которые ты наиболее часто испытываешь в школе». Ответы анонимны.

Класс _____ Дата опроса _____ Пол _____
Возраст _____

Отметь значком «+» те чувства, которые ты наиболее часто испытываешь в школе.

Я испытываю в школе	Да
Спокойствие	
Усталость	
Скуку	
Радость	
Уверенность в себе	

Беспокойство	
Неудовлетворенность собой	
Раздражение	
Сомнение	
Обиду	
Чувство унижения	
Страх	
Тревогу за будущее	
Благодарность	
Симпатию к учителям	
Желание приходить сюда	

После обработки анкет получаем сумму баллов (в %), на основе которой можно говорить о том, какие чувства преобладают в классе. Имеет смысл принимать во внимание выборы до 45–50%. Если чувство набирает меньше голосов, можно говорить об индивидуальном характере данных переживаний.

По наблюдениям, в начале года мальчики испытывают беспокойство, а у девочек дезадаптация выражается в том, что они чувствуют тревогу за свое будущее. Если на фоне одного-двух «негативных» чувств дети выбирают в основном позитивные, это является нормой для переходного периода. Однако если количество выборов «негативных» чувств перевешивает, то можно сделать вывод о дезадаптации и начать глубже исследовать ее причины.

Наглядность такой диагностики очевидна. Во-первых, есть возможность увидеть, есть ли временная дезадаптация, присущая этому периоду, и насколько она сильна (определяется по процентам выборов негативных чувств). Во-вторых, сразу определяется общий настрой класса, его «эмоциональный портрет».

Приложение 2

Сводные результаты исследования психолого-педагогического
сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней
школы на констатирующем этапе эксперимента

Результаты исследования по методике диагностики социально-
психологической адаптации Карла Роджерса и Розалинд Даймонд

Таблица 1

№	ФИО	Баллы	Уровень адаптации
1	В.Р.	53	Высок.
2	Л.К.	39	Сред.
3	Е.Н.	50	Высок.
4	Е.С.	54	Высок.
5	С.В.	25	Низк.
6	С.Л.	40	Сред.
7	К.Н.	50	Высок.
8	Д.А.	40	Сред.
9	К.М.	43	Сред.
10	О.Л.	27	Низк.
11	Д.Ж.	44	Сред.
12	М.Н	55	Высок.
13	К.Г.	40	Сред.
14	В.К.	55	Высок.
15	Щ.У.	39	Сред.
16	З.П.	50	Высок.
17	Я.К.	41	Сред.
18	В.О.	60	Высок.
19	У.Н.	43	Сред.
20	Ш.Х.	59	Высок.
21	М.Р.	55	Высок.
22	С.Е.	42	Сред.
23	В.К.	43	Сред.
24	И.Т.	39	Сред.

25	И.О.	40	Сред.
----	------	----	-------

Уровни	Количество человек	%
Высокий	10 человек	40%
Средний	13 человек	52%
Низкий	2 человека	8%

Результаты исследования по методике «проективный тест личностных отношений» по А.Эткинда

Таблица 2

№	ФИО	Баллы в %	Уровень адаптации
1	В.Р.	10	Достаточ.
2	Л.К.	9	Достаточ.
3	Е.Н.	9	Достаточ.
4	Е.С.	9	Достаточ.
5	С.В.	22	Недостаточ.
6	С.Л.	8	Достаточ.
7	К.Н.	8	Достаточ.
8	Д.А.	11	Частич.
9	К.М.	10	Достаточ.
10	О.Л.	21	Недостаточ.
11	Д.Ж.	11	Частич.
12	М.Н.	10	Достаточ.
13	К.Г.	12	Частич.
14	В.К.	10	Достаточ.
15	Щ.У.	16	Частич.
16	З.П.	10	Достаточ.
17	Я.К.	17	Частич.
18	В.О.	10	Достаточ.
19	У.Н.	9	Достаточ.
20	Ш.Х.	9	Достаточ.

