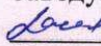


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования

**«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
филиал Сибирского федерального университета**

Кафедра психологии развития личности

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой  
 Н.В. Басалаева  
подпись                      инициалы, фамилия  
« 13 »                      06                      2023г.

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
код-наименование направления

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
ПЯТИКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ**

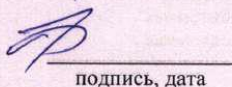
Руководитель

  
подпись, дата

канд. психол. наук, доцент  
должность, ученая степень

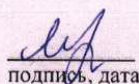
В.Б.Чупина  
инициалы, фамилия

Выпускник

  
подпись, дата

А.А. Федосеенко  
инициалы, фамилия

Нормоконтролер

  
подпись, дата

Ж.А. Левшунова  
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2023

## РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме «Социально-педагогическое сопровождение пятиклассников в период адаптации к условиям обучения» содержит 70 страниц текстового документа, 45 использованных источников, 4 рисунка, 3 таблицы, 4 приложения.

АДАПТАЦИЯ, АДАПТАЦИЯ ПЯТИКЛАССНИКОВ, СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ, УСЛОВИЯ ОБУЧЕНИЯ, ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ.

Объект исследования: адаптация к условиям обучения.

Цель исследования: изучение возможностей социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к условиям обучения.

В результате исследования были изучены особенности социально-педагогической адаптации пятиклассников, рассмотрены возможности социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к условиям обучения, проведено эмпирическое исследование адаптации обучающихся пятого класса к условиям обучения.

В итоге была разработана и практически обоснована программа социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к условиям обучения.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	4
1 Теоретические аспекты изучения социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к условиям обучения	8
1.1 Понятие адаптации к условиям обучения в психолого- педагогической литературе .....	8
1.2 Особенности адаптации пятиклассников к условиям обучения .....	12
1.3 Возможности социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к условиям обучения.....	16
2 Экспериментальное исследование возможностей социально- педагогического сопровождения адаптации пятиклассников к условиям обучения.....	21
2.1 Организация и методики исследования. Анализ результатов первичного исследования .....	21
2.2 Программа социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников к условиям обучения.....	38
2.3 Анализ результатов повторного исследования .....	42
Заключение.....	57
Список использованных источников .....	59
Приложение А Результаты диагностики по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс, Р. Даймонд).....	64
Приложение Б Результаты диагностики по методике «Система мониторинга адаптации и результативности учебной деятельности школьников» (авторы – Е.М. Александровская, Ст. Громбах) .....	66
Приложение В Результаты диагностики по методике «Диагностика уровня школьной тревожности» (автор – Б. Филлипс).....	68
Приложение Г Результаты диагностики по методике «Цветные письма» (автор – Т.А. Доброскокина (модификация теста М. Люшера)).....	69

## ВВЕДЕНИЕ

Отличительной особенностью федерального государственного образовательного стандарта является его деятельностный характер, обозначающий главной целью развитие личности обучающегося. Требования к результатам образования в ФГОС сформулированы в виде личностных, метапредметных и предметных результатов.

Важным требованием к реализации ФГОС является соблюдение психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы основного общего образования, которое должна обеспечить школа, а именно:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся, в том числе – особенностей перехода из возраста начального общего образования в подростковый возраст;
- развитие психолого-педагогической компетентности обучающихся, родителей (законных представителей), педагогов, педагогов-психологов;
- вариативность направлений и форм психолого-педагогического сопровождения.

Переход обучающихся из начальной школы в основную школу традиционно считался и считается одной из наиболее сложных и важных проблем, а период адаптации пятиклассников – одним из сложнейших периодов получения образования. Предметно-кабинетное обучение, новый педагогический состав, усложнение предметного учебного материала, более высокие требования к результатам образования – все это повышает тревожность, снижает работоспособность и вызывает состояние фрустрации у обучающихся. Именно поэтому особую актуальность, на наш взгляд, представляет на сегодня проблема, связанная с адаптацией младших подростков к обучению в среднем звене общеобразовательной школы.

На основании вышеизложенного выявлено противоречие исследования: между необходимостью проведения социально-педагогического

сопровождения пятиклассников и недостаточной изученностью этого вопроса в психолого-педагогической науке.

В связи с актуальностью проблемы цель нашего исследования – изучение возможностей социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к условиям обучения в среднем звене общеобразовательной школы.

Объект исследования: социально-педагогическая адаптация к условиям обучения.

Предмет исследования: возможности социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к обучению в среднем звене общеобразовательной школы.

Для достижения поставленной цели необходимо было решить ряд теоретических и практических задач исследования:

- изучить и проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме адаптации пятиклассников к условиям обучения в среднем звене общеобразовательной школы;
- охарактеризовать особенности социально-педагогической адаптации пятиклассников;
- описать возможности социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к обучению в среднем звене;
- провести эмпирическое исследование, направленное на изучение адаптации пятиклассников к условиям обучения в среднем звене;
- разработать и апробировать программу социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников к условиям обучения в среднем звене.

Методы исследования:

- теоретические: изучение и анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования;

– эмпирические: тестирование («Диагностика уровня школьной тревожности» (автор – Б. Филлипс)); «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс, Р. Даймонд); методика «Цветные письма» (автор – Т.А. Доброскокина (модификация теста М. Люшера); «Система мониторинга адаптации и результативности учебной деятельности школьников» (авторы – Е.М. Александровская, Т. Громбах);

– методы количественной и качественной обработки полученных результатов.

Теоретико-методологическую основу исследования составили работы таких ученых, как Т.В. Драгунова, Е.В. Новикова, А.М. Прихожан, О.А. Сизова, Г.А. Цукерман, Д.Б. Эльконин, Т.Н. Юферева и др.

Теоретическая значимость исследования состоит в обобщении и конкретизации основных понятий в рамках изучаемой темы.

Экспериментальная база исследования представлена МБОУ «Северо-Енисейская средняя школа № 1 им. Е.С. Белинского». Исследование проводилось в декабре 2022 г. – мае 2023 г. Выборка представлена учащимися 5 «А» и 5 «Б» классов в количестве 38 человек. Возраст испытуемых – 11-12 лет.

Этапы исследования.

1 этап (ноябрь – декабрь 2022 г.) – изучение теоретических аспектов проблемы адаптации младших подростков к обучению в среднем звене общеобразовательной школы, определение методов социально-педагогической адаптации и выработки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики адаптации младших подростков.

2 этап (январь – апрель 2023 г.) – разработка и реализация программы социально-педагогического сопровождения адаптации младших подростков к условиям обучения в среднем звене.

3 этап (май 2023 г.) – проведение повторной диагностики, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников к условиям

обучения в среднем звене, формулирование выводов, оформление выпускной квалификационной работы.

Теоретическая часть исследования была представлена на II Всероссийском молодежном научном форуме «Современное педагогическое образование: теоретический и прикладной аспекты» (Лесосибирск, 2023). По теме работы опубликована 1 статья.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы обусловлена тем, что в ней проанализирован и систематизирован материал по проблеме адаптации пятиклассников к условиям обучения в среднем звене. Разработана программа по социально-педагогическому сопровождению пятиклассников с целью адаптации к обучению. Полученные в ходе исследования данные можно использовать педагогам-психологам, социальным педагогам, учителям в практической работе с младшими подростками в период перехода из начального звена в среднее.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 45 источников и 4 приложения. В работе содержится 5 рисунков и 4 таблицы. Общий объем работы составляет 70 страниц.

# 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПЯТИКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ

## 1.1 Понятие адаптации к условиям обучения в психолого-педагогической литературе

Для того, чтобы в полном объеме разобраться с понятием «социально-педагогическая адаптация», обратимся к мнениям различных ученых. Мы считаем эту категорию очень важной для современной науки, так как на протяжении длительного времени обращение к сущности данного понятия является неизменным в различных аспектах.

Даже, рассуждая о теории эволюции, известный биолог Чарльз Дарвин отмечает важность адаптационных процессов для живых организмов в естественном отборе, говоря о значимости комфортного протекания адаптации для любого.

Затем понятие адаптация из естественных наук было заимствовано науками гуманитарными и стало активно ими использоваться.

Одним из первых ученых изучением вопросов адаптации занимался И.Г. Гердер [39]. Он отмечает в своих работах то, что для успешной адаптации человека необходимы специальные условия, так как по наследству способность к адаптации не передается, то этому необходимо уделять особое внимание на этапе развития личности человека. Необходимо формировать социокультурную среду таким образом, чтобы находясь в ней, каждый член общества был способен к саморазвитию.

В разные исторические периоды понятие адаптации продолжает быть проблемным полем в самых различных аспектах и проявлениях.

Авторы словаря педагогических терминов отмечает адаптацию как умение субъекта приспосабливаться к внешним обстоятельствам.

Нам показалось важным мнение ученого А.Г. Маклакова, который оценивает успешность процесса адаптации с точки зрения адаптивности – как



его результата. Ученый выявляет адаптационные возможности и оценивает уровень развития психических характеристик личности наиболее значимых для процесса адаптации. К таким возможностям А.Г. Маклаков относит самооценку личности, уровень нервно-психической устойчивости, уровень конфликтности, уровень социальной поддержки, степень ориентации на общепринятые нормы поведения и требования коллектива, наличие опыта общения [24].

Не менее важной мы считаем позицию М.В. Ромм, который говорит об адаптации как о неосознанных действиях личности, направленных на обеспечение адаптированности [34].

Для того чтобы личность максимально успешно адаптировалась в обществе, исследователь В.С. Торохтий говорит о важности ее социальных потребностей, потребностей и включенности в социально-значимую деятельность [40].

А.Г. Мороз выделяет при характеристике адаптации такой ее вид как социальная, говоря о том, что это такой процесс, который представляет собой взаимодействие человека с обществом, в ходе которого осуществляется взаимовоздействие людей друг на друга [39, с. 15].

Также о важности социальной адаптации рассуждает такой ученый как Л.Г. Гуслиякова, она отмечает, что в ее процессе личность приспосабливается к внешним обстоятельствам среды и вступает в активное взаимодействие с ней [39, с. 16].

Таким образом, из мнения исследователей нам становится очевидным, что социальная адаптация – это многоаспектный процесс, в ходе которого индивид включается в новое для него социальное пространство для того, чтобы вступить во взаимодействие с новым окружением и осуществлять совместно различные виды деятельности и развиваться самому, а также влиять на изменения социальной среды.

Также о социальной адаптации говорит ученый А.В. Мудрик, который характеризует ее и как процесс, а также одновременно как результат того, как личность становится социализированной [27].

Соответственно, в процессе социальной адаптации человек усваивает социальный опыт, включается в различные виды деятельности, и становится частью социальной среды, к которой он приобщается. А также в ходе социальной адаптации личность принимает на себя определенную социальную роль.

И.С. Кон считает, что именно принятие социальной роли является результатом социальной адаптации человека и это тот результат, к которому необходимо стремиться при организации работы по социально-педагогической адаптации. По его мнению, в процессе усвоения социальных ролей, люди научаются развиваться, преобразовывать себя, и тем самым адаптируются к жизни в социуме [19].

Ученый А.А. Бодалев говорит о значимости освоения социальных ролей в процессе социальной адаптации. Он считает, что чем больше социальных ролей освоит личность, тем большее количество видов деятельности будет ей доступно, и соответственно, в большее количество социальных групп он сможет влиться и реализовать свои потребности и интересы [6].

То есть, мы видим, что в ходе социальной адаптации человек способен приспособиться к условиям социальной среды, в которую он попадает. Социальная адаптация многофункциональна и многоаспектна, в ее процессе проявляется общественная сущность личности, она выступает как неременное обстоятельство, которое необходимо человеку для вступления во взаимодействие с социумом. В ее ходе человек становится способен к анализу социальных ситуаций, в которые он попадает, к осознанию своих возможностей и саморегуляции.

Мы считаем, что А.В. Мудрик справедливо отмечает значимость социальной адаптации, говоря в своих исследованиях о ее результатах как о

развитой способности личности противостоять тем жизненным ситуациям, которые препятствуют ее развитию [27].

Г.П. Медведев пишет, что социальная адаптация непосредственно связана с педагогической адаптацией, которая направлена на то, чтобы ребенок адекватно приспособился к условиям образовательной системы и был способен развиваться, находясь в ней, собственные ценности и интересы. Выделяя социально-педагогическую адаптацию, он говорит о ней как о непрерывном и многоуровневом процессе взаимодействия человека с образовательной средой, в ходе которого происходит осознанное приобщение ребенка к условиям образовательного социума и его взаимная интеграция с ней [26, с. 64-71].

Социально-педагогическая адаптация пятиклассников, безусловно, нами рассматривается как процесс, в ходе которого младшие подростки активно осваивают социальную среду среднего звена школы, сами приспособляются, а так же приспособляют к своим интересам, потребностям и склонностям социальную среду школы, тем самым, обогащая свой социальный опыт.

Г.П. Медведев, в частности, считает, что процесс социально-педагогической адаптации младших подростков к обучению в старшей школе – длительный и трудоемкий процесс, необходимым условием результативности которого является сформированность учебной деятельности младшего подростка к этому времени [26, с. 64].

Д.П. Дербенев также говорит о том, что процесс адаптации младших подростков к обучению в среднем звене основной школы, главным образом, заключается в избавлении от тревожности, неуверенности, страхов, и очень важную роль в этом играет непосредственно школа, грамотное сопровождение педагога, педагога-психолога и социального педагога, при котором социально значимые качества подростков будут развиваться в соответствии с общественно значимыми ценностями [12].

Таким образом, в нашем исследовании мы будем понимать под социально-педагогической адаптацией процесс, в ходе которого младшие подростки активно осваивают социальную среду среднего звена школы, сами

приспосабливаются, а так же приспособливают к своим интересам, потребностям и склонностям социальную среду школы, тем самым, обогащая свой социальный опыт.

## **1.2 Особенности адаптации пятиклассников к условиям обучения**

В данном параграфе нам необходимо определить особенности социально-педагогической адаптации пятиклассников. На наш взгляд, этот один из самых непростых периодов в школьной жизни школьника. Это то время, когда происходят значительные перемены: вместо одного педагога появляется большое количество преподавателей, необходимо перемещаться по кабинетам, контактировать с большим количеством обучающихся, которые старше чем сам подросток. На этом этапе вероятно возникновение довольно широкого спектра проблем и трудностей, которые ребенку необходимо решать, преодолевать и с которыми ему нужно справиться.

