

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 13
с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ школы № 13

с углубленным изучением английского языка

Невского района Санкт-Петербурга



____ Е.В.Харчилава

«30» августа 2016

**ПРОГРАММА адаптации учащихся 10-х классов ГБОУ школы № 13 с углубленным
изучением английского языка Невского района**

при переходе к обучению в старшей школе

Санкт-Петербург

2016

Адаптация учащихся 10-х классов к обучению в старшей школе

1. Пояснительная записка.

Как и любой другой переходный период, начало обучения в старшей школе имеет ряд специфических особенностей, связанных с адаптацией к обучению в 10 классе. Предполагается, что в 10 класс приходят учащиеся, которые в будущем планируют получение высшего образования, поэтому такая проблема как мотивация учения стоять не должна.

Важная проблема, нередко встречающаяся в 10-м классе – **установка «на продление моратория»**. После напряженного IX с его экзаменами, необходимостью принятия решения, где продолжить обучение и в преддверии напряженного периода окончания полной средней школы и поступления в ВУЗ, многие учащиеся «расслабляются», они, похоже, впадают в беззаботное детство: неожиданно на первый план выступает общение со сверстниками (как у подростков), снижается интерес к учебе, повышается к спорту, досугу и всему, что не учеба и не работа. Это можно понять. Более того, для многих такой мораторий необходим как отдых, как передышка. С другой стороны, опыт такого широкого взаимодействия с окружающей действительностью, даже опыт наслаждения новой «почти взрослой» жизнью, не связанной с одной только учебой, имеет огромное развивающее значение в этом возрасте.

И все же это хорошо лишь как временное явление. Если же формируется установка на такую жизнь или же школьник уже приходит в X класс с такой установкой, это может стать серьезной проблемой.

Важной составляющей успешной адаптации учащихся в X классе является социально-психологическая адаптация к новому коллективу. В современной школе редко кто продолжает обучение в X классе в том же классном коллективе, в котором учился раньше. Классный коллектив становится другим. А поскольку после IX класса уходят из школы чаще всего слабоуспевающие учащиеся, по средний интеллектуальный уровень в старшей школе должен оказаться сравнительно высоким. Повышаются требования, увеличивается учебная нагрузка. В результате бывший отличник может неожиданно для себя оказаться средним или даже слабым учеником, а бывший твердый «четверочник» - неуспевающим. Родители не всегда задумываются об этом, настаивая на учебе в каких-то престижных учебных заведениях, и часто не понимают, почему вдруг их вполне благополучный ребенок становится мрачным, подавленным или, напротив, злобным и агрессивным.

Дело в том, что при резкой смене критериев оценок, при потере привычного статуса в группе сверстников возникают значительные сдвиги в области самооценки, отношения к себе, происходит как бы разрыв преемственности в сфере основных переживаний человека, связанных с осознанием самого себя. Часто это ведет к развитию разного рода защитных механизмов, которые позволяют школьнику сохранить привычную высокую самооценку, привычное отношение к себе за счет искажения субъективного восприятия действительности и самого себя, что выражается внешне в неадекватном поведении, снижении конструктивности поведения, возникновении аффективных реакций, чувства подавленности, депрессии и прочих самых разных проявлений.

В старшей школе существенно меняется содержание учения как основного вида деятельности, оно становится частью предпрофессиональной подготовки. На первый план вновь и на новом уровне – выступают, с одной стороны- проблемы профессионального самоопределения: выбор будущей профессии, построение дальнейших образовательных планов, а с другой – проблемы, связанные с подготовкой к сдаче ЕГЭ. Последняя проблема оказывается настолько аффективно значимой, что подчас, особенно в последние месяцы школьного обучения затмевает все остальные.

Подводя итог сказанному, можно выделить основные составляющие успешной адаптации учащихся 10 классов к обучению в старшей школе:

- 1) Сознательный выбор образовательного маршрута.
- 2) Готовность физическая, психологическая, мотивационная к обучению в ситуации повышенной учебной нагрузки и предстоящей сдачи ЕГЭ.
- 3) Ощущение комфортности пребывания в школе.
- 4) Гармоничные отношения с окружающими (педагогами, одноклассниками, родителями).
- 5) Осознанный выбор будущей профессии и путей ее получения.