21	М.Р.	9	Достаточ.
22	С.Е.	10	Достаточ.
23	В.К.	20	Недостаточ.
24	И.Т.	16	Достаточ.
25	И.О.	17	Частич.

Уровни	Количество человек	%
Достаточный	16 человек	64%
Частичный	6 человек	24%
Недостаточный	3 человека	12%

Результаты исследования по методике личностный опросник
«Чувства к школе» С.Л.Левченко

Таблица 3

Чувства, испытываемые учениками	Количество в %	Количество человек
Радость	61	15
Желание посещать школу	59	14
Симпатия к учителям	40	10
Уверенность в себе	36	9
Усталость	36	9
Тревога	30	7
Беспокойство	35	8
Недовольство собой	20	5
Скука и сомнение	12	3
Раздражение	8	2

Приложение 3

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы

Занятие 1

Цель: вводное занятие; знакомство участников, создание доверительной атмосферы.

Упражнение 1. «Приветствие без слов»

Цель: создание позитивного настроения, ввод в тренинг.

Инструкция: Каждый из участников должен поздороваться с группой, продемонстрировав какое-то невербальное приветствие. Это может быть как бесконтактное приветствие (помахать рукой, кивнуть головой, сделать реверанс), так и контактное (пожать руку, обнять). Можно использовать приветствия, характерные для разных социальных и этнических групп: пионерский салют, японский поклон и др. Остальные участники группы отвечают на приветствие так же, как с ними поздоровались (кивают в ответ, пожимают протянутую им руку и т. д.).

Время: 7 минут.

Упражнение 2. «Продолжи фразу»

Цель: знакомство с ожиданиями участников, оценка эмоционального состояния.

Инструкция: На доске или в середине круга укрепляется рисунок «Школьный путь». На нем изображена гора, отображающая школьный путь с 1-го по 10-й класс.

Участникам предлагается продолжить фразу: «В начальной школе мне больше всего запомнилось...»; «В пятом классе мне хотелось бы...».

Все высказываются по кругу, передавая друг другу мяч или игрушку. Ведущий отмечает наиболее интересные высказывания и оптимистические ожидания, обращает внимание на то, что все участники имеют довольно

большой школьный опыт, поэтому дальнейший путь должен быть легче. Каким он будет?

Ведущий предлагает поговорить о том, что нового появилось в школьной жизни учащихся в связи с переходом в 5-й класс.

Время: 15 минут.

Упражнение 3. «Те, кто»

Цель: выявление общего; создание атмосферы доверия.

Инструкция: Делают шаг вперед те, кто любит сладкое; поднимают правую руку те, у кого есть кошка; приседают те, кому нравится играть в футбол, и тому подобное. После окончания упражнения предлагается взяться за руки всем, кто является учеником 5-го класса. При этом ведущий подчеркивает, как много общего у участников.

Время: 5-7 минут.

Упражнение 4. «Рисуем вместе»

Цель: групповое сплочение, снятие напряжения.

Инструкция: Возьмите каждый по листку бумаги и нарисуйте сверху голову — человека, животного, птицы. Загните лист так, чтобы нарисованного не было видно только кончик шеи. И передайте рисунок соседу. У каждого участника игры оказался новый лист с изображением, которого он не видел. Все рисуют верхнюю часть туловища, снова «прячут» рисунок и передают соседу, чтоб на новом полученном листке дорисовать конечности. А теперь разверните все рисунки и посмотрите, какие на них изображены существа.

Время: 10 минут.

Упражнение 5. «Прощание»

Цель: завершить день.

Инструкция: давайте похлопаем друг другу. Начинаем тихо-тихо и заканчиваем бурными аплодисментами.

Время: 3 минуты.

Занятие 2

Цель: Создать у учеников мотивацию на самопознание; способствовать развитию самопознания, рефлексии у учащихся и уверенности в себе.

Упражнение 1. «Мое настроение цветом»

Цель: начать тренировочный день

Инструкция: «Продолжите фразу: мое настроение цветом....»