И.Ю. Гениатулина при определении особенностей социально-педагогической адаптации младших подростков к обучению в среднем звене, пишет о том, что на этом этапе у детей зачастую возникают трудности, которые вызваны недостаточным уровнем сформированности умений анализировать, осуществлять синтез, нередко наблюдается невысокий уровень внимания и памяти. Исследователь отмечает, что именно в пятом классе достаточно благоприятное время для коррекции выше обозначенных недостатков. Пятиклассники еще очень охотно включаются в игровую деятельность, и по мнению ученого, вполне реально использовать возможности игры в социально-педагогической адаптации младших подростков, как в учебной, так и во внеурочной деятельности. Также она предлагает включать в эту работу и родителей детей младшего подросткового возраста [9].

Т.Л. Ульянова рекомендует организовать работу по социально-педагогической адаптации младших подростков к обучению в среднем звене, используя игровую деятельность, направленную на развитие внимания, памяти,

наблюдательности, с применением соревновательных моментов, что, по ее мнению, вызовет у них мотивацию на активное участие в этих играх, так как в игре младшие подростки в более яркой степени способны раскрыть свои способности, индивидуальные особенности, и обозначить имеющиеся у них дефициты. Исследователь пишет о необходимости приближать игровую ситуацию к учебной, через особым образом сформулированную задачу, и это будет способствовать коррекции выявленных трудностей и проблем, возникающих у пятиклассников в период адаптации. В этом возрасте для младших подростков характерно преобладание эмоционального отношения к любому делу, как к общению, так и к учебе [41].

Мы считаем, что использовать эти особенности социально-педагогической адаптации пятиклассников вполне целесообразно, так как это дает нам возможность получить положительный результат и создать условия для формирования интереса у детей к учебной деятельности, для развития позитивного отношения к себе и окружающим, объективной оценке себя и своих возможностей.

Т.Н. Жукова пишет, что на этапе младшего подросткового возраста у детей преобладает эмоциональная регуляция, и недостатки в учебной деятельности они воспринимают как временные, ситуативные, личные учебные независимые от их усилий и возможностей. Также при самооценке младшие подростки руководствуются эмоциями, и это может оказать как положительное, так и отрицательное влияние на период социально-педагогической адаптации к обучению в среднем звене [15].

Д.А. Журавлев считает, что проблемы в период перехода младших школьников в среднее звено связаны с часто возникающими в период младшего подросткового возраста индивидуальными нарушениями. У детей в этот период нередко возникает как завышенная так и заниженная самооценка, они подвержены проявлению немотивированной агрессии, или напротив – проявляют слабость и нерешительность. Он пишет о том, что в этот период очень важно организовать грамотную систему работы по сопровождению

младших подростков и по помощи им в преодолении возникающих трудностей и проблем [31].

Я.Л. Коломинский говорит о такой особенности младших подростков на этапе перехода в пятый класс, как развитие ощущения взрослости, обусловленного новой социальной позицией ребенка, так как происходят значительные изменения в его социальном статусе, соответственно должно измениться и отношение к учебной деятельности, к отношению к сверстникам и школьной среде, и к собственному мироощущению.

Ученый также отмечает опасность возникновения дезадаптации в этот период, говоря о том, что не любой ребенок в этом возрасте способен самостоятельно справиться с трудностями, перед ним возникающими.

Е.Г. Коблик считает, что адекватное понимание ребенком своего школьного окружения, удачное установление взаимоотношений с одноклассниками и новыми учителями усложняются, если у него высок уровень личностной и школьной тревожности. Поэтому, осложняется непосредственно сам процесс обучения, продуктивная деятельность на занятиях становится проблематичной. Даже потенциальный отличник может превратиться в отстающего ученика. Подобное состояние зачастую сопровождается внутренней напряженностью, в некоторых случаях затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных решений. Продолжительное психическое напряжение может завершиться школьной дезадаптацией и ученик становится тогда невнимательным, безответственным, недисциплинированным, быстро утомляется, отстает в учебе и уже не хочет идти в школу. Соматически ослабленные дети являются наиболее подверженными возникновению дезадаптации. Определяют такие виды дезадаптации пятиклассников [17].

Интеллектуальная – низкая степень развития мышления, несформированность познавательной мотивации, несформированность учебных умений и навыков.

Поведенческая – расхождение поведения ребенка с правовыми моральными нормами (конфликтность, агрессивность, недисциплинированность, асоциальность).

Коммуникативная – трудности в общении с ровесниками и взрослыми (тревожность замкнутость, чрезмерная зависимость).

Эмоциональная – беспокойство и переживание по поводу трудностей в школе, боязнь перед учителем, нежелание посещать школу.

О.А. Матвеева отмечает необходимость в период адаптации пятиклассников к обучению в среднем звене, уделять особое внимание индивидуальным особенностям детей, она рекомендует обращать внимание на сформированность умений подростков коммуницировать и взаимодействовать друг с другом, а также на то, насколько подросток способен к самоопределению и самоорганизации, насколько он дисциплинирован и насколько у ребенка сформировался образ «Я» ученика.

Ученый акцентирует внимание на необходимости сохранения у пятиклассников самоуважения, собственного достоинства и умение принимать с достоинством собственные неудачи [25].

На наш взгляд, мнения ученых сходятся в том аспекте, что на этапе перехода в среднее звено младшему подростку важно адекватно себя оценивать, быть готовым к осознанию проблем и их преодолению.

Также важным является грамотное сопровождение педагогов среднего звена, педагога-психолога, социального педагога этого процесса, и готовность родителей младших подростков включиться в эту работу. В ситуации новой социальной позиции, логично и закономерно, что пятиклассник будет испытывать эмоциональный дискомфорт, он будет находиться под угрозой школьной дезадаптации, внутренне на этом этапе ребенку очень нелегко.

Как в этой связи говорит Е.Г. Коблик, если процесс социально-педагогической адаптации будет сопровождаться взрослыми правильно и грамотно, то в этом случае процесс адаптации пройдет максимально

безболезненно, и подросток будет эмоционально и психологически расти и развиваться [17].

И.А. Ларина считает, что существенная роль в удачном прохождении периода адаптации отводится индивидуальным особенностям детей, сформировавшимся на предыдущих этапах развития: умению контактировать с другими людьми, владению необходимыми навыками общения, способности определить для себя оптимальную позицию в отношениях с окружающими. Поэтому смыслом адаптационного периода в средней школе является обеспечение его естественное протекание и благоприятные результаты [39].

Таким образом, мы пришли к выводу, что особенностями социально-педагогической адаптации младших подростков являются такие составляющие, как: эмоциональный подход к любой деятельности, которую они выполняют, в том числе и к учебному предмету, общее позитивное отношение к себе и представление о своих собственных возможностях, не опирающееся на оценку своей действительной благополучности, умение установить контакт с другими людьми, владение необходимыми навыками общения, способность определить для себя наилучшую позицию во взаимоотношениях с окружающими.

### **1.3 Возможности социально-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к условиям обучения**

В современном быстроменяющемся мире одной из актуальных проблем является проблема адаптации. В современных исследованиях различные аспекты данной проблемы рассматриваются в контексте приспособления к обучению, деятельности, общению. Однако, несмотря на широкое освещение данных вопросов, к настоящему времени отсутствует целостный подход к организации процесса адаптации обучающихся к условиям образовательной организации.

Определяя школьную стратегию организации социально-педагогического сопровождения, педагогический коллектив должен обратить особое внимание



на формы организации образовательной деятельности, средства и методы обучения, психолого-педагогические приемы. Учебное занятие (урок) остается основной, но не единственной формой организации образовательной деятельности обучающихся на уровне основного общего образования. На уроке каждому обучающемуся предоставляется право работать в собственном темпе и осваивать знания и умения в соответствии с уровнем собственной предметной подготовки. Однако, не менее важно, использовать и другие формы организации образовательной деятельности, отличные от учебной (например, формы внеурочной деятельности: экскурсии, дидактические и ролевые игры, диспуты и дискуссии, самостоятельные практические работы и др.) [20].

Обучающиеся должны быть активными участниками в обсуждении проблемных вопросов, обозначать и доказывать выдвинутые предположения, аргументировать свою точку зрения [22].

Очень часто учителя-предметники оценивают на уроках не результат образовательной деятельности, а поведение, либо сам процесс или качество. Поэтому обучающиеся порой получает низкую отметку даже тогда, когда работа выполнена правильно. Например, снижается отметка за исправления, описку, небрежность и т.д. Сюда «падают» все допущенные небрежности, которые прямого отношения к результату выполнения заданий не имеют.

Для того, чтобы в определенной степени овладеть деятельностью ученья, обучающемуся полезно поработать в позиции учителя по отношению к другому («пробую учить других») или к самому себе («учу себя сам»). Учебное разновозрастное сотрудничество, где обучающимся предоставляется новое место в системе учебных отношений (например, роль учителя обучающихся начальных классов), может стать одним из существенных характеристик природосообразной школы. Роль «младшего учителя» – посредника между взрослым и младшим обучающимся – в точности соответствует реальному положению подросткового возраста на уровне основного общего образования.

Пятиклассник может и должен на какое-то время стать учителем обучающихся начальных классов для того, чтобы окончательно утвердиться в

собственной позиции обучающегося. Надо отметить, что, начавшись как ролевая игра, эта деятельность становится достаточно серьезной и ответственной для обучающегося, так как ставит перед ним вполне конкретные задачи и цели: научить чему-то кого-то. Эта деятельность обучающихся, особенно в мотивационном отношении, в позиции «учителя» выгодно отличается от их деятельности в позиции «ученика». Ситуация учебного разновозрастного сотрудничества – это один из эффективных психолого-педагогических приемов повышения учебно-познавательной мотивации в адаптационный период развития обучающихся на уровне основного общего образования. Применение этого приема обеспечивает условия для применения, анализа и обобщения, освоенных ими средств и способов учебных действий, обучающиеся самостоятельно, не только для себя, но и для других – выстраивают алгоритм учебных действий, осуществляют отбор необходимых средств для их осуществления. Психолого-педагогические приемы учебного разновозрастного сотрудничества обеспечивают развитие у «маленьких учителей» способности понимать и учитывать эмоциональную и интеллектуальную позицию другого человека. В частности, пятиклассники начинают по-новому видеть и относиться к труду классного руководителя, учителей предметников, педагога-психолога [31].

На уровне начального общего образования в течение четырех лет совместные действия обучающихся выстраиваются в основном через устные формы учебных диалогов с одноклассниками и учителем. Устная дискуссия помогает обучающемуся сформировать свою точку зрения, отличную от других точек зрения, а также проанализировать и интегрировать различные точки зрения для достижения общей цели. Кроме того, для развития способности к самообразованию очень важно развивать и письменную форму диалогического взаимодействия, как с другими, так и самим собой. В связи с этим, окончание четвертого класса на уровне начального общего образования и весь переходный этап на уровне основного общего образования должен стать тем местом, и тем временем, где и когда происходит очередной шаг в развитии учебного

сотрудничества – переход к письменным формам ведения дискуссии. Можно обозначить такие приемы письменной дискуссии, как:

- чтение и понимание письменного текста, который содержит точки зрения разных людей и является переходной познавательной формой между устной дискуссией, характерной для уровня начального общего образования, и мысленным диалогом с авторами научных и научно-популярных текстов, из которых пятиклассники получают сведения о взглядах на проблемы, существующие в разных областях знаний;

- письменное оформление мысли способствует развитию речи обучающихся, их умения формулировать свою точку зрения и свое мнение так, чтобы они были понятны окружающим;

- письменная речь также является и приемом развития мышления обучающегося, способствует выделению более важных моментов в изучаемом тексте, например – определение новой проблемы, высказывание гипотезы, установление противоречия, выявление способов проверки гипотезы и противоречия, конкретизация выводов и др.;

- организованная на уроке письменная дискуссия дает возможность высказаться всем желающим: даже тем обучающимся, которые по разным причинам (застенчивость, неуверенность, медленный темп деятельности) не участвуют в устных обсуждениях;

- письменная дискуссия предоставляет дополнительные возможности концентрации внимания у обучающихся в ходе учебного занятия.

Также следует обратить внимание и на формирование тех коммуникативных умений, которые являются предпосылкой успешно проведенной учебной дискуссии: четко излагать свое мнение, при этом доказывая и аргументируя его, понимать точки зрения своих одноклассников, выраженные письменно, задавать вопросы на понимание или уточнение информации. Эти коммуникативные умения являются основой для последующей работы с текстами (документами, первоисточниками и т.п.), в которых содержатся разные точки зрения, существующие в той или другой

области знаний. Индивидуальный подход при выполнении учебных действий контроля и оценки является одним из основных педагогических приемов для становления полноценной учебной деятельности обучающихся.

Для того, чтобы обучающийся научился самостоятельно контролировать и оценивать себя и других, ему необходим опыт систематических действий (определять типологию заданий, отбирать или составлять контрольные задания разного типа и уровня сложности, выявлять сложность заданий, создавать или находить образец для проверки заданий работы, разрабатывать критерии оценки, осуществлять самооценку своей работы по этим критериям, сравнивать самооценку с оценкой другого человека, характеризовать ошибки и выдвигать гипотезы об их причинах, выбирать задания для тренировки с целью устранения допущенных ошибок, определять границы своего знания, формулировать предположения о том, как восполнить учебные дефициты в знаниях).

Эти умения развиваются и формируются в процессе выполнения специальных тренировочных заданий и коррекционных упражнений, которые можно применять как на уроке, так и во внеурочной деятельности в рамках любого общеобразовательного предмета.

Таким образом, учитывая возрастные особенности пятиклассников и сложности периода адаптации при переходе к обучению в среднее звено основной школы, мы пришли к выводу о необходимости применять в педагогической практике психолого-педагогические приемы социально-педагогического сопровождения, которые будут способствовать успешной адаптации обучающихся к обучению в среднем звене основной школы. То есть, обучающиеся будут проявлять интерес в процессе получения знаний, чувствовать себя комфортно и безопасно во время уроков, а также в период общения с одноклассниками и учителями.

## 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ

### 2.1 Организация и методики исследования. Анализ результатов первичного исследования

Исследование социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников к условиям образовательного учреждения было проведено в МБОУ «Северо-Енисейская средняя школа № 1 им. Е.С. Белинского». В результате были определены две группы – контрольная и экспериментальная (далее по тексту КГ и ЭГ). Контрольная группа была представлена 18 учащимися пятого класса «А», в экспериментальной группе было 20 учеников из пятого класса «Б».

Исследование уровня адаптации пятиклассников в школьной среде было разделено на три этапа.

На первом этапе данного исследования (ноябрь – декабрь 2022 г.) был проведен комплексный анализ психолого-педагогической литературы, включая определение методологических и концептуальных рамок. Затем были определены цели и задачи. Кроме того, было проведено исследование понятия «адаптация» и создана система занятий социально-педагогического сопровождения пятиклассников в адаптации к условиям образовательной организации. Наконец, в соответствии с темой исследования были подобраны методы, соответствующие возрасту учащихся.

