

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель Министра образования  
Республики Беларусь

А.В.Кадлубай

« 07 » *сентября* 2021

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ УЧРЕЖДЕНИЙ  
ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ПРОЦЕССА  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ  
5-Х КЛАССОВ К ОБУЧЕНИЮ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ**

Школа – это социальный мир ребенка и маленькая модель общества. В школе ребенок апробирует и наблюдает различные модели поведения, вступает в коммуникации со сверстниками и взрослыми, разрешает конфликты. На основании получаемых мнений окружающих и собственных выводов, формирует представление о себе, складывается сложная самооценка. В школе ребенок учится организовывать и подчиняться, быть членом коллектива, соблюдать режимные требования и проявлять инициативу, отстаивать свое мнение. Именно в школе у каждого ребенка чаще всего складывается уникальный стиль поведения, который он будет демонстрировать в обществе. Если он инициативен и самостоятелен в школе, уважает себя и окружающих, то вероятно и во взрослом возрасте будет демонстрировать те же качества.

В процессе обучения в школе ребенок неоднократно переживает сложные ситуации и кризисные периоды, в ходе преодоления которых он вырабатывает новые социальные навыки. Переход из начальной школы в среднюю — это довольно сложный этап в его личностном и эмоциональном взрослении. Это этап изменений, затрагивающий не только личностные особенности ребёнка, но и все его психические функции и состояния

Поступление ребенка в пятый класс, переход от младшей к средней школе – ответственный и важный период в жизни каждого школьника. Это обусловлено изменением учебной и социальной ситуации, которая ставит перед учеником качественно новые задачи по сравнению с начальной школой. Поэтому обеспечение успешной адаптации ребенка к системе обучения в среднем звене способствует перспективности дальнейшего его личностного развития.

## **Психологические и физиологические особенности детей 10–11 лет**

В пятый класс переходят дети в возрасте 10–11 лет. Возраст детей пятого класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому.

Психологически этот возраст связан с постепенным обретением **чувства взрослости** – главного личностного новообразования младшего подростка.

Чувство взрослости – особая форма самосознания, возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром. «Чувство взрослости» проявляется в потребности равноправия, уважения и самостоятельности, в требовании серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых и зачастую выражается в негативизме – стремлении противостоять любым предложениям, суждениям взрослых. Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность этой потребности обостряет негативные черты подросткового кризиса. Чувство взрослости младших подростков не подкрепляется реальной ответственностью.

Важнейшим содержанием психического развития подростков становится **развитие самосознания**, возникает интерес к собственной личности, к выявлению своих возможностей и их оценке. В развитии познания окружающей действительности наступает период, когда объектом глубокого изучения становится человек, его внутренний мир. Интерес к себе, к собственной психической жизни и к качествам своей личности рождает потребность сравнивать себя с другими, оценить себя, разобраться в своих чувствах и переживаниях. На основании развивающихся рефлексивных способностей, формируется самооценка. Самооценка часто носит негативный характер. Для ребенка младшего подросткового возраста чрезвычайно важно мнение других людей о нем и о его поступках, особенно мнение одноклассников и учителей. Постоянный страх не соответствовать ожиданиям окружающих приводит к тому, что и способный ребенок не проявляет в должной мере свои возможности.

Происходит постепенная смена ведущей учебной деятельности (что было характерно для младшего школьника) на ведущую деятельность общения. Снижается мотивация учения. Младший подросток ориентирован на установление доверительно-дружеских отношений со сверстниками. В дружбе происходит моделирование социальных взаимоотношений, усваиваются навыки рефлексии последствий своего или чье-то поведения, социальные нормы взаимодействия людей, нравственные ценности. Познание другого,

похожего на меня, дает возможность как в зеркале увидеть и понять свои собственные проблемы. Умственная активность подростков высока, но способности будут развиваться только в деятельности, вызывающей положительные эмоции; успех (или неуспех) существенно влияет на мотивацию учения. Оценки играют важную роль в этом: высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. Совпадение оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия подростка. В противоположном случае неизбежен внутренний дискомфорт, и даже конфликт.

