

Особенности психолого-педагогической адаптации обучающихся 5-х классов

Ирина Жаповна Шахмалова

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры Педагогики и методики начального обучения
Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова

Нерюнгри, Россия

Xirina80@mail.ru

ORCID 0000-0002-5294-2476

Поступила в редакцию 05.05.2025

Принята 16.06.2025

Опубликована 30.07.2025

УДК 37.034.2

DOI 10.25726/u9489-8273-2416-w

EDN LTFVLS

БАК 5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования (педагогические науки)

OECD 05.03.HA. EDUCATION & EDUCATIONAL RESEARCH

Аннотация

В статье речь идет об адаптации обучающихся пятых классов к различным факторам учебной среды, формируемым как внешними условиями, так и внутренними особенностями личности учеников. Исследование нацелено на определение конкретных способов достоверной диагностики адаптации обучающихся, в недавнем прошлом завершивших освоение программы начальной школы и приступивших к образовательной активности в основном общеобразовательном звене. Данные методологии и концептуальные положения, презентованные в рамках данного исследования, открывают новые перспективы для понимания того, как обучающиеся адаптируются к жизни и учебе в средней школе. Понимание этих процессов крайне важно для разработки эффективных образовательных стратегий, которые будут способствовать успешной интеграции учащихся в сложную учебную среду и помогут им достичь лучших результатов в образовательной деятельности. В результате использования новых методик в образовательной практике, эксперты смогли разработать ряд рекомендаций, специально адаптированных для работы с учащимися. Эти предложения расширяют возможности в более эффективном обучении, учитывая уникальные потребности и возможности каждого ученика. Такой подход позволяет не только повысить качество образования, но и способствует более глубокому вовлечению учащихся в учебный процесс. В конечном итоге, такие индивидуализированные методы могут стать ключом к успешной образовательной стратегии, которая будет актуальна в различных учебных заведениях.

Ключевые слова

диагностика, адаптация, психолого-педагогическая практика, учащийся.

Введение

Актуальность заявленной для рассмотрения темы, связанной с процессом адаптации учащихся пятых классов общеобразовательных школ, обусловлена широким перечнем факторов и характеристик, свойственных педагогическому процессу. Первоочередным значением среди указанных факторов отличаются общий целевой ориентир образовательной деятельности, характеризующийся термином «социализация», а также последовательный многоуровневый характер педагогического процесса, выступающего средством формирования и развития личности как субъекта общественного взаимодействия. К важнейшим задачам педагогики относится воспитание активных, профессионально-подготовленных граждан, ответственных за настоящее и будущее страны, обладающих способностями

к достижению общественно-значимых целей, на что обращается внимание современными исследователями (Семенова, 2022).

Озаглавливающей процесс проводимых исследовательских процедур, подчинена цели определения конкретных способов достоверной диагностики адаптации обучающихся, в недавнем прошлом завершивших освоение программы начальной школы и приступивших к образовательной активности в основном общеобразовательном звене. При этом, среди задач такого исследования необходимо отметить представление его теоретических, а также методологических оснований, рассмотрение отдельных методик, применяемых в современных условиях психолого-педагогической практики.

Образовательная сфера во многих источниках именуется институтом социализации индивида. Указание на передачу социального опыта в ходе учебного и воспитательного процесса, позволяет четко обозначить его сущность, под которой подразумевается, как замечено Е. В. Бережновой, «... целенаправленное превращение опыта социального в опыт личный» (Бережнова, 2014).

При этом, при упоминании системы образования в подобном контексте целесообразно акцентировать внимание на разнообразии присущих данному индивиду особенностей, в частности, на одну из основополагающих при педагогическом взаимодействии психологическую составляющую. Значимость данной составляющей обусловлена потребностью как в интеллектуальных, так и в эмоциональных ресурсах, целостное удовлетворение которой, в свою очередь, способствует усвоению познавательного учебного материала и формированию социально-коммуникативных навыков. Институциональный характер системы образования, в свою очередь, сформирован ввиду необходимости организации педагогического процесса, что подразумевает под собой проведение качественной диагностики как его состояния в целом, так и состояний его участников.