Второй этап исследования (январь – апрель 2023 г.) предполагал использование экспериментальных методов для диагностики и анализа результатов, а также обобщения данных. Кроме того, была создана программа социально-педагогического сопровождения пятиклассников, адаптирующихся к школьной жизни.

На третьем этапе нашей работы (май 2023 г.) мы провели многократную оценку, тщательно проанализировали полученные результаты и сделали на их основе обобщения. Затем мы обработали данные статистически и составили

систему занятий социально-педагогического сопровождения для облегчения перехода пятиклассников в образовательную среду средней школы.

С учетом цели исследования были подобраны соответствующие методики:

- «Диагностика уровня школьной тревожности» (автор – Б. Филлипс);
- «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс, Р. Даймонд);
- «Цветные письма» (автор – Т.А. Доброскокина (модификация теста М. Люшера);
- «Система мониторинга адаптации и результативности учебной деятельности школьников» (авторы – Е.М. Александровская, Т. Громбах).

Дадим характеристику применяемым методикам.

К. Роджерс и Р. Даймонд разработали опросник для оценки социально-психологической адаптации. Он используется в качестве диагностического инструмента.

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

Этот опросник состоит из вопросов, касающихся опыта, мыслей, привычек и действий человека. Опрашиваемый должен решить, относится ли к нему данное утверждение, выбрав один из семи вариантов оценки. Эта методика была опробована на различных группах студентов из академических институтов страны.

Было замечено, что шкала успешно дифференцирует различные состояния адаптации дезадаптации, а также представления человека о себе, то, как они меняются на возрастных этапах развития и в критические моменты, когда человек переоценивает себя и свои способности.

Оценка адаптации и успеваемости школьников в их образовательной деятельности (авторы – Е.М. Александровская, Т. Громбах)

Таблицы с тезисами заполняются классным руководителем пятого класса. Это связано с тем, что именно они могут дать наиболее точную информацию о ребенке. Классный руководитель непосредственно осуществляют контроль за школьниками своего класса и сотрудничает с учителями-предметниками, которые сообщают об успеваемости и поведенческих особенностях ребят на уроках.

Цель данного исследования - выяснить, в какой степени пятиклассники могут адаптироваться к системе образования при переходе в среднюю школу. В результате анализа информации были определены три области адаптации:

- диапазон баллов для зоны адаптации составляет 40-60 баллов.
- зона неполной адаптации (средний уровень) 20-39баллов;
- диапазон плохой адаптации (низкий балл) 1-19 баллов.

Для заполнения и изучения результатов используется подборка утверждений. Для получения числового результата возможные ответы отмечаются присвоенными им баллами.

В самых верхних ячейках записывают имена пятиклассников и проставляют баллы за каждое утверждение. Затем подсчитывают общее количество баллов для каждого ученика.

Ученик очень восприимчив к школе, точно понимает критерии, быстро схватывает учебные темы, тщательно и полностью усваивает учебную программу. Он/она внимательно слушает указания и разъяснения педагога, выполняет задания без внешнего руководства, с энтузиазмом занимается самостоятельной работой. Они всегда готовы ко всем занятиям и охотно и добросовестно выполняют общественные обязанности. Они имеют положительный авторитет в своем классе.

Ученик имеет хороший взгляд на школу, не испытывая к ней никакой враждебности. Они легко усваивают урок, если их учитель объясняет его подробно и членораздельно; они могут усвоить основные понятия школьной программы и самостоятельно справляться с обычными школьными заданиями. Они остаются внимательными, когда выполняют работу по дому или следуют

указаниям взрослых; однако они более вовлечены, когда их что-то интересует. Кроме того, они добросовестно относятся к общественным обязанностям и имеют несколько друзей среди своих одноклассников.

У данного человека наблюдается зона дезадаптации, он демонстрирует негативное или апатичное отношение к школе. Они склонны к депрессии и часто жалуются на свое здоровье. Часто возникают проблемы с дисциплиной, им трудно сосредоточиться на уроках и сложно учиться самостоятельно. Взрослым необходимо регулярно напоминать и подбадривать их, чтобы они могли приступить к работе; при этом им необходимы большие перерывы между занятиями. Помощь как учителей, так и родителей необходима для понимания нового материала и правильного выполнения заданий. Когда дело доходит до общения, этот человек выполняет необходимый минимум под присмотром и без особого энтузиазма; у него вообще не так много друзей, он может назвать по имени лишь некоторых одноклассников.

«Опросник школьной тревожности» Филлипса является одним из стандартизированных психодиагностических инструментов и позволяет измерить не только общую школьную тревожность, но и особенности страха, испытываемого в различных школьных ситуациях.

Этот опросник прост в использовании и управлении, поэтому он успешно применяется в очном психометрическом тестировании.

Цель методики. Опросник позволяет изучить уровень и характер тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста.

Возрастные ограничения. Опросник предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста. Оптимально его применение в 3-7 классах средней школы.

Диагностический процесс может проводиться на индивидуальной основе или в группе. Вопросы могут быть как устными, так и письменными. Лучше всего, чтобы инструктор или классный руководитель отсутствовали в комнате



во время опроса. Необходимые материалы состоят из анкеты и документа для всех участников.

Инструкция. Вам будет выдана анкета с запросом вашего мнения о школе. Пожалуйста, отвечайте честно, поскольку нет единственно правильного или неправильного ответа. В верхней части листа ответов добавьте свое имя и класс. Когда вы отвечаете на запрос, запишите номер и укажите «+», если он соответствует вашим мыслям, или «-», если нет.

Методика «Цветные письма» Т.А Доброскокина (модификация теста М. Люшера)

Для установления психологического комфорта в разных классах применялся метод «Цветных писем». Это помогает выстроить модель поведения и труда в учебной среде.

Использование этой методики довольно простое. Для проведения исследования педагог-психолог должен иметь бланк на каждого ученика с распечатанным набором тем, изученных в 5 классе. Каждая тема связана с пустым квадратом, который нужно заполнить цветом, означающим, усвоил ли ученик данный урок или нет. Перед проведением исследования необходимо, чтобы все ознакомились с указаниями, которые психолог будет зачитывать вслух.

Присвойте квадрату, соответствующему определенному предмету, оттенок, который отражает ваше нынешнее состояние на протяжении этого урока. У вас под рукой 8 цветов: красный, желтый, синий, зеленый, черный, серый, фиолетовый. Вы можете выбрать один и тот же цвет несколько раз или не использовать ни один из них.

На основе этих данных были определены контрольная группа (КГ) и экспериментальная группа (ЭГ). 18 учащихся 5 «А» класса составили КГ, а 20 учащихся 5 «Б» класса - ЭГ.

Эксперимент проводился в три этапа.

Эксперимент по измерению начального уровня адаптации пятиклассников.

Проведение формативной оценки созданной программы.

Оценка и анализ адаптации пятиклассников, а также выяснение педагогических условий, способствующих достижению желаемого результата реализуемой программы.

Цель данного исследования:

- определение начальной точки адаптации для пятиклассников;
- анализ того, как образовательное учреждение может способствовать повышению адаптации пятиклассников;
- анализ результатов диагностики в КГ и ЭГ.

Перед началом исследования педагогом-психологом «ССШ №1» была дана общая характеристика пятиклассников на начало 2022-2023 учебного года. В целом, большинство школьников пятых классов обладают темпераментом сангвинического типа личности.

Дети в классе полны энергии, имеют яркие перспективы и эмоционально устойчивы. Во время уроков соблюдаются правила. Пообщавшись с преподавателем и другими педагогами, мы выяснили, что все ученики трудолюбивы, опрятно одеты, имеют учебники и другие необходимые для школы материалы. Это позволяет нам понять, что родители принимают участие в жизни своих детей. В классе царит веселая атмосфера и ответственное отношение к учебе.

Ученики на уроке старательны и полны энтузиазма. Сотрудничество между ними эффективно. Большинство учеников демонстрируют дружелюбие и внимательное отношение друг к другу. В прошлом году было несколько небольших разногласий, но серьезных ссор не было. Большинство ребят охотно участвуют в командных мероприятиях, а также в индивидуальных турнирах и олимпиадах.

В целом, дети дружелюбны и любят устанавливать отношения. Большинству из них приятно общаться, и они готовы это делать. Есть трио детей, которые берут на себя ведущую роль. Вообще говоря, поведение в классе удовлетворительное.

Общая атмосфера была спокойной и ровной. Тем не менее, групповая идентичность еще не была сформирована. Они не очень хорошо владели навыками самооценки, им было трудно точно оценить свои возможности, они были более строги к сверстникам, чем к себе.

Семьи благополучные, материально обеспеченные родители принимают активное участие в жизни класса, участвуют в организации внешкольных экскурсий и походах.

Используя психодиагностическую методику, сформулированную К. Роджерсом и Р. Даймондом (личный опросник), первоначально были выявлены результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты по психодиагностической методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд

Группа	В процентах			
	Слабый уровень	Средний уровень	Хороший уровень	Высокий уровень
КГ	51	38	11	0
ЭГ	45	35	15	5

Было замечено, что только половина учащихся КГ и чуть меньше половины учащихся ЭГ продемонстрировали низкий уровень адаптации. Ребенок способен действовать, когда перед началом выполнения задания он получает конкретные инструкции о том, как что-то сделать. Если они не будут проинформированы о том, как это должно быть сделано, они не смогут выполнить задание. Если задание выполняется по той же процедуре, что и другие виды деятельности, которые они недавно выполняли, это не вызовет у них никаких проблем. Однако если подход будет каким-либо образом изменен, они могут оказаться не в состоянии выполнить задание. В таких случаях они, как правило, не пытаются решить проблему самостоятельно, а обращаются за помощью к взрослым или сверстникам.

Было замечено, что 38% учащихся из КГ и 35% из группы ЭГ показывают средние результаты. Ребенок нуждается в руководстве, но все же способен принимать решения самостоятельно. Они обычно полагаются на воспоминания о похожих задачах, а не пытаются найти решение логически. Скорее всего, они помнят только ограниченное количество методов, которые они часто используют, и если любой из них подходит для решения поставленной задачи, то они смогут выполнить ее эффективно; если же нет, то они все равно будут использовать знакомый алгоритм, но с ошибочными результатами.

Достижение 11% в КГ и 15% в ЭГ является удовлетворительным уровнем. Если ребенок не может сразу понять, как выполнить задание, то, вспомнив и проанализировав, он может сам прийти к подходящему решению. Он должен всегда использовать применимые методы, понимать, когда нет идеального ответа, и пытаться найти правильный. Он редко обращается за помощью, так как обычно не нуждается в ней. Если деятельность не требует от него чего-то совершенно оригинального, он должен быть в состоянии с ней справиться. Если же ребенок постоянно просит о помощи, значит, в его понимании или общей осведомленности есть недостатки, которые необходимо устранить.

Около 5% участников из ЭГ продемонстрировали высокий уровень адаптации. Как правило, они были в состоянии определить наиболее подходящий вариант действий и могли обдумывать свои решения. Не нуждаясь в помощи взрослых, они самостоятельно восполняли пробелы в знаниях и понимании. Стоит отметить, что обе группы были очень похожи, без существенной разницы в процентном соотношении.

Было выполнено еще одно исследование. Оценка адаптации и успеваемости школьников в их образовательной деятельности (авторы – Е.М. Александровская, Т. Громбах).

Учителя пятых классов, которые отвечали за заполнение таблиц с высказываниями, являются экспертами в этой ситуации. Они лучше понимают поведение и успеваемость учеников, поскольку отвечают за них и

взаимодействуют с учителями-предметниками, которые предоставляют им свежую информацию. Таким образом, они могут предоставить более точную информацию.

Анализ диагностического обследования позволил получить как индивидуальные данные, касающиеся адаптации пятиклассников, так и общую информацию.

Обработка и анализ индивидуальных данных по 5-му «А» классу, позволили нам сделать вывод, что все учащиеся успешно адаптировались к средней школе. Из них 16 (81%) находились в «зоне адаптации», в то время как 2 (19%) находились в «зоне неполной адаптации». Интересно, что в «зоне дезадаптации» не было ни одного человека. Это позволяет нам утверждать, что адаптация для этого класса прошла успешно.

Обработка данных пятого «Б» класса показала, что все 20 учащихся успешно адаптировались к условиям средней школы. Восемнадцать человек попали в «зону адаптации», что составляет 80% от принявших участие в оценке. Двое (20%) находятся в «зоне неполной адаптации», и никто не находится в «зоне дезадаптации». Это позволило нам сделать вывод, что процесс адаптации для этого класса прошел так же успешно, как и для пятого класса «А».

Для диагностики тревожности, из общего числа методик мы использовали «Тест школьной тревожности» Б.Н Филлипса, направленный на выявление характера и уровня школьной тревожности. Тест содержит 58 вопросов. По полученным данным, мы имеем следующие результаты, которые отражены на рисунке 1.