Основная часть

Цель: создание условий для успешной адаптации учащихся 10-х классов к обучению в старшей школе с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Задачи:

1. Исследовать состояние комфортности пребывания в школе учащихся 10-х классов с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и потребностей.
2. Исследовать степень соответствия учебной нагрузки возможностям учащегося.
3. Исследовать осознанность и мотивацию учебной деятельности в связи с переходом к новому виду основной деятельности - предпрофессиональной подготовке.
4. Удовлетворенность учащихся и их родителей качеством обучения, количеством и содержанием элективных курсов.
5. Исследовать самооценку качества школьной жизни десятиклассников.
6. Установить причины возможного дезадаптивного поведения и оказать помощь при необходимости коррекции образовательного маршрута.

Методы диагностики, участники исследования, исследуемые параметры.

Для предупреждения возможных негативных явлений необходимо проведение диагностической работы, целью которой является выявление десятиклассников, находящихся в «группе риска», чье дальнейшее обучение в 11 классе с обязательной сдачей Единого Государственного экзамена связано с трудностями, может быть непосильной нагрузкой для учащегося.

С этой целью проводится психологическое исследование процесса адаптации учащихся 10-х классов, в котором принимают участие учащиеся 10 классов и их родители.

Диагностическое направление включает пять диагностических блоков:

	Исследуемый параметр	Участники	Методы исследования
I	Уровня удовлетворенности психологическим климатом и комфортностью пребывания в школе учащихся 10-х классов, перешедших из средней школы в старшую школу	1. Учащиеся 10-х классов	Анкета для учащихся 10-х классов (См. Приложение №1)
		2. Родители учащихся 10-х классов	Анкета для родителей учащихся 10-х классов (См. Приложение №2)
II	Межличностные отношения учащихся в классе	Учащиеся 10-х классов	Анкета для учащихся 10-х классов (См. Приложение №1)
III	Отношение учащихся к учебным предметам	Учащиеся 10-х классов	Анкета для учащихся 10 классов (См. Приложение №1)
IV	Сформированность УУД	Учащиеся 10-х классов	Анкета для учащихся 10 классов (См. Приложение №1)
V	Соответствие учебной нагрузки возможностям учащегося	1. Учащиеся 10-х классов	Анкета для учащихся 10-х классов (См. Приложение №1)
		2. Родители учащихся 10-х классов	Анкета для родителей учащихся 10-х классов (См. Приложение №2)
VI	Сформированность и осознанность профессиональных намерений и	Учащиеся 10-х классов	Анкета для учащихся 10 классов (См. Приложение №1)

Поскольку в исследовании принимают участие учащиеся и их родители, дополнительным исследуемым параметром являются взаимоотношения между 10-классниками и их родителями, самоощущение десятиклассников, выразившееся в их оценке «качества школьной жизни».

Профилактическое направление предусматривает мероприятия по повышению социально-психологической и коммуникативной компетенции учащихся 10-х классов.

Основной идеей для осуществления успешной адаптации в старшей школе является повышение мотивации к получению желанной профессии. С этой целью целенаправленно смещается акцент с «учебной деятельности ради учебной деятельности» на «учебную деятельность как основу будущей профессии».

Поэтому профориентационному направлению уделяется большое внимание. Кроме того, работа с традиционными профориентационными тестами не только повышает осознанность профессионального выбора, но и является эффективной тренировкой к ставшим обязательными экзаменами в тестовой форме.

Психолого-педагогическое сопровождение учащихся 10-х классов:

- информирование родителей учащихся 10-х классов о возрастных особенностях, особенностях протекания адаптации к старшей школе,
- психолого-педагогическая поддержка учащихся, имеющих трудности в обучении и общении со сверстниками и педагогами, исследование причин этих трудностей, оказание помощи в их преодолении;
- проведение мероприятий по профилактике экзаменационного стресса;
- выявление несоответствия учебной нагрузки возможностям ребенка, оказание консультативной помощи в случае коррекции образовательного маршрута.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Деятельность по реализации программы предполагает:

- 1) повышение психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса (педагогов, учащихся, их родителей), участвующих в формировании комфортных условий адаптации десятиклассников;
- 2) раннее выявление признаков дезадаптации учащихся 10-х классов для проведения своевременных коррекционных мероприятий;
- 3) Активизацию профориентационной работы.
- 4) Повышение стрессоустойчивости, уверенности в своих силах, овладение приемами саморегуляции учащимися 10-х классов.

Приложения:

1. План мероприятий, направленных на оптимизацию процесса адаптации учащихся 10-х классов к обучению в старшей школе.
2. Анкета для учащихся 10-х классов.
3. Анкета для родителей учащихся.