Следуя общему для осуществления научного рассмотрения отдельных практических вопросов правилу, целесообразно отметить выделение таких видов исследований, как фундаментальные и прикладные, что вытекает из нормативного определения научно-исследовательской деятельности (Федеральный закон от 23.08.1996 № 127-ФЗ, 1996). Данное обстоятельство, а также связь фундаментального сегмента науки с ее прикладной частью, очевидно указывает на необходимость представления методологии изучения адаптации обучающихся пятых классов в ее целостной научной форме, включающей в себя не только частно-научную и конкретно-научную психолого-педагогическую составляющую, но и положения, сформулированные в рамках общенаучного и философского познавательных уровней.

Материалы и методы исследования

Исследовательская и практическая деятельность в образовательной области опирается на ряд методологических подходов, среди которых отдельного внимания заслуживают личностный и антропологический, как выдвигающие на первый план психофизиологические и социально-психологические свойства личности, а также теории аксиологического характера, описывающие ценностную роль образования, выступающую механизмом мотивации к учебной деятельности. Также, отдельного выделения заслуживает видная роль, принадлежащая научным достижениям автора «Великой дидактики» (1654) Я.А. Коменского, предложившего в качестве основ педагогического процесса принципы природосообразности и осознанного изучения реального мира, что может быть распространено как непосредственно на деятельность по обучению и воспитанию, так и на психологическое обеспечение выполнения названных образовательных функций.

Нормативной составляющей, дополнительно подчеркивающей как актуальность тематики, так и основные положения ее методологии, являются Федеральные государственные образовательные стандарты, разработанные и утвержденные для реализации процессов воспитания и обучения на начальной школьной ступени, предшествующей переводу обучающегося в пятый класс, а также в рамках общего образования, поименованного как основное, непосредственно включающего в себя школьную образовательную ступень, соответствующую пятому классу обучения. Аналитическое рассмотрение положений данных стандартов прямо свидетельствует об увеличении объема учебной нагрузки на

изучаемом этапе школьной деятельности, о необходимости более детального освоения обучающимися ряда областей социальной действительности, образующих предмет учебной активности, а также показывает наличие нормативного требования о преемственности образовательных программ, обеспечиваемой за счет создания соответствующих психолого-педагогических условий.

Результаты и обсуждение

Переход обучающихся из начальной в основную школу традиционно воспринимается как один из наиболее сложных этапов в процессе их образовательного пути. На этом этапе ребенок сталкивается с новыми требованиями, возросшим количеством учебных дисциплин и появлением большего числа учителей, каждый из которых имеет собственные подходы к преподаванию. Кроме того, резко меняются не только учебный режим и нагрузка, но и социальные факторы: расширяются контакты со сверстниками, возникают иные формы взаимодействия в коллективе, а также существенно возрастает уровень самостоятельности, требуемой от учащегося. В этот период наиболее явно проявляются различия в методах работы учителей и требованиях по разным предметам, ведь каждый педагог стремится выстроить оптимальную систему обучения по своей дисциплине. При этом адаптация либо происходит постепенно и относительно безболезненно, либо сопровождается выраженными трудностями и стрессовыми ситуациями, что может негативно влиять на развитие психики ребенка. В силу этого фактора крайне важно рассматривать адаптацию как сложный и многосторонний процесс, включая сюда психологическую и педагогическую составляющие. Ученик, который испытывает повышенное напряжение и тревожность, может в меньшей степени фокусироваться на смешанных познавательных задачах и проявлять дезорганизацию в учебной деятельности. Пути решения данной проблемы лежат в сфере внимательного отношения педагогов к индивидуальным особенностям детей, их социальным запросам и психологическому состоянию.

Уровень требований со стороны учителей обычно возрастает, поскольку в пятом классе за каждым предметом закреплен отдельный специалист. Он привносит собственный педагогический стиль и систему контроля, отличные от тех, к которым ребенок привык в начальной школе. В этот период у учащихся может формироваться впечатление, что каждый учитель ожидает от них предельной сосредоточенности именно на своем предмете, а несформированные навыки самоорганизации могут приводить к возникновению пробелов в знаниях. При этом необходимо учитывать, что психолого-педагогическая адаптация ребенка рассмотрена в более широком контексте, чем просто успеваемость. Она включает эмоциональное принятие новой среды, развитие адекватной самооценки, формирование позитивной мотивации к учению, а также выстраивание конструктивных отношений со сверстниками и педагогами. Последний фактор играет важную роль, так как эмоциональный комфорт в классе создает благоприятные условия для роста и развития личности, стимулируя познавательный интерес. Если не обеспечить такой комфорт, повышается риск школьной дезадаптации. Под дезадаптацией в данном контексте понимается совокупность устойчивых негативных состояний — тревожности, агрессии, чувства одиночества, которое ребенок может испытывать в новой коллективной среде без соответствующей поддержки.