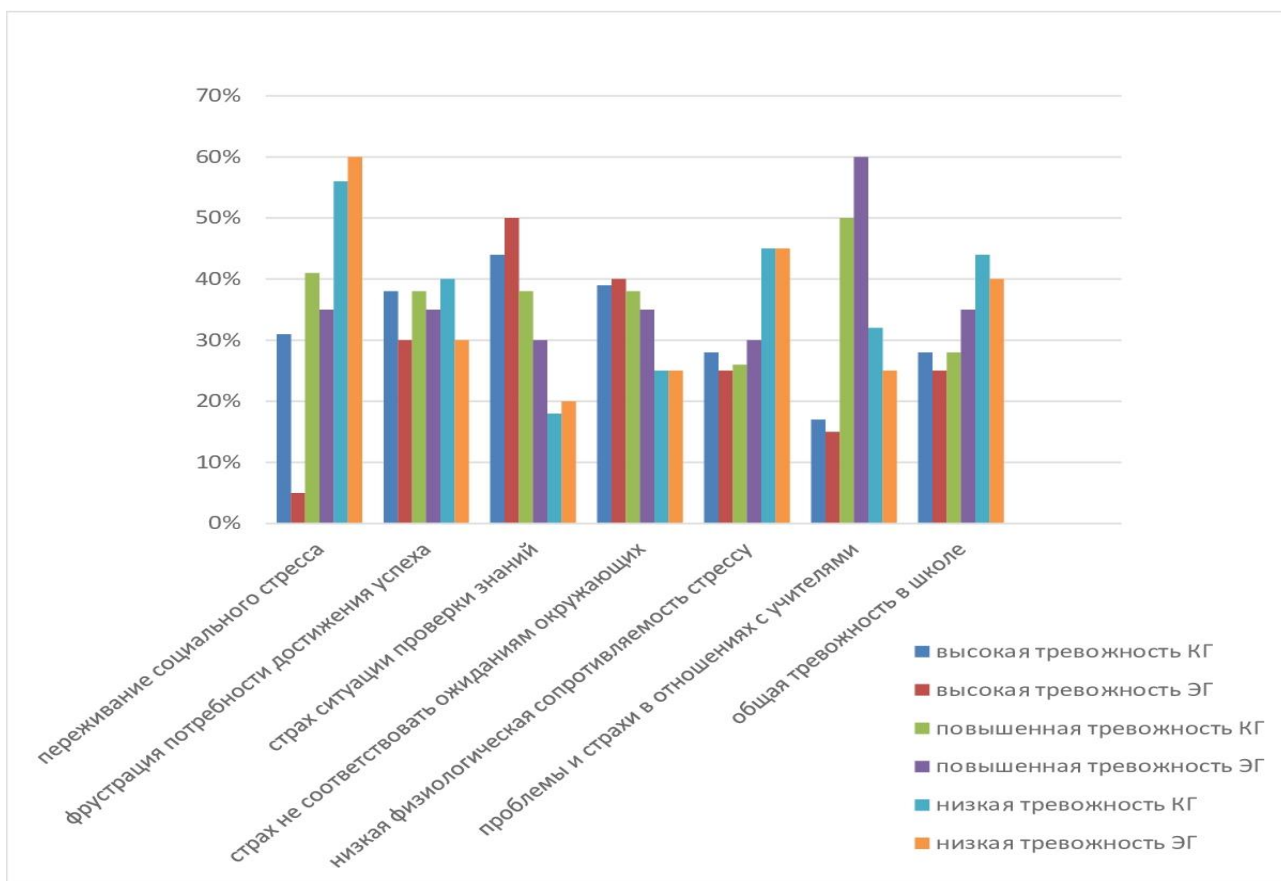


Рисунок 1 – Результаты диагностики уровня школьной тревожности

#### Переживание социального стресса.

Примерно у 5% ЭГ наблюдается высокий уровень тревожности, связанный с социальным стрессом. Эти дети особенно чувствительны к взаимодействию со сверстниками и другими людьми в их окружении. Взаимодействие и общение могут быть для них сложной задачей. Эта группа пятиклассников обеспокоена тем, что им не удастся установить связь друг с другом, боится, что могут возникнуть разногласия. Общение с друзьями находится на нормальном уровне. Дети не испытывают особых трудностей.

Большинство КГ и ЭГ, 56% и 60% соответственно, довольно спокойно относятся к этому вопросу. Они легко взаимодействуют с другими людьми, особенно со сверстниками, благодаря своим сильным социальным навыкам. Установление отношений не является для них проблемой.

Фрустрация потребности в достижении успеха.

Повышенный балл тревожности в этой группе свидетельствует о неблагоприятном психическом состоянии. Она наблюдалась у 6% детей. У этих детей замедляется развитие потребности в успехе и достижении больших результатов.

Повышенная оценка наблюдается у 38% обучающихся КГ и 35% обучающихся ЭГ, у которых очень мало проблем с созданием потребностей для достижения успеха и получения превосходных результатов.

Оказывается, что минимальное количество представителей групп КГ и ЭГ имеют низкий уровень, что говорит о незначительном влиянии их негативного психического состояния на результаты работы. Кроме боязни выразить себя, у них практически нет препятствий для достижения успеха.

38% участников контрольной группы и 30% участников экспериментальной группы испытывают сильные негативные чувства, когда от них требуется продемонстрировать свои способности, такие как самораскрытие. Это связано с их высокой нервозностью по отношению к этому конкретному виду деятельности, что может быть расценено как избегание при разговоре или публичном ответе, например, у доски или перед классом.

Почти 40% обучающихся КГ и 50% обучающихся ЭГ испытывают повышенный уровень беспокойства при общении с другими людьми. Несмотря на то, что они испытывают беспокойство, когда говорят или отвечают, это не мешает им учиться и строить отношения.

Около 40% обучающихся КГ и 30% обучающихся ЭГ имеют низкий уровень тревожности. Они чувствуют себя уверенно, когда речь заходит о себе, и не испытывают трудностей при демонстрации своих способностей.

Страх ситуации проверки знаний.

Значительные 38% обучающихся КГ и 30% обучающихся ЭГ демонстрируют неблагоприятное отношение к обстоятельствам сдачи тестов.

Они склонны особенно волноваться, когда их просят давать ответы публично, получать оценки, выражать свое мнение и т.д.

Более высокий уровень предполагает наличие чувства тревоги, предвкушения в процессе оценки или получения реакции от общественности. Это верно для 44% обучающихся КГ и 50% обучающихся ЭГ, соответственно.

Всего 18% обучающихся КГ и 20% обучающихся ЭГ составляют нижнюю ступеньку. Ученики пятого класса не боятся отвечать на вопросы в классе и получать оценки; они достаточно доверяют себе, чтобы поднимать руки и выполнять задания.

Тревога по поводу невыполнения желаний других людей.

Среди КГ и ЭГ около трети школьников имеют превосходный уровень. Эти люди сильно зависят от того, как другие оценивают их результаты, поведение и идеи; они часто предвидят неблагоприятную оценку.

Было замечено, что 38% обучающихся КГ и 40% обучающихся ЭГ имеют повышенный уровень тревожности. Хотя у них нет сильного ожидания негативной оценки, они склонны принимать во внимание мнения других людей при оценке своей работы. Следовательно, большого напряжения здесь нет.

Примерно четверть учеников как в КГ, так и в ЭГ обладают низким уровнем тревожности. Пятиклассники могут анализировать свои собственные достижения и не нуждаются в опоре на мнение других; они способны слышать, но при этом определять самостоятельно.

Слабость выдерживать давление.

Примерно четверть детей с КГ и почти треть детей с ЭГ демонстрируют низкий уровень приспособляемости к условиям, связанным со стрессом. Дети могут неадекватно или деструктивно реагировать на стрессовый фактор в своем окружении. Они очень уязвимы к обстоятельствам, вызывающим стресс. Повышение было отмечено в 28 % КГ и 25% ЭГ.

Психологическая и физическая подготовка пятиклассников гарантирует, что они готовы справляться с ситуациями, вызывающими стресс. Они способны лучше приспособливаться к окружающей среде, поскольку могут подвергаться



стрессу. Этот низкий уровень подразумевает, что их организм имеет толерантность к напряжению. Они способны легко приспосабливаться к различным сценариям. Примерно 45% КГ и ЭГ имеют эти характеристики психофизиологической организации.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Этот фактор служит общей помехой для 17% КГ и 15% ЭГ. Пятиклассники испытывают серьезные трудности в общении со взрослыми в школе, что приводит к значительному снижению их способности к обучению и пониманию учебных программ.

Около половины КГ и большинство ЭГ испытывают опасения или трепет при общении с учителями. Такие связи оказывают ограниченное влияние на их успеваемость в школе, однако они могут не решаться спорить в разговоре с учителями.

33% обучающихся КГ и 25% обучающихся ЭГ не испытывают никаких проблем с преподавателями. Их психологическое состояние, связанное со взрослыми, является положительным и не мешает учебному прогрессу.

Общая тревожность в школе.

Около 28% учащихся КГ и 25% учащихся ЭГ успевают на высоком уровне. Пятиклассникам часто трудно интегрироваться в школьную среду, которая состоит из множества компонентов, в которых ребенок может чувствовать себя неуверенно.

Постепенно они привыкают к учебной обстановке и могут столкнуться с некоторыми препятствиями, но в основном им удается адаптироваться.

Видно, что примерно 44% обучающихся КГ и 40% обучающихся ЭГ имеют низкий уровень. Эти дети хорошо адаптируются к школьной среде и не испытывают серьезных проблем. Результаты оценки КГ и ЭГ сопоставимы по своему характеру.

Уровень распространенности тревожности в определенных категориях может составлять не более 9%. Это различие незначительно, так как составляет

разницу всего в 1-2 человека. Уровень тревожности КГ ниже, чем у ЭГ в некоторых аспектах, но выше в других.

Можно сделать вывод, что значительное число детей, более 30%, испытывают страх перед самовыражением, тестами и неспособностью удовлетворить ожидания других. Это позволяет предположить, что они опасаются оценки окружающими их качеств, знаний и действий.

Для оценки психологического комфорта участников на различных занятиях была использована методика «Цветные письма». Этот подход помогает построить модель отношения и деятельности для каждого занятия.

На рисунке 2 представлена соответствующая диагностическая информация.

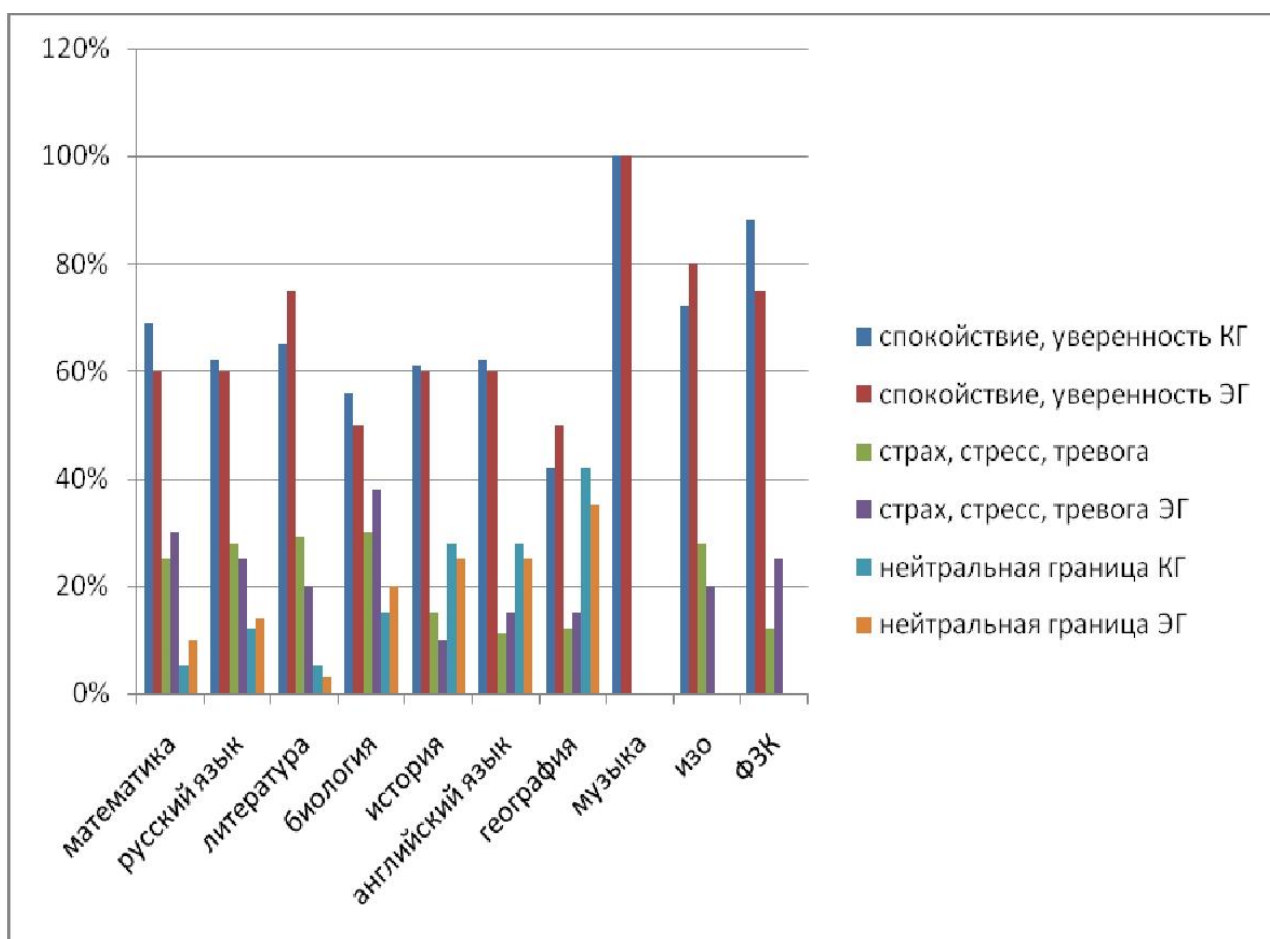


Рисунок 2 – Результаты методики «Цветные письма»

Эта диаграмма иллюстрирует, что учащиеся КГ и ЭГ имеют схожий уровень спокойствия, уверенности, стремления к активному участию и общению, когда дело доходит до их уроков: 69% обучающихся из КГ и 60% обучающихся из ЭГ испытывают подобные чувства к математике, 62% обучающихся из КГ и 60% обучающихся из ЭГ чувствуют это что касается русского языка, то 66% обучающихся КГ и 75% обучающихся ЭГ чувствуют то же самое, когда речь заходит о литературе. Что касается биологии, то 56% обучающихся КГ и 50% обучающихся ЭГ считают именно так. История насчитывает 62 % в обеих группах. На английском языке 62% обучающихся в КГ и 70% обучающихся в ЭГ. География занимает 43 % в КГ и 50 % в ЭГ. Музыка составляет 100% для обеих групп, изобразительное искусство 73% для обучающихся КГ и 80% для обучающихся ЭГ и физическая культура 87% для КГ и 75% для ЭГ и технологии 94% от КГ и 80% от ЭГ.

Ученики пятого класса могут без всякого трепета браться за различные темы. Пребывание в классе не вызывает у учеников напряжения, поэтому они с энтузиазмом берутся за изучение и осмысление новых идей.

Учащиеся испытывают страх и беспокойство по следующим дисциплинам: математика - 25 % обучающихся КГ и 30 % обучающихся ЭГ, русский язык - 28 % обучающихся КГ и 25 % обучающихся ЭГ, биология - 28 % обучающихся КГ и 30 % обучающихся ЭГ, география - 13 % обучающихся КГ и 15 % обучающихся ЭГ, литература - 28 % обучающихся КГ и 20 % обучающихся ЭГ, история - 10 % обучающихся КГ и 15 % обучающихся ЭГ, английский язык - 25 % обучающихся КГ и 20 % обучающихся ЭГ, рисование - 27 % обучающихся КГ и 29 % обучающихся ЭГ, физкультура - 13 % обучающихся КГ и 25 % обучающихся ЭГ, технология - 15 % обучающихся ЭГ.

