

Адаптация пятиклассников 2024 – 2025 уч.год

Средний показатель по классу

Факторы	показатель
1. Общая тревожность в школе	72 %
2. Переживание социального стресса	36 %
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	31 %
4. Страх самовыражения	50 %
5. Страх ситуации проверки знаний	83 %
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	60 %
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	40 %
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	63 %

Факторы	показатель
1. Общая тревожность в школе	43 %
2. Переживание социального стресса	42 %
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	34 %
4. Страх самовыражения	45 %
5. Страх ситуации проверки знаний	59 %
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	46 %
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	31 %
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	47 %

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).

1. Общая тревожность в школе - общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. Страх самовыражения - негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний - негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно - публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей,

тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями - общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Любые переходные периоды в жизни человека всегда связаны с проблемами. Переход учеников из начальной школы — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача — разобраться в том, что происходит сейчас с детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Подростковый возраст (10—15 лет) — период бурного роста и развития организма. Границы подросткового периода совпадают с обучением в V—IX классах школы.

Родители считают детей этого возраста трудными, педагоги и психологи называют этот период "переходным", "критическим". Многочисленные житейские наблюдения за подростками и не менее многочисленные научные исследования подтверждают действительную сложность происходящих в этом возрасте процессов развития.

Коротко основное содержание подросткового периода определяется как переход от детства к взрослости. Начало перестройки организма связано с активизацией деятельности гипофиза. Происходит интенсивный рост тела. Наблюдается возрастное несоответствие в развитии сердечно-сосудистой системы: сердце значительно увеличивается в объеме, а диаметр кровеносных сосудов отстает в развитии. Это приводит к временным функциональным расстройствам кровообращения, проявляющимся в головокружении, головных болях, сравнительно быстрой утомляемости.

В 5-м классе ко всем проблемам подросткового возраста добавляется проблема адаптации к новым условиям обучения. Раскроем суть понятия адаптация. Под адаптацией принято понимать — в широком смысле — приспособление к окружающим условиям. Адаптация имеет два спектра — биологический и психологический. Мы ведем речь именно о психологической адаптации учащихся, так как им в настоящий период необходимо приспособиться к новым условиям школьной действительности, начиная от внешних (кабинетная система), и заканчивая внутренними (установление контактов с разными учителями, усвоение новых предметов).

Следует обратить внимание на факторы, препятствующие успешной адаптации. Это прежде всего: *противоречивость и рассогласованность требований разных педагогов; На пятиклассника обрушивается поток информации, насыщенный терминами, непонятными словами; В 5 классе*

многие дети ощущают одиночество, так как первой учительницы рядом нет; Смена статуса «старшего» в начальной школе на «самого младшего» в средней.

Все эти факторы могут привести к **дезадаптации** ребенка в новых условиях.

Признаки дезадаптации:

Снижение интереса к обучению, успеваемости; нарушение взаимоотношений со сверстниками, учителями; появление признаков тревожности, ухудшение здоровья; отчуждение от школы, семьи; неблагоприятный социальный статус.

Основной характеристикой адаптированности пятиклассников является показатель тревожности.

С целью выявления текущего состояния пятиклассников было проведено психодиагностическое обследование. В качестве диагностического инструментария применялась методика исследования школьной тревожности Филлипса. В исследовании приняло участие 13 учеников 5-го класса. В ходе проведенного обследования удалось выявить следующее.

В 5 классе в среднем ситуация соответствует норме. Можно говорить о том, что общее эмоциональное состояние детей практически по всем показателям не превышает критических значений. Но у детей наблюдается состояние повышенной тревожности. Более всего их беспокоит ситуация проверки знаний.

В ходе проведенного обследования была выделена группа детей с повышенным уровнем тревожности. С этими ребятами будет организована дополнительная работа, по результатам которой будет проведена дополнительная диагностика. Также разработаны рекомендации для родителей и классных руководителей пятиклассников.

Рейтинг страхов:

1. Страх ситуации проверки знаний
2. Страх самовыражения
3. Страх несоответствия ожиданиям окружающих
4. Страхи в отношениях с учителями

Также было проведено изучение мотивации обучения школьников при переходе из начальных классов в средние.

Вывод об успехе и эффективности образовательного процесса возможен в том случае, если в выборах учащихся явно преобладают познавательный и социальный мотивы.

В 5 классе у 5 обучающихся (38 %) сниженный уровень мотивации обучения, у 7 человек (54 %) средний (нормальный) уровень и у 1 ребёнка (8 %) высокий уровень мотивации.

Преобладающим мотивом обучения для ребят является позиционный (чтобы хвалила учительница, уважали одноклассники, наш класс был лучшим, мама не переживала, чтобы не наказали), на втором по частотности мотивом является социальный (принести больше пользы людям, получать впоследствии много денег), на 3 месте учебный мотив (чтобы я больше знал

и умел, не могу учиться лучше, так как трудно усваивать материал), у некоторых обучающихся мотив внешний (чтобы не наказывали, чтобы покупали красивые вещи).

Также было определено состояние психологического климата в классе. результаты следующие:

7 человек (54 %) дали высокую оценку психологического климата в классе, т.е. этим ребятам нравятся одноклассники. им комфортно учиться в этом коллективе.

2 человека (15 %) дали низкую оценку психологическому климату, т.е. этим ребятам некомфортно, что-то мешает чувствовать себя спокойно.

4 человека (31 %) безразличны к психологическому климату в классе, скорее всего, у них есть другая группа, где общение для них значимо.

Рекомендации родителям:

1. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
2. Доверяйте ребенку.
3. Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
4. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
5. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
6. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
7. Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.
8. Используйте наказание лишь в крайних случаях.
9. Не унижайте ребенка, наказывая его.
10. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него взрослых людей.
11. Помогите ребёнку найти дело по душе.

Рекомендации учителям:

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. Учителям-предметникам следует согласовать свою работу, равномерно распределяя учебную нагрузку по разным предметам; в первую очередь это относится к домашним заданиям. Необходимо согласовать требования разных учителей и по возможности выработать единые требования, например: а) обязательные дисциплинарные требования (правила): - здороваемся стоя; - не перебивать ни учителя, ни ученика; - поднятая рука – сигнал о вопросе или ответе; - опоздания не допускаются; б) организация учебного процесса: - наличие необходимых учебных пособий; - соблюдение правил оформления тетрадей (наличие полей, запись даты, надписи «Классная работа» и «Домашняя работа» и т.п.); - критерии оценок.

3. Дети не знают имён учителей – на протяжении первой четверти, приходя на урок, учитель может надевать визитку, на которой крупными буквами написано его имя и отчество. Учитывайте трудности адаптационного периода, возрастные особенности пятиклассников в выборе терминологии, подборе методических приемов.
4. Следите за темпом урока — высокий темп мешает многим детям усваивать материал.
5. Налаживайте эмоциональный контакт с классом.
6. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.
7. Никогда не используйте оценку как средство наказания ученика. Оценка достижений должна быть ориентацией на успех, способствовать развитию мотивации к учению, а не ее снижению.
8. Замечайте положительную динамику в развитии каждого отдельного ученика (нельзя сравнивать «Машу с Петей», можно — «Петю вчерашнего и сегодняшнего»).
9. Развивайте общие учебные умения и навыки, учите ребят правильно учиться.
10. Развивайте навыки самоконтроля, умение оценивать свою работу и работу класса. Не бойтесь признать свои ошибки. Постоянно анализируйте все плюсы и минусы в своей работе.
11. Разнообразьте методику работы в группах, в парах, индивидуально.