В подростковом возрасте происходит **изменение характера познавательной деятельности**. Подросток становится способным к более сложному аналитико-синтетическому восприятию предметов и явлений. У него формируется способность самостоятельно мыслить, рассуждать, сравнивать, делать относительно глубокие выводы и обобщения. Развивается способность к абстрактному мышлению. Для подросткового возраста характерно интенсивное развитие произвольной памяти, возрастание умения логически обрабатывать материал для запоминания. Внимание становится более организованным, всё больше выступает его преднамеренный характер

Характерная особенность подросткового возраста – **половое созревание организма**. У девочек оно начинается практически с одиннадцати лет, у мальчиков несколько позже. Половое созревание вносит серьёзные изменения в жизнь ребёнка, нарушает внутреннее равновесие, вносит новые переживания, влияет на взаимоотношения мальчиков и девочек. Учитывая при этом физиологические особенности пубертатного возраста (рассогласование темпов роста и развития различных функциональных систем и т.п.), можно понять и крайнюю эмоциональную нестабильность подростков. В связи с тем, что внутренние силы организма направлены на физиологическое развитие, несколько снижаются интеллектуальные возможности ребенка, что может вести к снижению успеваемости.

*Таким образом, на этапе переходя в среднюю школу ребенок сопровождается не только внешними, но и внутренними изменениями. Многие поведенческие, эмоциональные способности, мотивационные и когнитивные проявления являются естественным результатом развития в данном возрастном периоде, а не признаком дезадаптации.*

### **Особенности новой социальной ситуации**

Начало обучения в пятом классе традиционно определяется как период адаптации учеников к новым условиям обучения.

Какие же новые социальные условия ожидают ученика?

Резкое изменение условий обучения, дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе.

Обучаясь в начальном звене школы, ученик преимущественно контактировал с одним учителем. Прежний постоянный учитель хорошо знал каждого ученика, его сильные и слабые стороны, учитывал индивидуальные особенности – например, особый темп деятельности, тревогу, связанную с ответом у доски, условия его жизнедеятельности и т.д. Понимал практически с полуслова.

В пятом же классе ученик сталкивается с учителями, которые его не знают. Он впервые оказывается в ситуации множественности требований, часто противоречивых. С новым учителем-предметником ученик может встречаться раз-два в неделю, и тут трудно рассчитывать на скорое понимание твоих особенностей и возможностей.

Сами учителя различаются в своей педагогической деятельности – особенностям организации урока, стилю общения, темпу речи, требованиям. Одному нравится, когда ученик при ответе высказывает собственное мнение. Другой, требует буквально придерживаться текста учебника. Один не придает особого значения аккуратному ведению тетради, другой постоянно снижает оценки за небрежность.

Практически каждый учитель средней школы считает, что в пятый класс ребенок пришел со сформированной способностью самостоятельно работать и на уроке и дома, находить дополнительную литературу.

И если ребенок научится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни

### **О феномене адаптации. Адаптация при переходе от начальной к средней школе**

Адаптация – процесс и результат согласования человека с окружающим миром, приспособления к изменившейся среде, к новым условиям жизнедеятельности, к структуре отношений в определенных социально- психологических общностях, установления соответствия поведения принятым в них нормам и правилам. Проще говоря, адаптация – это процесс приспособления человека к новым социальным условиям.

**Школьная адаптация** – процесс приспособления организма школьников к новым условиям жизнедеятельности, новому виду деятельности, новым нагрузкам, связанным с систематическим

обучением. Данный процесс длительный и имеет *физиологические, психологические и социальные аспекты*.

