

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №9 им. К.Х. Нехая»
а. Вочепшия

Семинар для учителей, работающих в 5-ых классах

***«Адаптация учащихся
5-ых классов
к условиям обучения
в средней школе»***

педагог- психолог

МБОУ «СОШ №9» а.Вочепшия

Куб Асъет Хизировна

2022г.

«Адаптация учащихся 5-ых классов к условиям обучения в средней школе»

Цель: создание условий для успешной адаптации пятиклассников к новым условиям обучения.

Задачи:

1. Информирование учителей о возрастных особенностях пятиклассников, трудностях, возникающих у детей в 5-ом классе в период адаптации.
2. Обучение навыкам распознавания тревожных и оказания им поддержки, выработка мер профилактики дезадаптации.

Участники: все учителя, работающие в параллели 5-ых классов.

Срок проведения: август – 1 неделя сентября.

Необходимые материалы: листы бумаги, маркеры, ручки, «Карта возрастных особенностей пятиклассников», памятки «Как помочь ребёнку преодолеть тревожность?»

Методы работы: мини-лекция, мозговой штурм, работа в группах, практические упражнения.

ХОД СЕМИНАРА

1. Вступительное слово ведущего

Мини-лекция о трудностях, возникающих у школьников в связи с переходом из начальной школы в среднюю.

В настоящее время в психолого-педагогической литературе возрастает интерес к проблеме преемственности обучения при переходе учащихся из начального звена в среднее. Отмечается, что сам по себе этот возрастной период не несет в себе какой-либо психологической или педагогической опасности. Его «проблемность» связана с тем, что на рубеже 4-го и 5-го классов учеников ожидает резкая смена ситуации обучения – появляются новые учителя и новые разнообразные требования, новые предметы, новые кабинеты, из самых старших в начальной школе дети превращаются в самых маленьких и т.п.

Переход из начальной школы в среднее звено традиционно считается одной из наиболее сложных педагогических (не сугубо психологических) проблем, адаптация в 5-ом классе – одним из труднейших периодов школьного обучения. Состояние детей в этот период с психолого-педагогической точки зрения характеризуется низкой организованностью, учебной рассеянностью и недисциплинированностью, снижением самооценки, повышением школьной тревожности. Поэтому большое значение приобретает психолого-педагогическое сопровождение благополучного перехода в среднее звено, которое включает в себя диагностику готовности к нему, с одной стороны, и создание условий для развития необходимых качеств у детей «группы риска», с другой.

Пятиклассники- существа совершенно особенные. Во многом – по духу, интересам, манере поведения – они схожи с учениками начальной школы. «Идейно» же, а также по своему объективному статусу, они стремятся присоединиться к старшеклассникам.

Все учебные и внеучебные мероприятия должны строиться с учётом их «маргинального» положения. В некоторых случаях их можно присоединить к начальной школе (в качестве самых старших консультантов, помощников). Иногда включать в мероприятия средней школы, но при этом помнить, что конкуренцию им сложно выдержать.

Задача педагогов – создать такие условия для пятиклассников, которые облегчили бы их адаптацию в средней школе. О неблагополучии пятиклассников будут свидетельствовать различные проявления тревожности, которая представляет собой основную характеристику нарушения школьной адаптации.

2. Разогрев участников, активизация внимания

Упражнение «Считалочка»

Участники образуют круг. Группе необходимо посчитать вместе числа от одного до пятидесяти. Но существуют правила: вместо 7 или любого числа, кратного 7, нужно хлопнуть в ладоши. При ошибке (называние числа, делящегося на 7) счёт начинается заново. Если кто-то хлопнул в ладоши при обозначении числа, не кратного 7, группа продолжает счёт, но в обратном порядке от «прохлопанного» числа до 1.

3. Мозговой штурм» «Какой он – пятиклассник?»

В течение одной минуты учителя размышляют над вопросом «Каковы основные особенности пятиклассников?» Высказывания фиксируются на доске.