Время: 5-7 минут.

Упражнение 2. «Найди и коснись»

Цель: Разогревающее упражнение. Развивает сензитивность к окружающим, но при этом активизирует и наблюдательные и аналитические способности. Участники контактируют между собой, обращая внимание на разные аспекты действительности.

Инструкция: Ведущий предлагает передвигаться по комнате и касаться руками разных предметов и вещей. Например, найдите и коснитесь чего-либо, холодного, шершавого, вещи, длина которой примерно 10 см, того, что весит полкилограмма, портфеля.

Время: 5-7 минут.

Упражнение 3. «Школьный путь»

Цель: выявление представлений об особенностях учебы в 5 классе.

Инструкция: Ведущий проводит беседу с ребятами о пройденном отрезке пути и о том, что еще предстоит.

Время: 15 минут.

Упражнение 4. «Вот я какой! Угадали?»

Цель: узнать друг друга, сплочение ребят по общим интересам.

Инструкция: Ребята заполняют анкету, в которой описывают себя и свои увлечения, но не подписывают работу (все ставят на ней свой значок). Сдают свои варианты. Ведущий их перемешивает и раздает. Ребятам необходимо при озвучивании работы узнать, чья она.

Время: 10 минут.

Упражнение 5. «Прощание»

Цель: завершить тренинговый день.

Инструкция: Продолжите фразу «Сегодня я... мне понравилось... »

Время: 5 минут.

Занятие 3

Цель: формирование мотивации учения, достижения успеха.

Упражнение 1. «Поздороваемся»

Цель: Разминка. Установление контакта между участниками.

Инструкция: Психолог предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здороваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т. е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача - поздороваться, таким образом, со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

Время: 7 минут.

Упражнение 2. «Самотивация»

Цель: сформировать акцент на положительном аспекте защищает от мрачного пессимизма, от опасений, настраивает на успех.

Инструкция: В нескольких словах опишите вашу обычную работу или обязанность, которую вы считаете неинтересной и обременительной, и постоянно откладываете ее выполнение. Как бы вы могли мотивировать себя для выполнения этой работы?

Время: 15 минут.

Упражнение 3. «Ассоциации»

Цель: сближение группы; снятие напряжения, формирование позитивного настроения.

1. Инструкция: Если бы тебе пришлось превратиться в животное, то какое?
2. Если бы ты выбирал, то, сколько лет тебе было?
3. Если бы ты был деревом, то каким?

4. Если бы тебе предложили роль в кино, то кого бы ты хотел играть?

5. Чем бы ты охотнее всего занимался? и т. д.

Время: 10 минут.

Упражнение 4. «Прощание»

Цель: закончить тренинговый день.

Инструкция: закончите фразу «Я благодарен тебе(вам) за... Сегодня я научился... »

Время: 7 минут.

Занятие 4

Цель: формирование собственной значимости, желания ходить в школу.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: начать тренинговый день.

Инструкция: Каждый из участников должен поздороваться с группой, продемонстрировав какое-то невербальное приветствие. Это может быть как бесконтактное приветствие(помахать рукой, кивнуть головой, сделать реверанс), так и контактное(пожать руку, обнять). Можно использовать приветствия, характерные для разных социальных и этнических : групп пионерский салют, японский поклон и др. Остальные участники группы отвечают на приветствие так же, как с ними поздоровались (кивают в ответ, пожимают протянутую им руку и т. д.).

Время: 7 минут.

Упражнение 2. «Пойми меня»

Цель: развитие внимательности, умения выделять главное.

Инструкция: Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

Время: 7-10 минут.

Упражнение 3. «Рисунок по инструкции»

Цель: формирования умения слушать других и действовать по инструкции

Инструкция: Это упражнение требует сосредоточенности и умения действовать по правилу. Сначала все рисуют свой домик. Потом, убрав рисунок, достают чистый лист и работают в парах – один рисует с закрытыми глазами дом под диктовку соседа-автора. В конце сравнивают, похож ли рисунок на авторский. Затем ребята меняются местами. После упражнения обмениваются впечатлениями: партнерам дается возможность обсудить ход совместной работы.