Пятиклассники часто сталкиваются с трудностями при усвоении уроков из-за чрезмерной боязни и страха, которые они испытывают на уроках. Создание нейтральной атмосферы позволяет этим ученикам преодолеть свой страх, чтобы он не мешал им усваивать преподаваемый материал.

Несмотря на то, что эмоциональные проблемы не влияют на их оценки, энтузиазма на этих уроках не наблюдается. Это касается дисциплин математики - 6% и 10%, русского языка - 14% и 15%, литературы - 6% и 5%, биологии - 16% и 20%, истории - 28% и 25%, английского языка - 13% и 10%, географии - 44% и 35%, технологии - 6% и 5%.

Мы можем сделать вывод, что КГ и ЭГ довольно похожи, так как имеются лишь незначительные различия. Общее расхождение между двумя предметами составляет примерно 10%. Это можно объяснить диапазоном интересов, которые имеют ученики из разных классов по отношению к этим предметам.

Так, наибольший страх испытывают на уроках русского языка и литературы, математики, биологии и изобразительного искусства. Около 30% школьников из обеих групп проявляют признаки страха, когда речь заходит об этих предметах. Это можно объяснить тем, что не ожидалось дальнейшего изучения уже знакомых предметов. Появляются непривычные подходы к работе, изменяется скорость и стандарты.

В заключение, данное исследование дало следующие результаты.

КГ и ЭГ имели почти одинаковые пропорции и были однородными. Разница была незначительной и составляла не более 9%. Только при сравнении умственных установок учащихся из каждой группы на разных занятиях разница стала действительно очевидной.

В настоящее время не более половины пятиклассников достигли навыков самостоятельного мышления. Хотя эти ученики еще не находятся в проблемной зоне, им необходимо обучение, чтобы поднять их способность мыслить самостоятельно.

Большинство учащихся КГ и ЭГ имеют реалистичную или идеальную оценку своих навыков, а также завышенную или адекватную самооценку.

Большинство пятиклассников выделяются в группе или являются самыми востребованными членами коллектива своего класса.

В обеих группах школьников почти одна треть испытывает страх на таких предметах, как математика, русский язык, литература, биология и изобразительное искусство. Вероятно, это связано с повышенной сложностью этих дисциплин, которые ранее были известны школьникам. Вводятся различные подходы к обучению, увеличивается скорость преподавания материала наряду с повышенными ожиданиями.

Значительная часть детей, более 30%, испытывают трудности, связанные со страхом самовыражения, тестов и несоответствия ожиданиям других, что является общим признаком высокого уровня тревожности.

Большинство учащихся руководствуются внешней мотивацией и испытывают низкий энтузиазм к обучению. Обе эти группы объединяет общий признак - отсутствие энтузиазма в образовательном процессе.

У большинства учащихся детского сада и начальной школы еще не развиты навыки логического мышления. Необходимо предоставить им образование, которое поможет им усовершенствовать свои познавательные способности.

Можно определить, что большинство пятиклассников демонстрируют средние способности к адаптации в 5 классе. Исключение составляет лишь отсутствие познавательного интереса к учебе и низкий уровень вербального и самостоятельного рассуждения. Это можно объяснить тем, что они только недавно получили статус «пятиклассника» (оценка проводилась в ноябре) и еще приспосабливаются к новым требованиям.

Мы определили уровень каждого из рассматриваемых признаков, характеризующих определенный уровень адаптации пятиклассников, что позволило нам сделать вывод о том, что некоторые все еще испытывают трудности и нуждаются в социально-педагогическом сопровождении. В связи с этим мы начали реализовывать нашу программу социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников. Ее содержание и тематический план описаны в следующем разделе.

## **2.2 Программа социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников к условиям обучения**

По завершении эксперимента, в котором определялась первоначальная адаптация пятиклассников к среднему уровню контрольной и экспериментальной группы через диагностику эмоционально-волевой сферы личности, когнитивных и мотивационно-потребностных потребностей, а также через взаимоотношения в классе, перейдем к формирующему эксперименту – это второй этап нашего исследования.

Для облегчения перехода учеников пятого класса в систему средней школы нами разработана программа социально-педагогического сопровождения «Я иду в пятый класс».

Цель программы: формирование условий для успешной адаптации пятиклассников к среднему звену школы.

### **Задачи**

1. Способствовать снижению эмоционального стресса, снижению уровня школьной тревожности.
2. Создавать условия, способствующие благоприятному взгляду школьника на себя, окружающий мир.
3. Способствовать формированию мышления, направленного на культивирование благоприятного самовосприятия.
4. Способствовать улучшению и развитию коммуникативных способностей; социализации.
5. Создавать условия для повышения сплоченности коллектива.

При разработке системы занятий «Я иду в пятый класс» нами были использованы программы адаптации детей к средней школе Е.Г. Коблика, С.А. Коробкиной, Н.П. Слободяник.

Для реализации программы мы использовали коррекционный, развивающий, профилактический и обучающий подходы.

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

#### Принципы построения программы

1. Принцип диалогического общения.
2. Принцип последовательности и системности.
3. Принцип единства диагностики и коррекции.

Основные методы и приемы:

- метод игровой терапии: психогимнастика, включение сюжетно-ролевой игры, сказочных персонажей;
- игры и упражнения, направленные на снижение тревожности, формирование эмоционального контакта со сверстниками и взрослыми.

Организационно-методические требования к проведению занятий

Категория учащихся, для которой предназначена эта программа: экспериментальная группа учащихся пятого класса (5 «А»), в особенности с низкими результатами тестирования. Численность группы: 18 человек.

Условия формирования группы: результаты на констатирующем этапе эксперимента, беседа с учителями учащихся.

Разработанная система занятий по сопровождению адаптации пятиклассников к среднему звену школы включает в себя 10 занятий. Продолжительность каждого занятия в среднем составляет 40-50 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю, после окончания уроков, как внеурочная деятельность.

Каждое занятие имеет четкую структуру: вводная, основная и заключительные части.

Ожидаемые результаты от проведения системы занятий по социально-педагогическому сопровождению пятиклассников в период адаптации к условиям обучения (соответствие признакам успешной адаптации):

- удовлетворенность ребенка процессом обучения;
- ребенок легко справляется с программой;
- степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому;
- удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

Таблица 2 иллюстрирует план системы занятий программы социально-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятого класса.

Таблица 2 – Система занятий «Я иду в пятый класс»

<b>Номер занятия</b>	<b>Цель занятия</b>	<b>Ход занятия</b>
Занятие 1. Вводное	знакомство участников, создание доверительной атмосферы	Упражнение 1. «Приветствие без слов» Упражнение 2. «Продолжи фразу» Упражнение 3. «Те, кто» Упражнение 4. «Рисуем вместе» Упражнение 5. «Прощание»
Занятие 2	создание у учеников мотивации для самопознания; умения рефлексировать; Формирование уверенности в себе	Упражнение 1. «Мое настроение цветом» Упражнение 2. «Найди и коснись» Упражнение 3. «Школьный путь» Упражнение 4. «Вот я какой! Угадали?» Упражнение 5. «Прощание»
Занятие 3	формирование мотивации учения, достижения успеха	Упражнение 1. «Поздороваемся» Упражнение 2. «Самотивация» Упражнение 3. «Ассоциации» Упражнение 4. «Прощание»
Занятие 4	формирование	Упражнение 1. «Приветствие»



Продолжение таблицы 2

Номер занятия	Цель занятия	Ход занятия
	собственной значимости, желания ходить в школу	Упражнение 2. «Пойми меня» Упражнение 3. «Рисунок по инструкции» Упражнение 4. «Передай энергию»
Занятие 5	формирование позитивного настроения, снятие напряжения	Упражнение 1. «Ладонка» Упражнение 2. «Ты мне нравишься потому что...» Упражнение 3. «Морщинки» Упражнение 4. «Части и целое» Упражнение 5. «Прощание»
Занятие 6	знакомство учащихся с эмоциями; умение определять эмоциональное состояние других людей; умение владеть эмоциями	Упражнение 1. «Я тебя приветствую» Упражнение 2. «Угадай эмоцию» Упражнение 3. «Фигуры эмоций» Упражнение 4. «Прощание»
Занятие 7	приобретение пятиклассниками новой социальной позиции по отношению к педагогам	Упражнение 1. «Прояви эмоцию» Упражнение 2. «Настоящий учитель - это» Упражнение 3. «Я знаю как зовут учителя...» Упражнение 4. «Прощание»
Занятие 8	снижение тревожности, достижение сплочения внутри группы, осмысление своего «Я» как части общего «Мы».	Упражнение 1. «Посчитаем (Коллективный счет)» Упражнение 2. «Коллаж нашего класса» Упражнение 3. «Какие мы?» Упражнение 4. «Прощание»
Занятие 9	адекватное оценивание себя и своих достижений.	Упражнение 1. «Цвет моего настроения» Упражнение 2. «Мир профессий» Упражнение 3. «Кем я хочу быть». Упражнение 4. «Настроение в цвете». Рефлексия.
Занятие 10	Обобщение. Подведение	Упражнение 1. «Настроение».

## Окончание таблицы 2

Номер занятия	Цель занятия	Ход занятия
	итогов	Упражнение 2. «Что я умею, чего не умею, чему хочу научиться» Упражнение 3. Рисование на тему: «Наш дружный класс». Упражнение 4. «Настроение» Общее обсуждение вопросов

Таким образом, анализируя содержание и ход реализации программы социально-педагогического сопровождения адаптации младших подростков к условиям среднего звена школы, мы отмечаем правильно подобранный комплекс мероприятий, форм, методов работы, создающий условия гармоничного развития личности, помогающий решить проблемы вхождения учащихся 5 «А» класса в школьную жизнь.

Эффективность и результативность разработанной нами программы социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников при переходе из начальной школы в среднее звено представлена в следующем параграфе в виде анализа результатов повторной диагностики, проводимой в конце учебного года.

### **2.3 Анализ результатов повторного исследования**

Задача заключительного этапа опытно-экспериментальной работы заключалась в том, чтобы на эмпирическом уровне оценить эффективность реализации разработанной программы социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников к образовательной среде основной школы. Основу доказательной базы составила динамика изменений наблюдаемых показателей по уровню адаптированности пятиклассников по

диагностике когнитивной, эмоционально-волевой, мотивационно-потребностной сферы и коллективных отношений.

В этих целях была проведена повторная диагностика в экспериментальной и контрольной группах по тем же показателям, что и на констатирующем этапе эксперимента.

Результаты повторной диагностики уровня самостоятельности мышления, как один из показателей развития познавательных универсальных учебных действий, через психодиагностическую методику диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд, представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты исследования по психодиагностической методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд  
В процентах

Группа	До реализации программы				После реализации программы			
	1*	2**	3***	4****	1*	2**	3***	4****
КГ	51	38	11	0	33	44	13	6
ЭГ	45	35	15	5	5	50	25	20
*1 – слабый уровень ** 2 – средний уровень *** 3 – хороший уровень ****4 – высокий уровень.								

В общей сложности 33% обучающихся КГ и 5% обучающихся ЭГ имеют слабый уровень социально-психологической адаптации, их баллы снизились на 18% и 40%, соответственно. Эта разница в результатах адаптации в 27% является весьма примечательной и влиятельной. Ребенок, относящийся к этой группе, может выполнить задание только в том случае, если непосредственно перед началом работы ему даются четкие инструкции о том, как это сделать.

Когда человеку поручают что-то сделать, но не дают никаких советов, как это сделать, ему может быть трудно справиться. Если работа представляет собой повторение уже выполненной процедуры, то проблем возникнуть не

должно. Однако если в метод работы вносятся какие-либо изменения, то человеку может быть трудно адаптироваться. Как правило, если у человека возникают трудности, он не пытается решить их самостоятельно, а обращается за помощью к взрослым или сверстникам.

Средний балл 44% в КГ и 50% в ЭГ, что является увеличением на 6% и 15%, соответственно, по сравнению с исходными значениями, не является существенным. Ребенок этой категории нуждается в некотором руководстве, но он не является полностью беспомощным. Если нет конкретных инструкций, эти дети могут попытаться придумать свои собственные решения и решения, с которыми они могли сталкиваться ранее. Они чаще полагаются на память, чем на рациональное мышление.

Как правило, ребенок способен запомнить небольшой набор алгоритмов, которые он обычно использует. Если какой-либо из них применим, ребенок справляется с работой. Даже если ни один из них не применим, ребенок все равно воспользуется некоторыми из этих методов и выполнит задание неточно.

Результаты КГ и ЭГ показали хороший уровень - 13% и 25% соответственно, что на 2% и 10% выше, чем предыдущие результаты. Адаптационная разница между ними составляет 12%, из чего можно сделать вывод, что программа была успешной. Даже если ребенку трудно выполнять определенные задания, он может вспомнить и самостоятельно придумать подходящую стратегию.

Он использует только алгоритмы, подходящие для выполнения задачи, замечает, когда нет полного согласия, и пытается выбрать подходящий. Ему редко требуется помощь, так как он обычно справляется сам. Если то, что ему нужно сделать, не требует чего-то совершенно нового для него, он может справиться с этим без посторонней помощи. Но если ребенок постоянно обращается за помощью, то необходимо обратить внимание на пробелы в знаниях или общем понимании.

Заметное улучшение автономности было отмечено в 6% обучающихся КГ и 20% обучающихся ЭГ, что составляет рост на 5% и 15% соответственно. Эта

разница в 14 % является значительной. Ребенок совершенствует свои когнитивные функции. Как правило, они знают, какие шаги предпринять, столкнувшись с проблемой. Если они сталкиваются с трудной задачей, они могут найти подход, используя логические рассуждения.

Когда он/она обращается к своим ментальным ресурсам, он / она тщательно обдумывает и взвешивает, подходит ли этот подход, прежде чем применять его. Вообще говоря, он или она не нуждается в какой-либо помощи взрослых и может восполнить любой пробел в информации и общем понимании, не полагаясь на других.

Очевидно, что у ЭГ произошли более глубокие преобразования в плане обретения самостоятельности, что отражает успех программы, призванной направлять пятиклассников при переходе из начальной школы в среднюю. Планы обучения, используемые учителями, оказали положительное влияние на развитие этой формы умственной деятельности.

Второе исследование, которое проводилось – это Схема наблюдения за адаптацией и эффективностью учебной деятельности учащихся (авторы – Э.М. Александровской, Т. Громбах).

Изучив индивидуальные данные 5 «А» класса, мы установили, что 18 учащихся успешно адаптировались к средней школе. Из них 16 – в области адаптации (81%), 2 – в области неполной адаптации (19%). Случаев дезадаптации не было. Это позволило нам сделать вывод, что 5«А» класс прошел успешный процесс адаптации.