Процесс адаптации обычно в младшем подростковом возрасте длится от шести до восьми недель. На этом этапе дети могут демонстрировать расторможенность в поведении, эмоциональную нестабильность, замкнутость, демонстративность, негативизм и т.п. У большинства детей подобные проявления исчезают, как правило, через 2–4 недели после начала учебы. Однако есть дети, у которых процесс адаптации затягивается на 2–3 месяца и даже больше.

Одной из основных жизненных проблем образования является проблема адаптации к образовательному процессу: к новому коллективу, трудности в обучении, проблемы во взаимоотношениях со сверстниками, учителями и т.д.

Различные аспекты проблемы адаптации были предметом изучения как отечественных, так и зарубежных ученых (Ф. Александер, Г. Балл, Г. Бенедикт, Дж. Даллард, С. Максименко, М. Мид, Н. Миллер, В. Оржеховский Р. Сирс, Т. Френч и др.), однако до сих пор весьма неоднозначно определяются критерии измерения уровней адаптации, условия и психологические механизмы ускорения данного процесса на разных возрастных этапах и в различных сферах жизнедеятельности человека, недостаточно выяснены внешние и внутренние факторы адаптации, а также вопросы о том, как влияют индивидуально-психологические и личностные характеристики субъекта особенности его адаптации к новым условиям обучения и тому подобное.

Адаптация — это динамический процесс приспособления индивида к условиям новой среды, при последовательном достижении результатов: в обществе, коллективе, семье и по отношению к себе.

Таким образом, адаптация ребенка в учреждении образования или, другими словами, школьная адаптация — это процесс приспособления и изменения психики в условиях перехода к новой системе социальных условий, новым отношениям, новому режиму. В этот период происходит перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер.

Школьная адаптация учащихся при переходе из начальной в среднюю школу рассматривается как процесс взаимодействия личности пятиклассника и образовательной среды средней школы, к новым условиям, содержанию и форме обучения, в результате чего устанавливается оптимальное соотношение, с одной стороны, возможностей, склонностей, интересов, знаний, умений и навыков ребенка, полученных на предыдущих этапах обучения, воспитания и развития, с другой стороны, условий образовательной системы.

Психологический аспект адаптации – приспособление личности к образовательному процессу с учетом собственных мотивов и интересов.

*Этапы прохождения адаптации:*

ориентировочный, когда в ответ на комплекс новых воздействий, связанных с изменениями условий, все системы организма отвечают бурной реакцией и значительным напряжением. Эта «физиологическая буря» длится 2-3 недели.

неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит определенные оптимальные или близкие к оптимальным вариантам реакций на воздействие. «Буря» начинает утихать.

период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит оптимальные варианты реагирования на нагрузку, требует меньшего напряжения всех систем (до середины октября).

Качественная характеристика изменений у младших подростков в процессе адаптации к условиям обучения в средней школе представлены в работе А. А. Дзюбенко. Результаты показывают, что сами учащиеся 5-х классов считают, что в пятом классе для них стало свойственно:

- появление чувства тревоги, напряжения – 38%;
- появление чувства взрослости – 31%;
- изменений не произошло – 19%;
- завышение требований родителей – 18%;
- изменения в отношениях со сверстниками – 17%;
- потеря интереса к учебе – 12%;
- появление конфликтов с учителями – 11%;
- ухудшение самочувствия – 11%.

По данным исследования С. М. Дмитриевой, «психологическими особенностями адаптации пятиклассников к обучению в средней школе является повышенный уровень школьной тревожности; недостаточная учебная мотивация; несформированность адекватной самооценки».

Признаками успешной адаптации считают:

- пребывание в спокойном, уравновешенном состоянии;
- сдержанность, внимательность на уроках;
- удовлетворенность ребенка процессом обучения, преобладающее положительное отношение школьника к процессу учения, положительное оценивание своих действий, результатов собственных усилий;
- готовность к выполнению требований учителей без предварительного поощрения,
- адекватное восприятие оценок учителя,

- легкость и успешность усвоения программного материала, отсутствие серьезных трудностей в усвоении учебного материала;
- активность, внимательность во время учебной деятельности, сдержанность на уроках;
- достаточная самостоятельность ребенка при выполнении учебных заданий, обращение за помощью к взрослому только после попыток выполнить задание самостоятельно;
- подвижность в перерывах;
- положительное оценивание учеником собственных действий и результатов прилагаемых усилий общения с одноклассниками и учащимися старших классов,
- удовлетворенность ребенка межличностными отношениями со взрослыми и одноклассниками.