После высказываний учителей ведущий дает информацию о психолого-педагогических особенностях детей 5-го класса.

Психолого-педагогические особенности переходного этапа в развитии и образовании ребенка (10–12 лет)

4–6 класс, то есть 10–12-летний возраст, пограничный между детством и отрочеством, – вот пространство и время педагогических действий по организации постепенного, плавного перехода от начальной к основной ступени образования. Такой длинный переходный интервал выделен в связи с тем, что необходимо избежать совпадения двух кризисов, один из которых связан со спецификой переходного периода (возрастной кризис), а другой – с ошибками в организации обучения (условно-педагогический кризис). Один из них провоцирует противоречия этого этапа развития ребенка «изнутри», а другой «извне». Важно кратко охарактеризовать существенные психологические особенности учащихся 5–6 классов: в связи с началом этапа полового созревания изменения происходят в познавательной сфере младшего подростка: замедляется темп их деятельности, на выполнение определенной работы теперь школьнику требуется больше времени. Дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающие, бывают раздражены, капризы, их настроение часто меняется. Это является причиной замечаний, наказаний, приводит к снижению успеваемости и конфликтам во взаимоотношениях. Учитель должен знать, что все эти особенности объективны и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учебу, если педагог найдет целесообразным щадящие методы и формы взаимодействия.

Учитывая это, необходимо постепенно вводить новое содержание и новые формы организации учебной работы учащихся. Например, по мнению многих учителей-предметников, учебная несамостоятельность выпускников начальной школы обнаруживается прежде всего в работе с текстами. В начальной школе преобладает устная работа, развертывающаяся как диалог, в основе которого лежит общеклассная работа с учебником. Работа с другими письменными источниками информации в начальной школе еще по-настоящему не развернута и поэтому вызывает трудности. Кроме этого, основные тексты, с которыми знакомятся младшие школьники, – это художественные тексты или научно-популярные статьи (описания), апеллирующие главным образом к воображению и памяти маленьких читателей. В основной школе появляются тексты (письменные и устные), содержащие не только конкретную описательную информацию, но и развернутые рассуждения, описания способов анализа и обобщения фактов, разные трактовки и выводы,

которые можно сделать на основе тех или иных эмпирических данных. Такое резкое изменение жанра средств обучения и характера учебного общения с неизбежностью приводит многих детей к трудностям понимания учебного содержания, к нарушению взаимодействия в системе «учитель–ученик».

Говоря о психологических особенностях школьника 10–12 лет, необходимо кратко остановиться на тех возрастных особенностях, которые в лучшем случае игнорируются при построении образовательной среды для 4–6 классов, а в худшем – служат почвой для возникновения конфликтов между учителями и учениками.

«Чувство взрослости», не подкрепленное еще реальной ответственностью, – особая форма самосознания, возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром. «Чувство взрослости» появляется в потребности равноправия, уважения и самостоятельности, в требовании серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых. Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность этой потребности обостряет негативные черты подросткового кризиса. Если школа не предлагает ученикам средств реализации их чувства взрослости, оно все равно проявится, но самым невыгодным образом – уверенностью подростка в учительской несправедливости и необъективности.

Склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает свой собственный авторский замысел. Если учитель контролирует только качество «продуктов» учебной работы школьников и не находит места для оценки детского творчества, инициативы, самостоятельности, то процесс учения теряет для ученика свою актуальность и привлекательность.

Стремление экспериментировать, используя свои возможности, – едва ли не самая яркая характеристика младших подростков. Если школа не предоставляет ученикам культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме – в экспериментах со своей внешностью. Протекание школьной жизни учеников 5–6 класса осложняется еще и неоправданными требованиями, которые начинают предъявлять подросткам учителя, привыкшие работать в старших классах. Это недопустимо по меньшей мере по трем причинам:

– Содержание учебных курсов основной школы выстраивается системно, что предполагает хорошо развитое теоретическое мышление подростков. Однако такое мышление находится в этом возрасте лишь на начальном этапе своего развития, до сих пор ученик работал лишь с отдельными единичными понятиями, лишь с некоторыми понятийными связями. Поэтому опасна тенденция перегрузки новыми понятиями пятиклассников–шестиклассников. Новые научные термины и понятия нужно вводить постепенно, на основе имеющихся представлений и общих ориентировок школьников в ходе их разнообразной практической деятельности.