Проанализировав личные данные всех 20 учеников из 5 «Б» класса, мы убедились, что все они акклиматизировались в средней школе.

Приблизительно 80% лиц, прошедших оценку, попадают в «зону адаптации», в общей сложности 18 человек.

Двадцать процентов людей находятся в «зоне недостаточной адаптации», в то время как в «зоне плохой адаптации» нет ни одного человека.

Исходя из полученных результатов, нами был сделан вывод, что процесс адаптации в 5 «Б» классе прошел не менее успешно, чем в 5 «А» классе.

Тест Б.Н. Филлипса, тест школьной тревожности, был использован для повторной оценки тревожности, чтобы распознать степень и вид школьного страха. Результат представлен на рисунке 3.

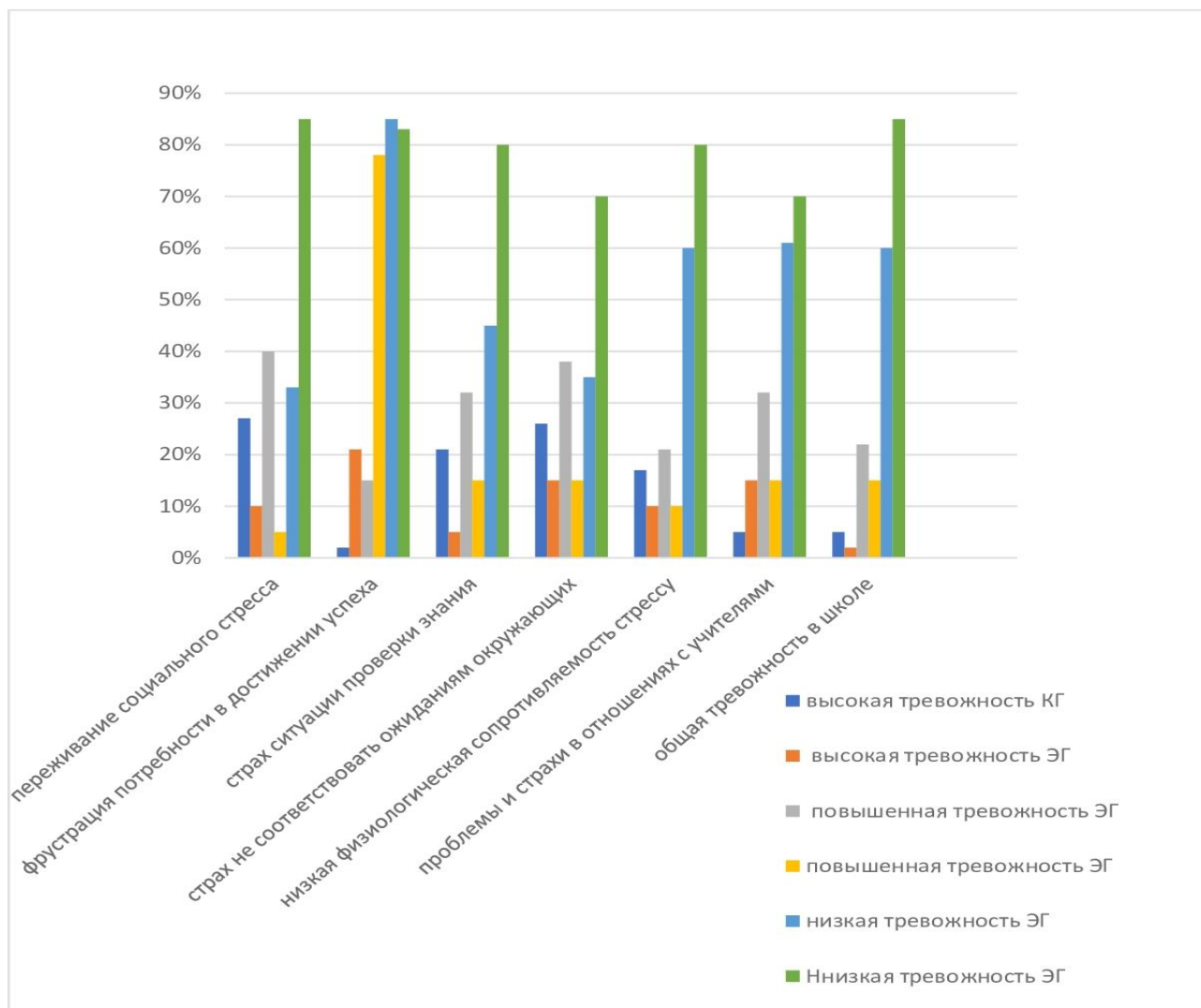


Рисунок 3 – Результаты диагностики школьной тревожности после реализации программы

ЭГ сообщили о снижении уровня социального стресса. По сравнению с началом года 27% обучающихся КГ по-прежнему имеют высокий уровень этого вида тревожности, в то время как у обучающихся ЭГ этот показатель составляет 10%, что на 25% ниже. Эта разница в 17% является существенной. Эти пятиклассники больше беспокоятся о том, что им не хватает уверенности в

себе, чтобы хорошо общаться с другими людьми, и боятся ситуаций, в которых им, возможно, придется столкнуться друг с другом. Хотя установление социальных связей остается для них на среднем уровне, особых трудностей в этом отношении у них нет.

Показатели для КГ и ЭГ составляли 73% и 90%, соответственно, до введения программы. После этого оба показателя увеличились на 17% и 30%. Общая разница составила значительные 17%, что позволило пятиклассникам безопасно общаться со своими сверстниками.

Фрустрация потребности в достижении успеха.

Среди пятиклассников не было зафиксировано значительных проблем в плане тревожности, так как высокий уровень не наблюдался ни в одной из групп. Показатели по КГ и ЭГ составили 22% и 15% соответственно, что ниже, чем в начале учебного года на 16% и 20%. Между новыми данными по обеим группам наблюдалась разница в 7%, но она была признана незначительной.

78% обучающихся КГ и 85% обучающихся ЭГ показали низкий уровень потребности в успехе и высокие результаты, что на 22% и 20% соответственно больше, чем до внедрения программы педагогической поддержки. Несмотря на то, что эта разница в 7% незначительна, пятиклассники сталкиваются с минимальными препятствиями при достижении успеха.

Страх самовыражения.

Уровень 22% КГ снизился на 16% по сравнению с первоначальными показателями, а 5% обучающихся ЭГ испытали снижение того же показателя после введения системы образовательной помощи для пятиклассников. Таким образом, разница составляет 17%, что можно объяснить их повышенным уровнем тревожности в подобных ситуациях. Это проявляется в их отказе от социальной активности или нежелании отвечать на вопросы на доске перед сверстниками.

33% обучающихся КГ и 15% обучающихся ЭГ демонстрируют повышенный уровень, что ниже на 5% и 25%, соответственно, по сравнению с предыдущими результатами. Это расхождение в 18% заслуживает внимания.

Учащиеся пятого класса так же охотно отвечают и общаются, делая себя заметными, не мешая процессу обучения и социальным связям. И наоборот, низкий уровень наблюдается у 45% обучающихся КГ и 80% обучающихся ЭГ - это на 21% и 50% соответственно выше, чем при первоначальной диагностике. Этот контраст в 35% является существенным и важным. Пятиклассники чувствуют себя комфортно в деятельности по самораскрытию и не испытывают проблем с демонстрацией своих возможностей.

Страх ситуации проверки знаний.

КГ зафиксировала уровень 17%, что на 21% ниже исходного показателя. Между тем, в ЭГ произошло резкое снижение с 30% до 0% после проведения системы занятий программы социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников. Это расхождение является значительным, так как ЭГ полностью убрала этот показатель.

Эта группа пятиклассников демонстрирует негативное настроение, когда дело доходит до экзаменов. Нервозность особенно выражена в условиях, когда они должны давать публичные ответы, получать оценки или говорить о возможностях и так далее. Из группы КГ такой уровень имеет 38%; в то время как группа ЭГ подвержена в меньшей степени - 20%. Это заметное отличие от предыдущих результатов, которые показали 6% обучающихся и 30% обучающихся соответственно. Разрыв между ними, составляющий 18%, является значительным.

Пятиклассники испытывают смесь трепета и энтузиазма, когда сталкиваются с внешней оценкой или обратной связью. До внедрения программы специальной образовательной поддержки только 45% пятиклассников в КГ и 80% в ЭГ имели низкий уровень страха, который увеличился на 27% и 60% соответственно. Эта разница в 35% является существенной и значимой. Ученики больше не боятся отвечать на уроках или получать оценки; они стали более уверенно предлагать ответы, поднимать руки и выполнять задания.

Беспокойство по поводу несоответствия стандартам других людей.



Показатели КГ и ЭГ составляют 27% и 15%, что на 7% и 20% ниже исходных данных. Такое расхождение в 12% весьма примечательно. Дети полагаются на внешнюю оценку своей работы, поведения и идей, часто ожидая негативного ответа. В начале учебного года на этом уровне находились 38% из КГ, в то время как из ЭГ - только 15%, то есть снижение составило 25%.

Было отмечено расхождение в 23% между двумя группами с точки зрения их адаптации. Хотя пятиклассники не придерживаются крайне пессимистичных взглядов при оценке самих себя, у них есть небольшая склонность обращать внимание на то, что думают другие. Они принимают во внимание мнения извне при оценке своей работы, но при этом остаются относительно невозмутимыми.

Очевидно, что КГ и ЭГ продемонстрировали более высокий уровень, чем ранее измеренный, при этом КГ составил 35%, а ЭГ - 70%. Эта разница в 35% является значительной и заслуживающей внимания. Пятиклассники обладают способностью к самостоятельности; они могут принимать во внимание то, что слышат, но способны к самооценке собственных достижений.

Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу.

Было установлено, что уровень КГ и ЭГ выше на 22 % и 10 % соответственно по сравнению с ранее зафиксированными результатами, причем разница в 12 % имеет большое значение. Подростки особенно уязвимы к тревоге и могут реагировать неадекватно или отрицательно в зависимости от напряженности обстановки.

17% и 10% КГ и ЭГ, соответственно, получили более высокую оценку, чем на первичном обследовании. Разрыв между ними составил 7 %, что не заслуживает внимания. Пятиклассники наделены солидными умственными и физическими способностями, которые позволяют им правильно реагировать на стрессовые обстоятельства. Они также могут подвергаться влиянию окружающей среды и испытывать нагрузку.

Низкий уровень характерен 61% обучающихся КГ и 80% обучающихся ЭГ с отличием от диагностики до реализации программы педагогического сопровождения адаптации пятиклассников в 16 % и 35 % соответственно.

Разница результатов в 19 % является весомой. Дети стали более стрессоустойчивы. Они быстрее стали приспосабливаться к различным ситуациям.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Было замечено, что 6% учеников из КГ достигли высокого уровня, что меньше, чем 11% в начале учебного года. После опробования новой программы 15% учеников из ЭГ теперь достигают этого уровня. Это можно рассматривать как впечатляющую трансформацию, учитывая, что в этой группе больше нет детей, боящихся своих учителей.

Значительная часть пятиклассников испытывала трудности в общении со взрослыми в школе, и их успеваемость на уроках снизилась. По сравнению с первоначальными результатами, 33% КГ и 15% ЭГ сохранили приемлемый уровень, тогда как 17% и 45% снизились соответственно. Этот разрыв в 18% считается значительным. Похоже, что на академические успехи не влияет связь с преподавателями; однако, возможно, они опасаются совершить какие-либо ошибки в общении.

Низкий уровень заметен у 61% обучающихся – беспокойство по поводу несоответствия стандартам других людей.

Показатели КГ и ЭГ составляют 27% и 15%, что на 7% и 20% ниже исходных данных. Такое расхождение в 12% весьма примечательно. Дети полагаются на внешнюю оценку своей работы, поведения и идей, часто ожидая негативного ответа. В начале учебного года на этом уровне находились 38% из КГ, в то время как из ЭГ – только 15%, то есть снижение составило 25%.

Было отмечено расхождение в 23% между двумя группами с точки зрения их адаптации. Хотя пятиклассники не придерживаются крайне пессимистичных взглядов при оценке самих себя, у них есть небольшая склонность обращать внимание на то, что думают другие. Они принимают во внимание мнения извне при оценке своей работы, но при этом остаются относительно невозмутимыми.

Очевидно, что КГ и ЭГ продемонстрировали более высокий уровень, чем ранее измеренный, при этом КГ составил 35%, а ЭГ – 70%. Эта разница в 35%

является значительной и заслуживающей внимания. Пятиклассники обладают способностью к самостоятельности; они могут принимать во внимание то, что слышат, но способны к самооценке собственных достижений.

Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу.

Было установлено, что уровень КГ и ЭГ выше на 22 % и 10 % соответственно по сравнению с ранее зафиксированными результатами, причем разница в 12 % имеет большое значение. Подростки особенно уязвимы к тревоге и могут реагировать неадекватно или отрицательно в зависимости от напряженности обстановки.

17% и 10% КГ и ЭГ, соответственно, получили более высокую оценку, чем на первичном обследовании. Разрыв между ними составил 7%, что не заслуживает внимания. Пятиклассники наделены солидными умственными и физическими способностями, которые позволяют им правильно реагировать на стрессовые обстоятельства. Они также могут подвергаться влиянию окружающей среды и испытывать нагрузку.

Низкий уровень характерен 61% обучающихся КГ и 80% обучающихся ЭГ с отличием от диагностики до реализации программы социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников в 16 % и 35 % соответственно. Разница составляет 19% и является весомой. Дети стали более устойчивы к стрессу. Они быстрее стали приспосабливаться к различным ситуациям.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Было замечено, что 6% учеников из КГ достигли высокого уровня, что меньше, чем 11% в начале учебного года. После опробования новой программы 15% учеников из ЭГ теперь достигают этого уровня. Это можно рассматривать как впечатляющую трансформацию, учитывая, что в этой группе больше нет детей, боящихся своих учителей.

Значительная часть пятиклассников испытывала трудности в общении со взрослыми в школе, и их успеваемость на уроках снизилась. По сравнению с первоначальными результатами, 33% КГ и 15% ЭГ сохранили приемлемый

уровень, тогда как 17% и 45% снизились соответственно. Этот разрыв в 18% считается значительным. Похоже, что на академические успехи не влияет связь с преподавателями; однако, возможно, они опасаются совершить какие-либо ошибки в общении.

Низкий уровень заметен у 61 % обучающихся КГ и 85 % обучающихся ЭГ. Нынешние показатели выше предыдущих на 28 % и 60 %. Разница в 24 % и является весомой и значимой. Дети стали испытывать меньше проблем в отношениях с педагогами. В отношениях со взрослыми их эмоциональный фон стал благоприятнее и не мешает процессу обучения.