Установлено, что переход к новому звену в средней школе сопровождается переживанием учениками школьной тревожности, доминированием целого ряда эмоций: интерес, гнев, страх, печаль, стыд, отвращение, что особенно проявляется в ситуациях стресса, вызванного необходимостью демонстрировать свои умения, проверкой их знаний, общением с новыми учителями. В течение года эмоциональное состояние большинства учащихся существенно не улучшается, а личностная тревожность со временем даже обостряется. Новые условия обучения сказываются на особенностях рефлексии учеников, уровень которой в течение их обучения в 5-м классе не повышается. В общении с учителями возникают конфликты. Пятиклассники начинают менее добросовестно относиться к учебе, их учебная активность, уровень усвоения знаний, успеваемость в начале учебного года несколько снижается, но впоследствии постепенно восстанавливается. В то же время учебная мотивация младших подростков имеет тенденцию к снижению в течение их обучения в 5-м классе. Итак, с переходом в среднюю школу не все ученики легко адаптируются к новым условиям обучения.

Низкий уровень адаптации в средней школе может быть связан как с объективными изменениями в организации образовательного процесса, так и с личностными характеристиками, характерными для младшего подросткового возраста.

*К объективным изменениям* в организации образовательного процесса относятся новые формы организации учебной деятельности в средних классах:

1) сам факт перехода в среднюю школу, который выдвигает новые требования к ученикам, что подчеркивается учителями и родителями;

2) проведение уроков разными учителями (отсюда несогласованность, разнообразие и качественное усложнение требований со стороны учителей; отсутствие учета возрастных и индивидуальных особенностей участников образовательного процесса);

3) «кабинетная» система обучения;

4) увеличение учебной нагрузки (появление новых дисциплин, другой уровень преподавания материала (более теоретический), что требует нового типа мышления, увеличение количества уроков, ускорение интенсивности, внутреннего темпа урока, расширение объема учебной информации);

5) новые одноклассники (если ребенок изменил школу или в класс пришли новенькие).

Эти новые и довольно резкие изменения условий обучения в средней школе могут выступать причинами дезадаптации пятиклассников.

Критерии адаптации учащихся к образовательному процессу:

1. индивидуально-психологические (когнитивный компонент, эмоциональный компонент, поведенческий компонент);

2. социально-психологические (социометрический статус, эмоциональная экспансивность);

3. учебные достижения (мотивация к обучению, успеваемость в учебе).

*Когнитивный компонент* адаптации к образовательному процессу заключается в ознакомлении детей, и их родителей с особенностями организации образовательного процесса, спецификой и особенностям деятельности учебного заведения (режим, график занятий, критерии оценки и т.д.), где происходит адаптационный процесс.

Работа педагога-психолога по данной проблеме происходит в следующих направлениях:

- предоставление комплексной всесторонней информации всем участникам образовательного процесса;

- координация действий педагогов с целью соблюдения единых требований к детям.

Уровень адаптации по этому критерию заключается в том, насколько ребенок ознакомлен и выполняет нормы и правила поведения учебного заведения.

*Эмоциональный компонент* характеризуется: самооценкой волевых качеств, неадекватно завышенным или заниженным показателем самоуважения, самооценкой общей психической активности, личностной и ситуативной тревожности, доминированием эмоционально-



отрицательных или нейтральных отношений при моделировании стратегий жизненной перспективы.

Эмоциональный компонент адаптации к учебному заведению включает в себя общее эмоциональное состояние ребенка во время пребывания в учреждении образования.