– Высокая планка требований в основной школе к самостоятельности, ответственности и инициативности школьников, особенно в ситуациях свободного выбора индивидуальных учебных траекторий, порой не учитывает возрастные особенности младших школьников и угрожает эмоциональному благополучию большей части обучающихся. Поэтому так важно работать с учащимся в «зоне его ближайшего развития», что означает помочь и поддержку учителя в тех случаях, когда школьник еще не может самостоятельно решить данную учебную задачу. «Открытая» помощь постепенно переходит в косвенную, что дает ученику шанс самостоятельно выполнить задание. Это и обеспечит развивающий эффект обучения.

– Сообщество взрослых ожидает от подростков способности понимать других людей и сосуществовать с ними на принципах равноправия и терпимости. Эта способность человека называется децентрацией, именно она создает условия для возможного понимания человека другой культуры, другой эпохи, другого мировоззрения. У младших школьников она только начинает формироваться – теперь, в подростковом возрасте, при умелом построении

учебного диалога она может окрепнуть и стать личностным образованием. Но развитие этой способности не терпит суеты, требует осторожности и ненавязчивости. Речь идет о создании учебных ситуаций, которые учат подростков принимать разные точки зрения, прежде всего – высказанные авторами учебников и учебных хрестоматий.

4. Упражнение «Ассоциации»

Поразмышляйте в течение минуты и ответьте на вопрос «Какие у вас возникают ассоциации, когда вы слышите слово «адаптация»?

Психолог подводит итог и дает определение слову «адаптация».

В самом распространенном своем значении адаптация понимается как привыкание к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности.

Анализ литературы показал, что в теоретическом осмыслении процесса адаптации можно выделить четыре ее вида:

- физиологическая (взаимодействие различных систем организма),
- биологическая (изменение в обмене веществ и функциях органов соответственно жизненному значению воздействий),
- психологическая (приспособление человека к условиям, задачам на уровне психических процессов, свойств, состояний),
- социально-психологическая (приспособление к взаимоотношениям в новом коллективе). Эти виды адаптации взаимодействуют и могут проявляться одновременно.

В **физиологической адаптации** (М.М.Безруких и др.) выделено три основных этапа: ориентировочный, этап неустойчивого приспособления, период относительно устойчивого приспособления. Продолжительность всех трех фаз адаптации приблизительно 5-6 недель, т.е. этот период продолжается до 10-15 октября, а наиболее сложными являются первая - четвертая недели.

Биологическая адаптация во многом определяется состоянием здоровья ребенка, и по степени приспособленности к школе различают группы детей, проявляющих легкую адаптацию, адаптацию средней тяжести и тяжелую (С.М.Громбах, А.Г.Хрипкова, М.В.Антропова и др.). При легкой адаптации состояние напряженности функциональных систем организма ребенка компенсируется в течение первой четверти. При адаптации средней тяжести нарушения самочувствия и здоровья более выражены и могут наблюдаться в течение первого полугодия. У части детей адаптация в школе происходит тяжело. При этом значительные нарушения в состоянии здоровья нарастают от начала к концу учебного года.

Состояние здоровья ребенка и изменение его показателей под влиянием учебной нагрузки – один из основных критериев, характеризующих протекание адаптации к систематическому обучению.

Психологическая адаптация тесно связана с психологической готовностью ребенка к обучению.

Еще один аспект психологической адаптации: тип педагогического взаимодействия учителя с детьми. В процессе воспитания и обучения психологи выделяют учебно-дисциплинарную и личностно-ориентированную модели педагогического общения. Свидетельством успешной адаптации служит, с одной стороны, продуктивность в учебной деятельности, с другой – внутреннее состояние ребенка, его эмоциональное самочувствие, наличие или отсутствие внутренней напряженности.