Общая тревожность в школе.

6% обучающихся КГ и 0% обучающихся ЭГ находятся на более высоком уровне по сравнению с допрограммными значениями на 22% и 25% соответственно, что говорит о том, что различий между адаптацией двух групп практически нет. Пятиклассникам трудно включаться в школьную жизнь из-за множества факторов, среди которых они ощущают дискомфорт.

61% обучающихся КГ и 85% обучающихся ЭГ. Нынешние показатели выше предшествующих на 28 % и 60 %. Разница в 24 % и является весомой и значимой. Дети стали испытывать меньше проблем во взаимоотношениях с педагогами. В отношениях со взрослыми их эмоциональный фон стал благоприятнее и не мешает процессу обучения.

Общая тревожность в школе.

6% КГ и 0% ЭГ находятся на более высоком уровне по сравнению с допрограммными значениями на 22% и 25% соответственно, что говорит о том, что различий между адаптацией двух групп практически нет. Пятиклассникам трудно включаться в школьную жизнь из-за множества факторов, среди которых они ощущают дискомфорт.

Показатели КГ и ЭГ демонстрируют повышение уровня на 11% и 10% соответственно, по сравнению со снижением их первоначальных значений на 17% и 34%. Эта заметная разница показывает, что программа успешно помогает детям с меньшими трудностями перейти к школьной жизни.

83% обучающихся КГ и 90% обучающихся ЭГ, что составляет увеличение на 39% и 50% соответственно. Эта разница в 7% не является особенно значительной. Дети быстро привыкли к школьной среде, не испытывая никаких серьезных проблем.

Программа социально-педагогического сопровождения пятиклассников была не совсем успешной, но действительно оказала влияние на снижение уровня тревожности. Это, в свою очередь, доказало эффективность этой программы и ее способность помочь в адаптации.

Результаты использования методики «Цветные письма» для оценки психологического комфорта на разных занятиях показаны на рисунке 4.

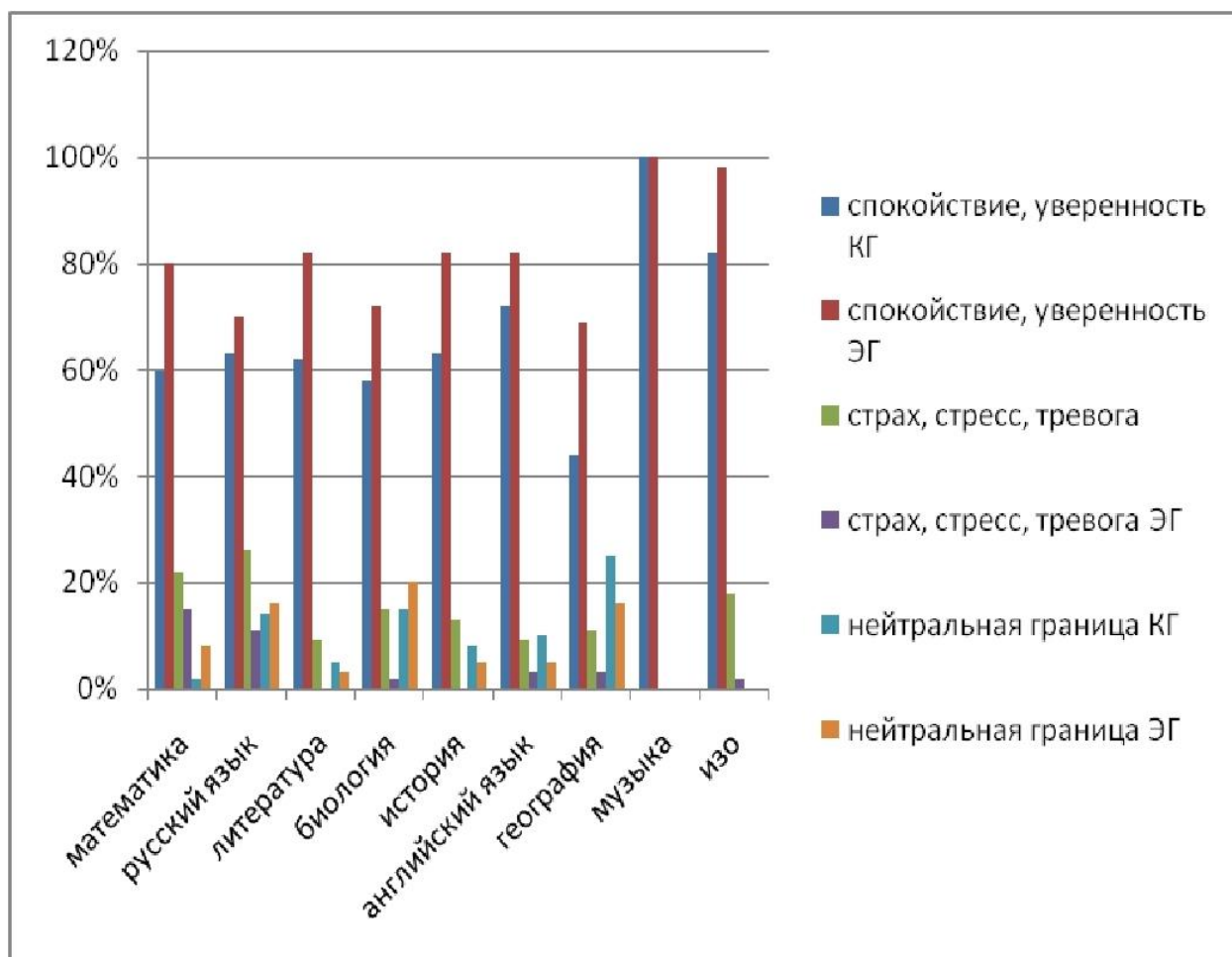


Рисунок 4 – Результаты диагностики по методике «Цветные письма» после реализации программы

Многие ученики пятых классов столкнулись со страхом, стрессом и беспокойством при изучении математики, русского языка, литературы, биологии и искусства. Мы можем наблюдать различия в КГ в процессе адаптации, а также в ЭГ после внедрения программы социально-педагогического сопровождения.

Процент страха перед уроками математики остался прежним в обеих группах: 14% в КГ и 5% в ЭГ, однако по сравнению с предыдущим периодом произошло снижение на 11% и 25% соответственно. Разница между результатами невелика, но если посмотреть, насколько улучшились показатели, становится ясно, что в ЭГ на 14% больше детей, чем раньше. Отношение к урокам математики осталось довольно схожим в обеих группах: 14% КГ и 10% ЭГ не показали никаких изменений по сравнению с предыдущими значениями. Что касается ощущения спокойствия во время уроков, то 72 % из КГ и 85 % из ЭГ испытывали это чувство, что на 3 % и 25 % выше, чем раньше, - разница, которую можно считать значимой.

Страх на уроках русского языка имело 17% КГ и 5% ЭГ, но он был на 11% и 20% ниже, чем изначально. Расхождение между двумя результатами адаптации составляет 12 %. Нейтральность к занятиям языком имели 28 % КГ и 15 % ЭГ, что на 14 % меньше в КГ, при отсутствии изменений для ЭГ. Это расхождение составляет 13 %. Спокойствие при изучении русского языка ощущали 55% КГ и 80% ЭГ, что на 7% и 20% больше, чем в начале. Эта разница составляет 25% – важное различие, которое нельзя игнорировать.

Заметный контраст наблюдается в количестве страхов, присутствующих на уроках литературы среди КГ и ЭГ: 17% среди КГ и 0% среди ЭГ, что меньше на 11% и 20% соответственно. Это может быть связано с тем, что ни один ребенок из ЭГ не выразил страха. Нейтральное отношение к урокам литературы у КГ составило 17%, а у ЭГ – 5%, что на 11% выше у КГ и не изменилось у ЭГ. Наконец, 66% КГ воспринимали спокойствие во время таких уроков, по сравнению с 95% ЭГ, что на 20% выше у КГ и не изменилось у ЭГ. Это дает значительную разницу в 29%.

Страх, испытываемый на уроках биологии, остался прежним для КГ (14%) и ЭГ (10%), хотя и снизился на 14% и 20% соответственно. Изменение между этими двумя группами недостаточно велико, чтобы считать его значимым. Что касается нейтрального отношения к этому уроку, то его испытывают 28% КГ, а 15% ЭГ, что создает разницу в 13%, которая является значительной. Наконец, о спокойствии по этому предмету сообщили 58% КГ и 75% ЭГ, что больше, чем раньше на 2% и 25%. Этот разрыв составляет 17%, что делает разницу значительной.

И КГ и ЭГ показали снижение страха перед уроками рисования - 6% и 0%, соответственно. Несмотря на эту незначительную разницу в адаптации, отношение к этим урокам было схожим; 6% КГ и 5% ЭГ занимали нейтральную позицию, что больше, чем до исследования. Более того, 88% КГ и 95% ЭГ сообщили о чувстве спокойствия - на 15 процентных пунктов больше, чем до исследования в обеих группах - практически без различий между ними.

Следует отметить, что у ЭГ нет и следа страха на уроках истории, географии и ФЗК, в то время как у КГ он остался на уровне 6%. Уровень расслабленности между обеими группами на уроках истории и географии существенно не различается, но на уроках географии у ЭГ на 19% больше, чем у КГ. Разброс примечателен.

Таким образом, программа социально-педагогического сопровождения учащихся 5-го класса полезна для создания благоприятной обстановки в классе и устранения негативных обстоятельств, которые могут помешать обучению. Она должна быть усовершенствована по некоторым темам, однако большинство предложенных советов и подходов к обучению были полезны.

В заключение, полученные результаты указывают на следующее.

Результаты ЭГ показывают значительное улучшение уровня развития и тревожности по сравнению с КГ, что говорит о том, что программа социально-педагогического сопровождения адаптации пятиклассников была реализована эффективно.

Программа оказалась успешной не во всех областях исследования, что свидетельствует о необходимости ее совершенствования, чтобы справиться с беспокойством во время определенных занятий и страхом не оправдать ожидания других людей.

Зафиксировано:

- снижение уровня стресса, испытываемого учениками пятого класса при изучении различных предметов;
- уменьшение количества учеников пятого класса, испытывающих трудности с адаптацией к школе;
- стимулирование пятиклассников к повышению мотивации к обучению;
- улучшаются коммуникативные навыки учащихся пятого класса;
- развитие самостоятельности и навыков вербально-логического мышления в более высокой степени;
- продемонстрирована необходимость принятия этой программы, признав ее недостатки.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы пришли к выводу, что социально-педагогическая адаптация – это процесс, в ходе которого пятиклассники активно осваивают социальную среду старшей школы, приспосабливаются сами и приспосабливают социальную среду старшей школы к своим потребностям, склонностям и интересам, обогащают свой социальный опыт, в результате чего развиваются сами и происходит развитие социальной среды старшей школы.

Особенностями социально-педагогической адаптации пятиклассников являются такие составляющие, как: эмоциональный подход к любой деятельности, которую они выполняют, в том числе и к учебному предмету, общее позитивное отношение к себе и представление о своих собственных возможностях, не опирающееся на оценку своей действительной благополучности, умение установить контакт с другими людьми, владение необходимыми навыками общения, способность определить для себя наилучшую позицию во взаимоотношениях с окружающими.

Принимая во внимание возрастные особенности пятиклассников и сложности периода адаптации при переходе к обучению в среднее звено основной школы, мы пришли к выводу о необходимости социально-педагогического сопровождения пятиклассников. Для этого необходимо применять в педагогической практике психолого-педагогические приемы, которые будут способствовать успешной адаптации пятиклассников к обучению в среднем звене основной школы. То есть, обучающиеся будут проявлять интерес в процессе получения знаний, чувствовать себя комфортно и безопасно во время уроков, а также в период общения с одноклассниками и учителями.

Для определения уровня адаптации пятиклассников к новым условиям обучения нами было проведено соответствующее исследование, которое показало недостаточный уровень адаптации, в связи с чем была разработана

программа и апробирована программа социально-педагогического сопровождения «Я иду в пятый класс». После повторного исследования уровня адаптации было обнаружено, что результаты экспериментальной группы значительно улучшились по уровню тревожности по сравнению с контрольной группой. В результате внедрения программы обнаружилось снижение уровня стресса, испытываемого учениками пятого класса при изучении различных предметов; уменьшилось количество учеников пятого класса, испытывающих трудности с адаптацией к школе; повысились коммуникативные навыки учащихся пятого класса и т.д.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андриенко, Е. В. Социальная психология : учебник / Е. В. Андриенко. – Москва : Академия, 2011. – 263 с. – ISBN 978-5-44-680137-4
2. Андреева, Г. М. Социальная психология : учебник / Г. М. Андреева. – Москва : Аспект-Пресс, 2017. – 363 с. – ISBN 978-5-7567-0827-1.
3. Балакирева, Н. А. Социально-психологическая работа с агрессивными подростками методами арт-терапии в условиях общеобразовательного учреждения / Н. А. Балакирева // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 5. – С. 258-261.
4. Басов, Н. Ф. Социальная работа / Н. Ф. Басов ; под редакцией профессора Н. Ф. Басова. – Москва: Дашков и К°, 2020. – 352 с.
5. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология : учебник / А. К. Болотова, А. Н. Молчанова..– Санкт-Петербург : ПИТЕР, 2018.– 512 с. – ISBN 978-5-4461-0665-3.
6. Бодалев, А. А. Восприятие человека человеком / А. А. Бодалев. – Москва : Энциклопедист-Максимум; Санкт-Петербург : Мирь, 2018. – 240 с.
7. Воскресенко, О. А. Адаптация пятиклассников : особенности, факторы, педагогическое обеспечение успешности / О. А. Воскресенко // Общество : социология, психология, педагогика. – 2020. – № 84. – С. 194-198.
8. Волков, Б. С. Возрастная психология : учебное пособие / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – Москва : Академический Проект, 2020. – 668 с. – ISBN 978-5-8291-2567-7.
9. Гениатулина, И. Ю. Помощь психолога в адаптации пятиклассников / И. Ю. Гениатулина // ИД «Первое сентября»: [сайт]. – 2022. – 1 нояб. – URL: <http://festival.1september.ru/articles/501832/> (дата обращения: 01.11.2022).
10. Головин, С. Ю. Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – Москва : Харвест, 2009. – 800 с. – ISBN 985-433-167-9.