*Поведенческий компонент.* Адаптация к образовательному процессу в поведенческой сфере состоит из следующих компонентов:

- социальное поведение (соблюдение правил поведения в учебном заведении, соответствие общепринятым нормам и т.д.);
- познавательная активность.

### **Школьная дезадаптация**

Исследование проблем школьной адаптации, причин и различных форм неуспеваемости учеников, нарушений взаимоотношений с окружающими привело к появлению нового термина «школьная дезадаптация». Школьная дезадаптация – потеря ребенком учебной мотивации, низкая успеваемость, конфликтность в общении с учителями и сверстниками, склонность к асоциальному поведению, низкая самооценка, доминирование негативного эмоционального самочувствия.

*Признаками дезадаптации у пятиклассников являются:*

- усталый внешний вид ребенка;
- скрытие эмоций, нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне;
- стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы;
- отказ или стойкое негативное отношение к посещению школы;
- резкое снижение успеваемости;
- нежелание выполнять домашние задания;
- отрицательные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;
- недовольство по поводу отношений с одноклассниками;
- страх перед учителем(учителями);
- жалобы на те или иные события, связанные со школой;
- расстройства психофизиологического характера (тревожный сон, тяжёлый подъём по утрам, частая головная боль, вялое состояние, хронически протекающая усталость), причем могут проявляться какие-то определенные либо весь комплекс расстройств;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Нарушение процесса адаптации ребенка к новым условиям обучения проявляется в дезадаптивном поведении, которое бывает двух типов:

- поведение агрессивного типа. Оно может проявляться как атака на препятствие, как агрессия, которая может быть направлена на самого себя или на окружающих (употребление ненормативной лексики, курения, побеги из дома и школы без разрешения, нарушение норм морали, поведения и др.)

- бегство от ситуации. При этом ребенок сосредоточивается на собственных переживаниях: самокопание, самообвинение; дети имеют тревожно-депрессивные проявления, пониженную способность к позитивной оценке своей деятельности и т.д.

#### ***Виды школьной дезадаптации пятиклассников.***

##### Интеллектуальная:

- низкий уровень развития мышления;
- несформированность познавательной мотивации;
- несформированность учебных умений и навыков.

##### Поведенческая:

- несоответствие поведения ребенка правовым и нравственным нормам (конфликтность, агрессивность, недисциплинированность, асоциальность).

##### Коммуникативная:

- затруднения в общении со сверстниками и взрослыми (чрезмерная замкнутость или чрезмерная зависимость).

##### Эмоциональная:

- тревожность и переживания по поводу посещения школы;
- страх перед учителем.

#### **Модель организации деятельности педагога-психолога по психологическому сопровождению процесса адаптации в 5 классе**

Работу педагога-психолога по адаптации пятиклассников к условиям обучения в средней школе необходимо начинать на этапе окончания учениками начальной школы.

Педагог-психолог во втором полугодии (февраль-март) изучает психологическую готовность учащихся 4-х классов к обучению в 5 классе.

Непосредственно психологическое сопровождение процесса адаптации происходит в начале нового учебного года.

Основными целям сопровождения процесса адаптации являются содействие формированию эмоционального благополучия детей в классных коллективах, подготовка родителей и учителей к поддержке обучающихся и оказание психолого-педагогической помощи и поддержки дезадаптированным ученикам.

Главной задачей психологического сопровождения адаптационного процесса пятиклассников к условиям обучения в средней школе является не приспособление ребенка к ситуации обучения, а обеспечение дальнейшего поступательного развития и психологическое благополучие. Успешность процесса адаптации достигается внедрением программ комплексного психолого-педагогического сопровождения этого процесса в сотрудничестве психолога, социального педагога, учителей и родителей.