Время: 15 минут.

Упражнение 4. «Передай энергию»

Цель: Упражнение способствует повышению эмоционального настроения участников через тактильный контакт.

Инструкция: Участники молча сидят или стоят в кругу, держась за руки и сконцентрировавшись. Ведущий посылает серию импульсов в обе стороны круга, сжав руки стоящих рядом. Участники передают импульсы по кругу как электрический ток, сжимая руки стоящих рядом игроков и “энергетизируя” группу.

Время: 8 минут.

Занятие 5

Цель: формирования позитивного настроения, снятие напряжения.

Упражнение 1. «Ты мне нравишься потому что...»

Цель: Упражнение способствует повышению самооценки, адекватному самовосприятию, применению навыков делать и принимать комплименты, уважению друг к другу.

Инструкция: Попросите участников сесть в круг и сказать, что им нравится в человеке справа. Дайте им время подумать над ответом!

Время: 7-10 минут.

Упражнение 2. «Морщинки»

Цель: снятие мышечного напряжения

Инструкция: Наморщите лоб, представьте себе, как кожа собирается «в гармошку», а затем расправляется. Ощущения расслабленности надо удерживать в памяти. Проверьте, насколько хорошо разгладились морщинки на лбу. Для этого можно слегка раз-другой погладить по коже лба ладонью руки 5—6 раз.

Время: 5 минут.

Упражнение 3. «Ладонка»

Цель: Упражнение способствует разрядке, созданию доброй атмосферы, создает позитивный эмоциональный настрой, учит правильному восприятию себя.

Инструкция: Каждый участник обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя и на каждом пальце то, что ему нравится в себе самом. Затем передает листочек соседу справа, и тот в течение 30 секунд пишет на листочке снаружи от ладони что-то, что нравится ему в хозяине листочка. Так листочек передается по кругу и возвращается к владельцу с многочисленными надписями, пожеланиями, комплиментами.

Время: 10 минут.

Упражнение 4. «Части и целое»

Цель: Упражнение может быть интерпретировано, как обучение командной работе, планированию фраз и действий, четкости выражения мыслей, последовательности и поступательности выполнения действий и т.д.

Инструкция: Ведущий говорит инструкцию: “Представьте, что вы в космосе (или на подводной лодке и т.д.). У вас отказала система охлаждения, и повреждение находится снаружи. Один из вас должен “выйти в космос” и исправить повреждение. Он может слышать, но не видит предметы. Вся команда может следить за ним и давать советы, что делать”.

Участнику – одному из группы, вызвавшемуся “исправить повреждение”, завязываются глаза. Он (она) усаживается за стол с завязанными глазами. Ведущий достает пирамидку (матрешку или другую игрушку, разбирающуюся на части), разбирает ее на части и раскладывает на

столе перед участником с завязанными глазами. Затем ведущий дает задание: каждый участник, стоящий вокруг стола, по очереди должен дать указание сидящему, что делать.

Участник должен выразить свою мысль тремя словами, не называя предметы прямыми названиями, а обозначая только качество предмета и действие.

Следующий участник продолжает мысль предыдущего. Например: 1 – возьми перед собой,

2 – круглое с длинной встроенной, 3 – возьми круглое с дыркой, 4 – справа от центра, 5 – надень на то, что, 6 – у тебя в левой руке,... и т.д.

Итог – пирамидка должна быть собрана.

Время: 13 минут

Упражнение 5. «Аплодисменты»

Цель: завершить день

Инструкция: давайте похлопаем друг другу сначала тихо, а потом до оглушительных оваций.

Время: 2 минуты.

Занятие 6

Цель: Познакомить учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: начать тренинговый день

Инструкция: Поздоровайтесь так, как здоровается ваш любимый сказочный герой.

Время: 5-7 минут.