Педагог-психолог ГБОУ школы № 13
с углубленным изучением английского языка

Л. А. Бородина

АНКЕТА для учащихся 10 классов

Просим вас ответить на вопросы нашей анкеты. Это поможет администрации и педагогам школы помочь нам решить все возможные проблемы.

- 1.Если тебе сейчас предложили продолжить обучение после 9-го класса, что бы ты выбрал:**
- а) Опять то же самое – 10 класс 13 школы
 - б) 10 класс другой специализированной школы
 - в) 10 класс другой школы с меньшим количеством учебных предметов
 - г) Среднее специальное учебное заведение, где есть возможность приобрести востребованную специальность и легче учиться.
 - д) Среднее специальное учебное заведение, дающее возможность без сдачи ЕГЭ продолжить образование в высшем учебном заведении.

2. Твое отношение к элективным курсам:

- 1) считаю, что выбор элективных курсов достаточно широк;**
- а) Да;
 - б) Нет;
 - в) Затрудняюсь ответить;
- 2) удовлетворяет содержание элективных курсов;**
- а) Да;
 - б) Нет;
 - в) Затрудняюсь ответить;

3. Твое отношение к учебным предметам

Учебный предмет	Отношение к учебному предмету						
	Люблю этот предмет и уроки	Хочу знать этот предмет	Заставляют заниматься по предмету	Не люблю этот предмет	Самый трудный для меня предмет	Самый нужный для моей будущей жизни предмет	Задают очень много домашних работ
Русский язык							
Литература							
Алгебра							
Геометрия							
Английский язык							
Французский язык							
Немецкий язык							
История							
Обществознание							

География							
Физика							
Химия							
ОБЖ							
Биология							

4. Соответствует ли твоим физическим возможностям уровень учебной нагрузки?

- ☐ а) не сильно устаю во время уроков, довольно легко справляюсь с домашними заданиями, и у меня еще остается свободное время;
- ☐ б) немного устаю во время уроков, но, отдохнув, выполняю домашние задания, и еще остается свободное время;
- ☐ в) устаю во время уроков, мне тяжело даются домашние задания, а свободного времени практически не остается.

5. Сколько времени ты тратишь на выполнение домашнего задания по предметам?

- а) 1–2 ч; б) 2–3 ч; в) 3–4 ч; г) более 4-х ч.

6. Когда ты выполняешь домашнюю работу по предметам?

- ☐ а) сразу после возвращения из школы;
- ☐ б) отдохну час-другой – и делаю;
- ☐ в) после 18.00;
- ☐ г) поздно вечером, жертвуя сном и отдыхом;
- ☐ д) я ее делаю редко.
- ☐ е) я ее вообще не делаю;

7. Связаны ли твои интересы (в учебе и внешкольных занятиях) с выбором будущей профессии?

- ☐ а) связаны очень тесно;
- ☐ б) связаны, но у меня четкого представления каким образом и в какой степени;
- ☐ в) никак не связаны.
- ☐ г) затрудняюсь ответить, так как еще не выбрал(а) будущую профессию

8. Как часто ты обращаешься к научной и справочной литературе, дополнительным источникам информации по учебным предметам, словарям?

- а) часто; б) иногда; в) никогда.

9. Ставишь ли ты в своей учебной работе задачи, выполнение которых требует кропотливой работы в течение многих дней?

- ☐ а) очень часто;
- ☐ б) иногда ставлю такие задачи, но редко выполняю их;
- ☐ в) не ставлю долговременных задач, так как едва справляюсь с текущими задачами.

10. Можешь ли ты делать неинтересную, но необходимую работу (например, выполнять длительные и скучные вычисления при решении задачи)?

- ☐ а) делаю такую работу спокойно, в том объеме, в котором это необходимо;
- ☐ б) иногда делаю, иногда бросаю на полпути;
- ☐ в) избегаю выполнения такой работы.

11. Можешь ли ты заниматься длительное время интеллектуальной работой,

предусматривающей понимание усвоение учебного материала, иногда даже жертвуя развлечениями и отдыхом:

- а) всегда, когда это необходимо; б) только иногда; в) никогда.

12. Можешь ли ты сказать, что родители понимают тебя, разделяют твои взгляды, помогают тебе в выборе профессии?

- а) да, всегда; б) в основном, да; в) в основном, нет г) нет, мы не понимаем друг друга

13. Можешь ли ты сказать, что тебе комфортно с твоими одноклассниками?

- а) Да, в основном; б) Нет; в) Затрудняюсь ответить

14. Оцени по пятибалльной системе качество своей школьной жизни

5 4 3 2 1