Существуют и определенные риски и препятствия при реализации модели. К ним можно отнести:

отсутствие / неэффективное сотрудничество педагога-психолога и педагогических работников (классный руководитель, учителя-предметники, администрация);

слабая преемственность между начальной и средней звеньями школы;

игнорирование возрастных особенностей детей 10–11 лет;

механическое перенесение методов обучения и форм взаимодействия со старшими школьниками на учеников 5-го класса.

#### Примерный алгоритм деятельности педагога-психолога

Этап работы	Задачи психологической деятельности	Сроки реализации
Предварительный	• изучение психологической готовности учащихся 4-х классов к обучению в 5 классе.	Февраль
	• подготовка к проведению и участие в психолого-педагогическом консилиуме по вопросу «Готовность выпускников начальной школы к дальнейшему обучению в средней школе».	Март
	• проведение коррекционных и развивающих занятий с целью подготовки учащихся 4 класса к обучению в 5 классе; консультирование педагогов по вопросам обеспечения преемственности между начальной и средней звеньями обучения.	Апрель
	• обобщение результатов работы по готовности учащихся 4 класса к обучению в средней школе и оформления соответствующих выводов для учета в дальнейшей работе.	Май

Основной	<ul style="list-style-type: none"> <li>• планирование, программирование, проектирование деятельности (составление и представление плана работы на учебный год);</li> <li>• оформление информационных материалов (стенды, папки), и материалы для выступлений на педагогическом совете, родительских собраниях;</li> <li>• подготовка диагностических материалов.</li> </ul>	Август
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• психологическое сопровождение адаптации учащихся к образовательному процессу (учащиеся 5-х классов);</li> <li>• осуществление просветительской, развивающей работы с учащимися, которые требуют внимания в адаптационный период (пятиклассники)</li> <li>• проведение консультаций для классных руководителей, учителей, родителей, с целью обеспечения успешной адаптации учащихся к образовательному процессу.</li> </ul>	Сентябрь
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• психологическое сопровождение адаптации учащихся 5 класса к образовательному процессу;</li> <li>• подготовка к проведению и участие в психолого-педагогическом консилиуме по вопросу «Адаптация учащихся к условиям обучения в средней школе»;</li> <li>• составление аналитических справок по результатам проведенной диагностики;</li> <li>• осуществление просветительской, развивающей работы с учащимися, которые требуют внимания в адаптационный период (пятиклассники).</li> </ul>	Октябрь
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проведение профилактических мероприятий, направленных на ознакомление учащихся с нормами и правилами школьной жизни;</li> <li>• составление аналитической справки по результатам проведенной диагностики.</li> </ul>	Октябрь- ноябрь
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• коррекционно-развивающая работа с учащимися, которые обнаружили низкий уровень адаптации к образовательному процессу в средней школе;</li> </ul>	Декабрь

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• углубленная повторная диагностика учащихся с низким уровнем адаптации к образовательному процессу.</li> </ul>	
Контрольно-рефлексивный	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проводится сравнительный анализ первого и второго обследования;</li> <li>• определяется степень эффективности процесса адаптации, корректируется план работы на следующий год.</li> </ul>	Декабрь-январь

### Психологическое сопровождение адаптации пятиклассников

**Работа с классным коллективом.** Трудно переоценить значение классного коллектива для каждого учащегося. Содержание работы классного руководителя и специалистов социально-педагогической и психологической службы (далее – СППС) в классных коллективах по формированию эмоционального благополучия зависит от степени устойчивости состава класса. Если класс в полном или почти полном составе переходит из четвертого в пятый, то можно предположить, что особых сложностей в поддержании эмоционального климата не будет. Коллектив уже сформирован, обладает устойчивой структурой и системой взаимодействия.