Упражнение 2. «Угадай эмоцию»

Цель: обучению распознаванию эмоций.

Инструкция: Вывешивается плакат со схематичным изображением эмоций, без указаний состояний человечков. Участники угадывают, какие эмоции изображены на плакате.

Время: 10 минут.

Упражнение 3. «Фигуры эмоций»

Цель: соотношение цвета и эмоций. Формирование умений работы в группе.

Инструкция: Ребята рисуют пять больших фигур на листе А4. Потом, подписав имена четырех из них (гнев, радость, страх, ярость), раскрашивают цветными карандашами. Придумывают имя 5-й фигуре, раскрашивают, используя такие цвета, которые соответствуют ее эмоциональному состоянию.

Время: 15 минут.

Упражнение 4. «Прощание»

Цель: завершение дня.

Инструкция: попрощайтесь с группой с таким выражением лица, какую эмоцию вы испытываете.

Время: 5 минут.

Занятие 7

Цель: Помочь пятиклассникам занять новую социальную позицию по отношению к педагогам.

Упражнение 1. «Эмоции»

Цель: начать тренинговый день.

Инструкция: Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, мешающие общению. Затем мяч передается в другую сторону, и называются эмоции, помогающие общению.

Время: 5-7 минут.

Упражнение 2. «Как зовут учителей?»

Цель: С помощью этого упражнения предлагается вспомнить имена и отчества учителей по разным предметам.

Инструкция:

· Ведущий называет предмет и имя учителя, а ребята на скорость называют отчество.

· Ведущий называет предмет, а ребята называют имя и отчество.

· Ведущий называет фамилию, а ребята – предмет и так далее.

Время: 10 минут.

Упражнение 3. «Настоящий учитель – это...»

Цель: анализ восприятия учителей школьниками.

Инструкция: Каждая группа получает листок, на котором написаны различные качества и свойства человека. Среди них есть качества, важные для осуществления педагогической деятельности, есть и нейтральные.

Задача каждой группы – отметить в списке те качества, которые обязательно должны быть у настоящего учителя. Списки у всех групп одинаковые, но выбирают они нередко разные качества. Работа проводится в течение 5 минут. Затем каждая группа выбирает одного представителя. Он остается у доски, остальные садятся на свои места. Сравниваются выборы групп.

Листки с выбранными качествами прикрепляются в центр листа ватмана (будущего цветка).

Время: 15-20 минут.

Упражнение 4. «Прощание»

Цель: завершение дня.

Инструкция: Участники молча сидят или стоят в кругу, держась за руки и сконцентрировавшись. Ведущий посылает серию импульсов в обе стороны круга, сжав руки стоящих рядом. Участники передают импульсы по кругу как электрический ток, сжимая руки стоящих рядом игроков и “энергетизируя” группу.

Время: 8 минут.

Занятие 8.

Цель: Снижение тревожности, достижение внутригруппового сплочения, осмысление своего персонального «Я» как части общего «Мы».

Упражнение 1. «Коллективный счет»

Цель: Повышение уровня согласованности внутригруппового взаимодействия.

Инструкция: Участники стоят в кругу, опустив головы вниз и, естественно, не глядя друг на друга. Задача группы – называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Общей целью группы становится ежедневное увеличение достигнутого числа при уменьшении количества попыток. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число.

Время: 7 минут.

Упражнение 2. «Коллаж нашего класса»

Цель: формирование дружного коллектива.

Инструкция: Школьникам предлагается создать свою эмблему – визитку, на которой должно быть написано имя участника и какое-либо его положительное качество, форму каждый выбирает свою.

Пока дети работают, на доске перед ними висит плакат с надписью в центре «Мы и наш класс». Выполнив задание, каждый подходит к плакату и приклеивает свою эмблему на общий шаблон.

Ведущему необходимо подвести участников к идее, что каждый из них – частичка целого класса, что все отдельные «Я» составляют общее «Мы». В

заключение нужно обсудить, может ли общее «Мы» существовать без отдельных «Я».