Социально-психологическая адаптация рассматривается с позиции воздействия на ребенка не только среды, но и обратного: он сам меняет социальную – психологическую ситуацию. Поэтому адаптироваться приходится не только ребенку к классу, к своему месту в школе, к учителю, но и самим педагогам к новым для них воспитанникам.

Таким образом, под адаптацией мы понимаем не только привыкание ребенка к успешному функционированию в данной среде (приспособление к новой системе отношений, социальных условий, новым требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности

и т.д., причем, без серьезных внутренних потерь, ухудшения самочувствия, настроения, самооценки), но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию.

В исследованиях психолога А.В.Петровского адаптация рассматривается как особый момент в становлении личности, от которого в значительной степени зависит характер её дальнейшего развития.

5. Работа в группах «Портрет дезадаптированного ребёнка»

Педагоги делятся на группы и в течение 5 минут обсуждают признаки, АО которым можно распознать ребёнка, испытывающего трудности адаптации. Свои предложения фиксируют на листах бумаги.

Затем представители от групп выступают, называя выделенные ими признаки. Ведущий подводит итог.

Признаки возникшей дезадаптации школьника:

1. Усталый, утомленный внешний вид ребенка.
2. Нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне.
3. Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
4. Нежелание выполнять домашние задания.
5. Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
6. Жалобы на те или иные события, связанные со школой.
7. Беспокойный сон.
8. Трудности утреннего пробуждения, вялость.
9. Постоянные жалобы на плохое самочувствие.
10. Неадекватные поведенческие реакции на замечания и реплики учителя, грубость.
11. Нарушения во взаимоотношениях со сверстниками.
12. Снижение успеваемости, потеря интереса к учебе.

Ведущий раздает бланки «Экспертной оценки проявлений школьной тревожности».

6. Физкультминутка «Дотронься до голубого»

Участники встают. Им нужно найти какую-нибудь вещь голубого цвета, подойти и дотронуться до неё. Игра продолжается, ведущий предлагает участникам дотронуться до холодного, стеклянного, мягкого, мокрого и т.д.

7. Динамика работоспособности» (сообщение информации)

Физкультминутка снимает напряжение, уменьшает утомление, повышает работоспособность и продуктивность урока. Однако в среднем звене учителя часто не находят для неё времени. Механизм работоспособности имеет особую цикличность:

- 3-5 минут – врабатывание;
15-20 – оптимум;
с 20-ой минуты – утомление.

Урок необходимо строить с учётом графика работоспособности.

8. Работа в группах

«Способы оказания поддержки и помощи учащимся в период адаптации»

Группы получают задание: ответить на вопрос «Какую помощь и поддержку ребёнку для смягчения протекания адаптации могут оказать учителя?»

Можно группам задать разные вопросы: «Какую помощь детям могут оказать родители?» (классные руководители смогут использовать информацию для проведения родительского собрания).

Способы преодоления тревожности:

1. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
2. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
3. Доверяйте ребенку.
4. Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
5. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
6. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
7. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
8. Страйтесь делать ребенку меньше замечаний.
9. Используйте наказание лишь в крайних случаях.
10. Не унижайте ребенка, наказывая его.
11. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей. Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!».
12. Помогите ему найти дело по душе.

Методические и организационные условия, обеспечивающие успешную адаптацию пятиклассников

При определении школьной стратегии организации адаптационного периода педагогический коллектив должен обратить внимание на следующее:

Создать атмосферу доброжелательности, искренности, доверия.

Создавать ситуации, позволяющие проявлять учащимся инициативу, иметь право на ошибку и на собственное мнение.