11. Гуслова, М. Н. Инновационные педагогические технологии / М. Н. Гуслова. – Москва : Академия, 2021. – 320 с.
12. Дербенев, Д. П. Социальная адаптация подростков / Д. П. Дербенев // Социальный журнал. – 2007. – № 1. – С. 23-24.
13. Дикая, Л. Г. Психология адаптации и социальная среда. Современные подходы, проблемы, перспективы / Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев, В. В. Бодров – Москва : ПЕР СЭ, 2022. – 620 с.
14. Долгова, В. И. Инновационные технологии практического психолога в образовании : учебно-методическое пособие // В. И. Долгова. – Москва : Перо, 2020. – 134 с. – ISBN 978-5-906862-32-7.
15. Дубровина, И. В. Психология : учебник / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан. – Москва : Академия, 2021. – 496 с. – ISBN 5-7695-0189-8.
16. Жукова, О. Г. Адаптация младших школьников к обучению в основной школе / О. Г. Жукова // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2011. – № 2. – С. 76-85.
17. Камакина, О. Ю. Особенности социально-психологической адаптации школьников / О. Ю. Камакина // Общество : социология, психология, педагогика. – 2021. – № 8. – С. 192-196.
18. Коблик, Е. Г. Первый раз в пятый класс : программа адаптации детей к средней школе / Е. Г. Коблик. – Москва : Генезис, 2003. – 122 с.
19. Кокоренко, В. Л. Социальная работа с детьми и подростками / В. Л. Кокоренко, Н. Ю. Кучукова, И. Ю. Маргошина. – Москва : Академия, 2019. – 256 с.
20. Кон, И. С. Личность как субъект общественных отношений / И. С. Кон. – Москва : Знание, 1965. – 384 с.
21. Крайнова, Ю. Н. Адаптация школьников к обучению в среднем звене, как психологическая проблема / Ю. Н. Крайнова // Практическая психология и логопедия. – 2009. – № 1. – С. 51-54.

22. Крамаренко, Н. С. Адаптация детей к школе как психологическая проблема / Н. С. Крамаренко // Вестник университета российской академии образования. – 2007. – № 2. – С. 37-39.
23. Кузнецова, Г. В. Организация образовательного процесса для детей с проблемами школьной и социальной адаптации / Г. В. Кузнецова // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2005. – № 4. – С. 70-74.
24. Литвиненко, Н. В. Школьная адаптация: теория и практика: учебное пособие / Н. В. Литвиненко. – Оренбург : Оренбургская книга, 2021. – 266 с.
25. Маклаков, А. Г. Общая психология : учебник / А. Г. Маклаков. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 583с. – ISBN 5-272-00062-5.
26. Матвеева, О. А. Помощь в адаптации в средней школе: психолого-педагогическое сопровождение 5-6 классов / О. А. Матвеева, Е. А. Львова // Психологическая наука в образовании. – 2010. – №3. – С. 57-79.
27. Медведев, Г. П. Адаптация важнейшая проблема педагогики / Г. П. Медведев, Б. П. Рубин, Ю. Г. Колесников // Советская педагогика. – 1969. – №3. – С. 64-71.
28. Мудрик А. В. Социальная адаптация : учебник / А. В. Мудрик. – Москва : Академия, 2013. – 224 с. – ISBN 5-7695-0640-7.
29. Мухина, В. С. Возрастная психология : феноменология развития : учебник / В. С. Мухина, – Москва : Академия, 2019. – 656 с. – ISBN 9-785-76954136-0.
30. Немов, Р. С. Психология : учебник / Р. С. Немов. – Москва : КноРус. – 2020. – 718 с. – ISBN 978-5-406-00881-2.
31. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды / Ж. Пиаже, – Москва : София, 2008. – 378 с.
32. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 349 с.
33. Родионова, В. О. Социально-психологический тренинг как средство развития адаптационных возможностей учащихся общеобразовательной школы

при переходе от начальной к средней ступени обучения / В. О. Родионова, А. Н. Родионов // Мир науки. Педагогика и психология. – 2021. – № 4. – С. 103-114.

34. Ромм, М. В. Адаптация личности в социуме. Теоретико-методологический аспект / М. В. Ромм. – Новосибирск : Наука РАН, 2002 – 269 с.

35. Сафонова, Л. В. Содержание и методика психосоциальной работы / Л. В. Сафонова. – Москва : Академия, 2018. – 224 с.

36. Сергачева, Ю. О. Система работы классного руководителя по адаптации пятиклассников / Ю. О. Сергачева // Народное образование, 2009. – № 7. – С. 230-237.

37. Славутская, Е. В. Методы активного социально-психологического обучения в сопровождении подростков : учебное пособие / Е. В. Славутская. – Чебоксары : Чувашский государственный педагогический университет, 2018. – 121 с. – ISBN 978-5-7695-7079-7

38. Слободяник, Н. П. Я учусь владеть собой. Развивающая программа формирования эмоциональной стабильности. / Н. П. Слободяник. – Москва : Аркти, 2019. – 88 с.

39. Смелков, М. Ю. Теоретический анализ проблемы социальной адаптации в контексте социализации личности / М. Ю. Смелков // Вестник ЛГУ им. А. С. Пушкина. – 2011. – № 4. – С. 14-21.

40. Торохтий, В. С. Модели интеграции теории и практики социальной педагогики в деятельности образовательных учреждений / В. С. Торохтий // Педагогическое образование в России. – 2010. – № 1. – С.121-234.

41. Ульянова, Т. Л. Школьная дезадаптация и связанные с ней трудности в общении / Т. Л. Ульянова // Средняя школа. – 2011. – № 7. – С. 21-24.

42. Ушаков, Д. Н. Большой толковый словарь современного русского языка / Д. Н. Ушаков – Москва : Хит-книга, 2020. – 816 с. – ISBN 978-5-6043768-7-4.

43. Фельдштейн, Д. И. Психология младшего подростка / Д. И. Фельдштейн. – Москва : Просвещение, 2010. – 357с.
44. Цукерман, Г. И., Диагностика умения учиться / Г. И. Цукерман, Е. Н. Чудинова – Москва : Авторский клуб, 2018 – 180 с .
45. Эриксон, Э. Детство и общество / Э. Эриксон. – Санкт-Петербург : ПИТЕР, 2019. – 448 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

**Результаты диагностики по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс, Р. Даймонд)**

Испытуемый	Адаптивность	Деадаптивность	Принятие себя	Непринятие себя	Принятие других	Непринятие других	Эмоциональный комфорт	Эмоциональный дискомфорт	Внутренний контроль	Внешний контроль	Доминирование	Ведомость	Эскапизм
<b>5 «А»</b>													
1	156	6	60	0	30	0	30	0	54	0	12	6	6
2	5	42	6	29	5	29	0	52	0	9	5	7	3
3	161	12	66	0	36	6	38	6	61	10	18	6	0
4	107	124	24	36	9	36	13	37	12	42	0	33	15
5	118	99	28	24	15	39	10	36	17	42	4	29	29
6	145	12	58	5	32	8	28	8	56	3	10	5	4
7	136	83	27	22	15	23	27	22	48	25	9	27	11
8	126	101	30	40	18	26	24	30	35	28	5	31	9
9	139	81	32	31	17	30	29	29	40	27	10	26	13
10	164	6	64	0	35	3	37	0	63	5	18	4	0
11	159	10	52	2	28	4	31	4	67	2	10	6	5
12	154	10	52	28	4	31	0	34	1	57	0	15	5
13	17	87	27	24	10	8	14	18	4	15	4	2	10
14	125	102	21	39	21	21	23	27	48	25	7	25	12
15	144	11	48	4	26	1	30	0	65	8	14	5	8
16	135	96	33	30	15	19	27	27	52	30	6	30	14
17	152	13	54	2	30	0	36	3	67	4	15	6	5
18	152	13	54	2	30	0	36	3	67	4	15	6	5
<b>5 «Б»</b>													
1	142	18	56	5	34	6	32	7	74	0	10	7	0
2	133	89	44	23	16	13	28	28	50	26	12	24	20
3	127	104	29	32	12	19	25	31	44	32	10	26	21
4	122	106	31	36	13	24	23	32	49	29	14	19	19
5	135	85	47	22	11	18	26	24	52	25	12	24	21
6	136	84	44	29	10	20	26	22	50	20	8	28	19
7	142	21	42	6	33	0	34	9	66	3	13	4	6
8	124	104	28	38	10	16	24	33	49	31	7	29	11
9	118	98	25	32	13	41	12	37	18	40	5	28	27
10	126	94	40	31	12	24	27	29	56	31	11	25	10
11	141	12	46	8	35	0	30	0	50	7	11	7	5
12	122	104	32	33	13	23	23	31	54	24	13	23	17



Окончание приложения А

<b>Испытуемый</b>	<b>Адаптивность</b>	<b>Деадаптивность</b>	<b>Принятие себя</b>	<b>Непринятие себя</b>	<b>Принятие других</b>	<b>Непринятие других</b>	<b>Эмоциональный комфорт</b>	<b>Эмоциональный дискомфорт</b>	<b>Внутренний контроль</b>	<b>Внешний контроль</b>	<b>Доминирование</b>	<b>Ведомость</b>	<b>Эскапизм</b>
13	136	83	41	24	18	19	31	25	50	30	8	25	19
14	130	92	31	21	14	22	29	27	47	28	10	26	19
15	136	88	45	20	19	18	32	29	52	31	9	27	13
16	130	92	31	21	14	22	29	27	47	28	10	26	19
17	135	88	5	20	19	18	32	29	52	31	9	27	13
18	133	87	32	18	21	23	28	31	58	23	5	18	11
19	126	96	43	35	21	15	24	28	51	27	7	21	8
20	106	101	18	42	12	34	10	39	13	34	3	28	20

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

### Результаты диагностики по методике «Система мониторинга адаптации и результативности учебной деятельности школьников»

(авторы – Е.М. Александровская, Т. Громбах)

Испытуемый	Учебная активность	Усвоение знаний	Поведение на уроке	Поведение (активность) на перемене	Взаимоотношения с одноклассниками	Отношение к учителю	Эмоциональный комфорт	Эмоциональное благополучие	Итоговый балл
5 «А»									
1	2	4	5	3	2	1	0	5	22
2	5	2	3	2	5	2	0	2	21
3	1	2	3	0	3	4	3	2	18
4	1	2	3	4	2	4	3	1	20
5	1	2	5	3	0	2	5	3	21
6	1	2	5	5	3	2	1	4	23
7	1	3	2	2	1	5	2	3	19
8	2	3	4	2	5	1	2	3	22
9	1	1	3	3	1	3	2	2	16
10	1	3	4	0	5	3	3	0	19
11	1	1	2	2	2	4	3	4	19
12	1	1	5	4	4	3	0	4	22
13	1	2	2	2	1	3	4	5	20
14	2	5	4	2	5	2	3	2	25
15	4	1	1	4	4	1	3	0	18
16	5	4	3	3	5	1	2	2	25
17	5	1	4	2	3	0	3	3	21
18	5	1	4	2	3	0	3	3	21
5 «Б»									
1	4	1	5	5	4	4	3	2	28
2	1	5	4	5	1	1	2	2	21
3	1	4	2	2	1	2	5	4	21
4	5	1	4	3	3	4	3	5	28
5	5	5	4	2	2	3	4	5	30
6	3	4	4	2	5	2	4	3	27
7	5	4	2	6	4	0	3	2	26
8	1	0	5	4	1	2	4	3	20
9	5	4	5	5	4	5	3	3	34
10	2	4	4	4	3	5	5	5	32
11	1	2	5	4	3	0	3	0	18

Окончание приложения Б

<b>Испытуемый</b>	<b>Учебная активность</b>	<b>Усвоение знаний</b>	<b>Поведение на уроке</b>	<b>Поведение (активность) на перемене</b>	<b>Взаимоотношения с одноклассниками</b>	<b>Отношение к учителю</b>	<b>Эмоциональный комфорт</b>	<b>Эмоциональное благополучие</b>	<b>Итоговый балл</b>
12	5	5	5	4	4	5	5	4	37
13	1	3	5	4	2	1	4	2	22
14	4	3	5	2	4	5	2	5	30
15	4	3	5	5	4	2	3	5	31
16	1	2	3	2	4	2	5	4	23
17	5	5	4	2	3	1	5	5	30
18	4	5	5	2	1	5	2	3	27
19	4	5	4	5	4	3	2	2	29
20	1	5	3	4	5	2	4	3	26

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

### Результаты диагностики по методике «Диагностика уровня школьной тревожности» (автор – Б. Филлипс)

Испытуемый	Балл
5 «А»	
1	32
2	56
3	47
4	57
5	40
6	55
7	48
8	32
9	48
10	46
11	55
12	54
13	33
14	34
15	46
16	36
17	55
18	46
5 «Б»	
1	48
2	45
3	25
4	32
5	34
6	33
7	45
8	37
9	34
10	23
11	34
12	33
13	55
14	25
15	34
16	25
17	33
18	36
19	34
20	47

## ПРИЛОЖЕНИЕ Г

**Результаты диагностики по методике «Цветные письма»  
(автор – Т.А. Доброскокина (модификация теста М. Люшера))**

Испытуемый	Русский язык	Литература	Английский язык	История	Биология	ФЗК	ИЗО	География	Математика
5 «А»									
1	Blue	Green	Red	Purple	Brown	Brown	White	Blue	Yellow
2	White	Yellow	Yellow	Green	Black	Blue	White	Red	White
3	White	Green	Blue	Yellow	Black	White	White	White	White
4	Yellow	Red	Red	Yellow	Green	Brown	Brown	Brown	Brown
5	Yellow	White	Green	Green	White	White	White	White	Brown
6	Blue	Purple	Purple	Purple	Purple	Red	Red	Blue	Brown
7	Black	White	White	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Yellow
8	Black	Green	Blue	Red	Red	White	White	White	White
9	Brown	Green	White	Red	Red	White	Blue	White	Blue
10	Blue	Green	White	Brown	Brown	Black	Black	Yellow	White
11	Red	Green	Yellow	Purple	Purple	Purple	Purple	Yellow	Brown
12	Red	Green	Yellow	Green	Green	White	White	Yellow	Brown
13	Red	Blue	Red	Red	Blue	White	White	White	Brown
14	White	White	Red	Red	White	White	Blue	White	White
15	Yellow	Green	Purple	Purple	Red	Red	Red	Red	Blue
16	Yellow	Green	White	White	Red	Red	Red	Red	White
17	Yellow	Green	Blue	Black	Yellow	Green	Green	Green	Brown
18	White	White	Red	Red	Yellow	Green	Green	Green	Brown

Окончание приложения Г

Испытуемый	Русский язык	Литература	Английский язык	История	Биология	ФЗК	ИЗО	География	Математика
5 «Б»									
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									