Однако с первых дней обучения нужно планировать и проводить мероприятия, направленные на знакомство с классным руководителем и дальнейшее сплочение учеников в коллективе. И в этом основная роль принадлежит классному руководителю. Приемы и методы при этом и просты, и сложны. Интересуются компьютерными играми — попытаемся провести «интерактивный марафон» «Делай как я, делай лучше меня!» Увлечлись граффити (росписью стен) — проведем конкурс на лучший настенный рисунок. Появились новые спортивные увлечения — организуем мастер-класс для сверстников. Есть детский чат для общения – принимаем в нем участие и подкидываем инициативы. Всегда хороший эффект имеют участие в походах, экскурсиях по интересным местам. Главное при этом, чтобы педагогическое воздействие было «вторично», а подростковая инициатива – «первична». Задача учителя — найти в подростках данного конкретного коллектива скрытые возможности: их желания, потребности, интересы, способности и воплотить их в социально значимую деятельность.

*К задачам педагога-психолога относятся:*

проведение диагностики межличностных и межгрупповых отношений в классе;

выявление детей, не имеющих устойчивых контактов примерно через одну-две недели после начала второй четверти. Традиционно в этих целях используют метод социометрии. С помощью социометрии также можно судить о социально-психологической совместимости членов группы;

планирование и проведение работ по выявлению причин дезадаптации и оказание учащимся психологической помощи в случае выявления детей, не имеющих устойчивых контактов, т.н. «изгоев».

Большой комплекс работ проводят специалисты СППС во вновь сформированных коллективах. Уже в начале первой четверти необходимо провести тренинговые занятия на углубленное знакомство детей друг с другом, психологические игры на сплочение. И также во второй четверти обязательно проведение социометрии. В целом, сопровождение адаптации пятиклассников во вновь созданных коллективах может напоминать психологическое сопровождение процесса адаптации к первому классу (по этапам работы педагога-психолога).

#### *Подготовка педагогов и родителей к поддержке обучающихся и оказание психолого-педагогической помощи*

Учителя средней школы часто отмечают, что дети приносят из начальной школы низкий уровень развития речи, не отвечающую требованиям средней школы способность к умозаключениям у большинства учащихся, слабое развитие навыков самостоятельной работы, стремление работать на низком уровне сложности и т.п. Родители меньше помогают своим детям, ссылаясь на их «взрослость». Педагоги средней школы отмечают также недостаточность своих собственных знаний о психологических особенностях детей на пороге отрочества, проблемы установления отношений в партнерском ключе. По мнению педагогов, адаптацию затрудняет также низкая согласованность между учителями-предметниками в отношении объема домашних заданий, учета сложности учебников и, самое главное, отсутствие, как правило, единства требований начальной и средней школы.

Все эти вопросы могут стать предметом обсуждения на консилиуме педагогов в начале учебного года. Педагогу-психологу целесообразно напомнить учителям предметникам об особенностях младшего подросткового возраста, учителям начальной школы можно рассказать об отдельных учениках, имеющих особенности учебной деятельности, социальной ситуации развития ребенка, в т.ч. о детях, живущих в приемных семьях, сиротах, имеющих хронические заболевания и т.п. Учителям предметникам обсудить объемы домашних заданий, приемах

поддержки детей, требующих особого внимания, способы взаимодействия друг с другом в сложных или конфликтных ситуациях и т.п.

Для родителей пятиклассников на родительских собраниях необходимо рассказать о том, как правильно поддерживать детей в период адаптации, разработать и раздать методические рекомендации или листовки. Принимать участие в родительских чатах, оперативно отвечать в них на вопросы родителей. Примерные рекомендации для родителей прилагаются.

#### *О поддержке дезадаптированных обучающихся*

Школьная дезадаптация – это психическое состояние ребенка, проявляющееся проблемами с дисциплиной, усвоением знаний, поведением, взаимоотношениями со сверстниками и взрослыми. По наблюдениям специалистов, количество дезадаптированных детей в пятом классе не превышает 5–10%.

Если ребёнок не получает помощи извне и не может справиться с ситуацией, он начинает психологически защищаться через асоциальные поступки: отказывается выходить к доске, идти с утра в школу, выполнять требования учителя или становится «клоуном» т. д.