Урок - основная, но не единственная форма организации учебного процесса учащихся в 5–6 классе. На уроке ученику предоставляется право работать в собственном темпе и получать задания в соответствии с уровнем обученности. Важно использовать другие формы организации обучения:

- экскурсии, цель которых расширение чувственного опыта детей, формирование умения наблюдать, на основе наблюдений самостоятельно делать выводы;
 - игру (дидактическую и ролевую), необходимую для развития умения действовать в соответствии с правилами, сотрудничать, предвидеть последствия своих действий и др.;
 - диспуты (дискуссии), с целью развития умения дискутировать, отстаивать свое мнение, приводить аргументы;
 - практические работы как необходимое условие развития умения планировать свою деятельность, ставить цели и реализовывать их, использовать полученные теоретические сведения в практической деятельности;
 - мини-лекции, с целью формирования умения концентрировать внимание, воспринимать со слуха достаточно длительный по времени текст, следить за логикой и последовательностью изложения учебного материала и др.
- Пятиклассники должны участвовать в обсуждении проблемных вопросов, ставить и доказывать выдвинутые предположения.

- Оценивать не только результат, но и процесс деятельности учащихся.
- Помимо устной дискуссии необходимо развивать письменную (уметь высказывать свое мнение)
- Предоставить учащимся возможность свободного выбора способов и источников информации, обучать умению работать с ними.
- Развивать рефлексивные умения учащихся – умение смотреть на себя со стороны.
- Создать эмоциональную обстановку в классе, близкую к начальной школе (доверительность, искренность, мягкость, оптимизм, возможность посоветоваться, пожаловаться, откровенно поговорить).

9. Упражнение «Подкрепление»

Это упражнение иллюстрирует значимость безоговорочного положительного отношения к ребенку. Процедура такова. Двое желающих выходят за дверь. Оставшимся дается инструкция задумать предмет из имеющихся в помещении и место, на которое активному участнику необходимо будет его перенести. Сложность упражнения заключается в двух моментах.

Во-первых, ни сам предмет, ни его новое место не называется напрямую, а ответы с уточнением на вопросы водящего носят завуалированный, расплывчатый характер.

Во-вторых, группе дается задание: первому игроку давать отрицательное подкрепление всех его слов и поступков (с помощью критики, негативных оценок отдельных его действий и личности в целом, пренебрежительной невербальной информации), а второму – положительное (используя слова поддержки, радости за успешные действия, уверения в пустячности совершенных неверных поступков, восхищения, комплиментов и т.д.).

Приглашаются активные участники, им дается задание: определить задуманный группой предмет и перенести его на другое место. Процедура совершается по очереди, отличаясь только в характере эмоционального подкрепления.

По окончании упражнения проходит групповое обсуждение, в котором возможность высказаться первым («выпустить пар») предоставляется активным участникам.

Вопросы для обсуждения

Как вы чувствовали себя в своей роли?

Какие чувства вызвала у вас реакция группы?

Как вы чувствуете себя сейчас?

Какие выводы вы можете сделать из этого упражнения?

Идеи, выносимые на обсуждение

Безусловно положительное приятие ребенка рождает доверие к миру, уверенность в себе и окружающих.

Психологическая поддержка – это способ выражения приятия.

С выданным за несколько минут шквалом отрицательного подкрепления первый игрок справился, так как понимал, что это игра. Ребенку такое количество негативных оценок выдается порциями растягивается на весь период пребывания в учебном заведении. Он не имеет другой информации о себе, других ресурсов, которые помогли бы ему справиться с переживаниями, таким образом, у ребенка может сформироваться устойчивое отношение как к неудачнику.

Но даже положительная оценка должна быть уместной. Мастерство педагога проявится не в том, чтобы всегда только хвалить ребенка, а в том, чтобы почувствовать, когда эта похвала и поддержка особенно необходимы ребенку.

10. Подведение итогов семинара

Ведущий просит участников высказать свои впечатления от семинара, отметить что было полезным, новым, интересным, какая информация была известной, пожелания на дальнейшую совместную работу.

Психолог раздает памятки «Правила техники оценочной безопасности», «Правила работы с тревожными детьми», «Методические и организационные условия, обеспечивающие успешную адаптацию».