Время: 20 минут.

Упражнение 3. «Какие мы?»

Цель: формирование групповой сплоченности, позитивного настроения.

Инструкция: Все хором произносят «Мы все», а отдельные участники по очереди читают качества, записанные на индивидуальных гербах, но только во множественном числе. Например: «Мы все сильные, умные, красивые, добрые...»

Время: 7 минут.

Упражнение 4. «Аплодисменты»

Цель: завершить день

Инструкция: давайте похлопаем друг другу сначала тихо, а потом до оглушительных оваций.

Время: 2 минуты.

Приложение 4

Сводные результаты исследования психолого-педагогического
сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней
школы на формирующем этапе эксперимента

Результаты исследования по методике диагностики социально-
психологической адаптации Карла Роджерса и Розалинд Даймонд

Таблица 4

№	ФИО	Баллы в %	Уровень адаптации
1	В.Р.	54	Высок.
2	Л.К.	50	Высок.
3	Е.Н.	51	Высок.
4	Е.С.	55	Высок.
5	С.В.	39	Сред.
6	С.Л.	44	Сред.
7	К.Н.	51	Высок.
8	Д.А.	41	Сред.
9	К.М.	44	Сред.
10	О.Л.	40	Сред.
11	Д.Ж.	50	Высок.
12	М.Н.	55	Высок.
13	К.Г.	48	Высок.
14	В.К.	53	Высок.
15	Щ.У.	43	Сред.
16	З.П.	51	Высок.
17	Я.К.	43	Сред.
18	В.О.	60	Высок.
19	У.Н.	50	Высок.
20	Ш.Х.	59	Высок.
21	М.Р.	55	Высок.
22	С.Е.	50	Высок.
23	В.К.	48	Высок.

24	И.Т.	44	Сред.
25	И.О.	44	Сред.

Уровни	Количество человек	%
Высокий	16 человек	64%
Средний	9 человек	36%
Низкий	0 человека	0%

Результаты исследования по методике «проективный тест личностных отношений» по А.Эткинда

Таблица 5

№	ФИО	Баллы в %	Уровень адаптации
1	В.Р.	7	Достаточ.
2	Л.К.	7	Достаточ.
3	Е.Н.	7	Достаточ.
4	Е.С.	6	Достаточ.
5	С.В.	7	Достаточ.
6	С.Л.	7	Достаточ.
7	К.Н.	6	Достаточ.
8	Д.А.	11	Частич.
9	К.М.	7	Достаточ.
10	О.Л.	11	Частич.
11	Д.Ж.	7	Достаточ.
12	М.Н	10	Достаточ.
13	К.Г.	8	Достаточ.
14	В.К.	8	Достаточ.
15	Щ.У.	7	Достаточ.
16	З.П.	7	Достаточ.
17	Я.К.	11	Частич.
18	В.О.	8	Достаточ.
19	У.Н.	8	Достаточ.

20	Ш.Х.	6	Достаточ.
21	М.Р.	7	Достаточ.
22	С.Е.	7	Достаточ.
23	В.К.	12	Частич.
24	И.Т.	8	Достаточ.
25	И.О.	7	Достаточ.

Уровни	Количество человек	%
Достаточный	21 человек	84%
Частичный	4 человек	16%
Недостаточный	0 человека	0%

Результаты исследования по методике личностный опросник
«Чувства к школе» С.Л.Левченко

Таблица 6

Чувства, испытываемые учениками	Количество в %	Количество человек
Радость	70	18
Желание посещать школу	64	16
Симпатия к учителям	60	15
Уверенность в себе	45	11
Усталость	20	5
Тревога	15	4
Беспокойство	30	7
Недовольство собой	14	3
Скука и сомнение	6	2
Раздражение	3	1

Применение Т-критерия Вилкоксона для анализа изменения результатов по методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса и Даймонд

Таблица 7

[Внимание!] В ранжировании были учтены нулевые сдвиги (вы выставили соответствующую опцию). Однако за нетипичный сдвиг было принято «нулевое значение».