Оказание психологической помощи дезадаптированным школьникам начинается с выявления причин дезадаптации, т.е. сбора информации по результатам наблюдения учителей, изучение социальной ситуации в семье, анализ развития ребенка и сбор анамнестических данных. А далее проводится психологическая диагностика. Подбор пакета тестов составляется на основании предварительной гипотезы о причинах дезадаптации.

Исходя из полученных результатов составляется программа коррекции, участниками которой являются родители, учителя, при необходимости врачи, специалисты центров коррекционно-развивающего обучения и реабилитации. В процесс коррекции активно вовлекается коллектив класса через вовлечение ребенка в активную совместную деятельность, специально для него организованные психологические занятия и игры.

### Список использованных источников

1. Александровская, Э. М. Социально-психологические критерии адаптации к школе / Э. М. Александровская. – М., 2008. – 153 с.
2. Безруких, М. М. Знаете ли вы своего ученика? / М. М. Безруких, С. П. Ефимова. – М. : Просвещение, 1991. – 176 с.
3. Божович, Л. М. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. М. Божович. – М., 2008. – 267 с.
4. Диагностика школьной дезадаптации : науч.-метод. пособие для учит. нач. кл. и школ. психологов. – М. : Социальное здоровее России, 1993. – 110 с.
5. Дорожевец, Т. В. Изучение школьной дезадаптации / Т. В. Дорожевец. – Витебск, 2005. – 182 с.
6. Коробкина, С. А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1, 5, 10 классы). Система работы с детьми / С. А. Коробкина. – М. : Учитель, 2021. – 261 с.
7. Крыжановская, Л. М. Методы психологической коррекции личности : учебник / Л. М. Крыжановская. – М.: Владос, 2015. – 239 с.
8. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология / И. Ю. Кулагина. – М.: Изд-во УРАО, 2007. – 176 с.
9. Кумарина, Г. Ф. Школьная дезадаптация: признаки и способы предупреждения / Г. Ф. Кумарина // Социальная педагогика. – 2007. – № 3. – С. 79–88.
10. Мухина, В. С. Детская психология / В. С. Мухина. – М. : ООО АПРЕЛЬ Пресс, 2000. – 352 с.
11. Обухова, Л. В. Возрастная психология / Л. В. Обухова. – М., 2006. – 72 с.
12. Общая психология: учеб. пособие для вузов / под ред. А. В. Петровского. – М., 2007. – 480 с.
13. Пономаренко, Л. П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе : метод. рекомендации для школ. психологов / Л. П. Пономаренко. – Одесса: Астра-Принт, 1999.
14. Шваб, Е. Д. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия / Е. Д. Шваб. – М. : Учитель, 2020. – 167 с.



**Примерная памятка родителям пятиклассников**

Уважаемый родитель

1. Помните, от вашего эмоционального и декларируемого отношения к школе, к процессу учения во многом зависит эмоциональное благополучие вашего ребенка в школе, его желание учиться, дружить с одноклассниками, принимать своих учителей.

2. Не связывайте свою любовь к ребенку с успешностью в учебной деятельности. Ваши ожидания от его успехов в школе должны соответствовать его интеллектуальным и физиологическим возможностям.

3. Наблюдайте за ребенком, за эмоциональным состоянием, сном, соматическим состоянием.

4. Интересуйтесь школьной жизнью ребенка и смещайте фокус своего внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, экскурсий.

5. В случае изменения эмоционального фона ребенка, появления тревожности, замкнутости и т.п. обращайтесь к школьному психологу. Ваши наблюдения в семье помогут психологу более адресно составить направления коррекционной работы с Вашим ребенком.

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

7. Исходя из особенностей деятельности ребенка, вместе с ним составьте распорядок дня. Планируйте время на свободное общение со сверстниками, контролируйте пребывание ребенка в социальных сетях.

8. Помогайте ребенку первое время выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

9. Посещайте школьные мероприятия. Это важно для ребенка.