[!] За нетипичный сдвиг было принято «нулевое значение».

N	"До"	"После"	Сдвиг ($T_{\text{После}} - T_{\text{До}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	53	54	1	1	9
2	39	50	11	11	23
3	50	51	1	1	9
4	54	55	1	1	9
5	25	39	14	14	25
6	40	44	4	4	15
7	50	51	1	1	9
8	40	41	1	1	9
9	43	44	1	1	9
10	27	40	13	13	24
11	44	50	6	6	19
12	55	55	0	0	3
13	40	48	8	8	21,5
14	55	55	0	0	3
15	39	43	4	4	15
16	50	51	1	1	9
17	41	43	2	2	13
18	60	60	0	0	3
19	43	50	7	7	20
20	59	59	0	0	3
21	55	55	0	0	3
22	42	50	8	8	21,5
23	43	48	5	5	17,5
24	39	44	5	5	17,5
25	40	44	4	4	15
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					15

Результат: $T_{\text{Эмп}} = 15$

$T_{\text{Эмп}} = 15$

Критические значения Т при n=25

$T_{\text{кр}} (0,01) = 76$

$T_{\text{кр}} (0,05) = 100$.

$T_{\text{Эмп}}$ находится в зоне значимости.

Технологическая карта внедрения результатов исследования Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы

Таблица 8

Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время	Ответствен ные
1	2	3	4	5	6	7
1-й этап: «Целеполагание внедрения инновационной технологии по Психолого-педагогическому сопровождению адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»						
1.1. Изучить документацию по предмету внедрения (Программа Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы)	Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Закона об образовании, Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ, документации ОУ	Обсуждение, анализ, изучение документации и нормативных источников по теме, наблюдение	Анализ литературы, работа психологом в ОУ, осуществление психологического сопровождения учебно – воспитательного процесса в ОУ, обсуждение на пед. Совете ОУ, самообразование, обучение на факультете психологии ЧГПУ	1	С 2011г.	Психолог, социальный педагог, администрация ОУ
1.2. Поставить цели внедрения программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых	Выдвижение и обоснование целей внедрения Модели	Разработка «Дерева целей» исследования, обсуждение, разработка модели и программы, анализ материалов по цели	Работа психологической службы ОУ, консультация с научным руководителем и администрацией ОУ, наблюдение, беседа	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ

классов к условиям средней школы		внедрения Программы, работа психологической службы ОУ				
1.3. Разработать этапы внедрения Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	Изучение и анализ содержания этапов внедрения Программы, ее задач, принципов, критериев и показателей эффективности	Анализ состояния ситуации проявления компонентов адаптации учащихся пятых классов, анализ Модели и программы внедрения, анализ готовности ОУ к инновационной деятельности по внедрению модели	Работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению Программы внедрения	1	октябрь	Психолог, администрация ОУ
1	2	3	4	5	6	7
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	Анализ уровня подготовленности пед. коллектива к внедрению инноваций, анализ работы ОУ по теме внедрения (Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы)	Составление программы внедрения, анализ материалов готовности ОУ к инновационной деятельности	Административное совещание, педагогический совет, анализ документов, работа по составлению Программы внедрения	1	октябрь	Психолог, педагоги, администрация ОУ

2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»						
1	2	3	4	5	6	7
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения	Формирование готовности внедрить Программу в ОУ, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения Программы	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения Программы, работа психологической службы ОУ, участие в семинарах со смежной тематикой	1	Октябрь	Психолог, администрация ОУ
2.2. Сформировать положительную установку на предмет внедрения Программы у педагогического коллектива ОУ	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий в ОУ и их значимости для ОУ, значимости и актуальности внедрения Программы	Беседы, обсуждения, семинары	Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в ОУ	Не менее 5	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения Программы у заинтересованных субъектов вне ОУ	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ОУ и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения Программы для психологичес	Методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы	Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи	Не менее 5	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ

	кой безопасности общества					
2.4. Сформировать уверенность по внедрению инновационной технологии в ОУ	Анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения	Постановка проблемы, обсуждение, тренинг, консультации с научным руководителем диссертационного исследования	Беседы, консультации, самоанализ	1	Сентябрь – ноябрь	Психолог
3-й этап: «Изучение предмета внедрения «Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»						
1	2	3	4	5	6	7
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения (Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы)	Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной Программы и документации ОУ	Фронтально	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	Декабрь	Психолог
3.2. Изучить сущность предмета внедрения инновационной программы в ОУ	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности)	1	2012 Январь	Психолог, администрация ОУ

3.3. Изучить методику внедрения темы Программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (целеполагания, внедрения)	1	Февраль	Психолог, администрация ОУ
4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения «Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»»						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, консультирование, собеседование, обсуждение	Работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия, уроки	Не менее 6	Апрель	Психолог, администрация ОУ, научный руководитель диссертационного исследования
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы ОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
1	2	3	4	5	6	7
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, обсуждения, экспертная оценка, самоаттестация	Производственное собрание, анализ документации ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ

4.4. Проверить методику внедрения Программы	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение состояния дел в ОУ, внесение изменений и дополнений в программу	Посещение уроков, работа психологической службы ОУ, внеурочные формы работы	Не менее 5	1-е полугодие	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы
5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения «Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»»						
5.1. Активизировать педагогический коллектив ОУ на внедрение инновационной Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	Анализ работы инициативной группы по внедрению Программы	Сообщение о результатах работы по инновационной технологии, тренинги (внедрения, готовности к инновационной деятельности), работа психологической службы ОУ	Пед. совет, работа психологической службы ОУ	1	сентябрь	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы
1	2	3	4	5	6	7
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения Программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги (готовности к инновационной деятельности, саморегуляции), работа психологической службы ОУ	Наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар	1	Сентябрь-октябрь	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы
5.3.	Анализ	Изучение	Работа	1	ноябрь	Психолог,

Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	состояния условий для фронтального внедрения программы в ОУ	состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ	психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов ОУ			администрация ОУ
5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (Программа Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы)	Фронтальное освоение Программы психолого-педагогической коррекции	Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения Программы	Работа психологической службы ОУ, пед. совет, консультации, работа метод. объединений	1	декабрь	Психолог, администрация ОУ
6-й этап: «Совершенствование работы над темой Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»						
1	2	3	4	5	6	7
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ	1	2013-Январь	Психолог, администрация ОУ
6.2. Обеспечить	Анализ зависимости	Анализ состояния	Совещание, анализ	1	Январь	Психолог, администрация

условия совершенствования методики работы по внедрению Программы	конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения Программы	дел в ОУ по теме внедрения Программы, доклад	документации ОУ, работа психологической службы ОУ			ция ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения Программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, методическая работа	Работа психологической службы ОУ, методическая работа	Не менее 3	Январь-февраль	Психолог, администрация ОУ
7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения «Программы Психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов к условиям средней школы»						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы ОУ по инновационной технологии	Наблюдение, изучение документов ОУ, посещение уроков	Работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты, внеурочные формы работы	Не менее 5	Февраль-март	Психолог, администрация ОУ
7.2. Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающими к внедрению Программы	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению Программы	Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары	Выступление на семинарах, работа психологической службы ОУ		Март – апрель	Психолог, администрация ОУ
1	2	3	4	5	6	7
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по	Пропаганда внедрения Программы в районе/городе	Выступления на семинарах, конференциях,	Участие в конференциях, конгрессах, написание	1 - 3	май	Психолог, администрация ОУ

внедрению Программы в ОУ		конгрессах, научная деятельность	статей и научной работы по внедрению Программы			
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения Программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы ОУ, научная деятельность	Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения Программы	Не менее 2	сентябрь	Психолог, администрация ОУ