Одним из центральных аспектов адаптации к новым условиям обучения является изменение статуса ребенка в коллективе. В пятом классе контингент учащихся обычно расширяется за счет новых детей из других школ или параллелей, что вносит дополнительный элемент неопределенности. Дети, которые ранее занимали лидирующие позиции в классе, могут лишиться своей привычной роли, столкнувшись с конкуренцией со стороны новых одноклассников, и им приходится переосмысливать, как действовать в иных социальных условиях. Также может измениться ситуация внутри класса, когда формируются новые дружеские группы и меняется структура неформальных взаимодействий. Психолого-педагогическая поддержка на данном этапе заключается в организации командных и групповых мероприятий, которые помогают учащимся познакомиться друг с другом в неформальной обстановке. Это развивает чувство принадлежности к коллективу и снижает уровень стресса от перемен. Формирование сплоченного классного коллектива позволяет ребятам вовлекаться в совместную деятельность и быстрее адаптироваться к новым условиям без чрезмерных эмоциональных перегрузок.

Адаптация к новым требованиям учебной деятельности неразрывно связана с развитием у учащихся ответственности за собственное обучение. Именно на этапе среднего звена школы дети начинают в большей степени понимать, что их успеваемость во многом зависит от самостоятельной работы и умения организовывать свое время. С одной стороны, у них появляется внутренняя мотивация к более глубокому изучению отдельных предметов, к самореализации через творческие задания и проекты, а с другой стороны — они могут испытывать трудности с распределением ресурсов и планированием рабочей нагрузки. В данном случае ощутимую помощь могут оказывать классные руководители и психологи образовательных учреждений, обучающие детей техникам тайм-менеджмента и развивающие у них навыки самоанализа. Особую значимость приобретает возвращенная рефлексия школьника, когда он начинает критически оценивать свои результаты и намечать пути их улучшения. Такое развитие рефлексивных способностей поддерживается практикой совместного анализа ошибок, когда учитель дает обратную связь и поощряет ученика к пониманию своих пробелов.

Исходя из основных концептуальных положений методологии, приведенной выше, а также в соответствии с нормативными положениями образовательной стандартизации, можно полагать, что в качестве приоритетных объектно-предметных областей психологического сопровождения воспитательно-учебного процесса целесообразно рассматривать вопросы социометрии учебных коллективов, вопросы уровня внутренней оценки обучающимися самих себя, вопросы изучения факторов тревожности, а также мотивационная составляющая лиц, осваивающих образовательные программы.

На современном этапе развития психолого-педагогической практики известны различные методики определения характеристик, отражающих состояние учебных коллективов и образующих их обучающихся. Среди данных методик выделяются социометрическая методика, основанная на методе Дж. Морено (в ее модификации, предложенной М. Битяновой), методика исследования самооценки обучающихся (именуемая методикой Дембо-Рубинштейн, модифицированной А.М. Прихожан), исследование уровня тревожных факторов (по Филипсу) и исследование школьной мотивации (по Н.Г. Лускановой). Перечисленные методики неоднократно образывали объект исследовательского рассмотрения и в настоящее время применяются в практике действующих образовательных организаций (Сидоров, 2013). Так, например, М. Битяновой отмечалось, что межличностные связи в учебной группе, формирующиеся на основе симпатий и антипатий ее участников, обладают важностью как для функциональных характеристик данной группы, так и для самочувствия и работоспособности входящих в ее состав обучающихся (Битянова, 2005). Рядом исследователей отмечалось влияние уровня самооценки не только на психологическое, но и на физическое состояние ее носителей (Пискарева, 2022). На внутреннюю согласованность компонентов опросника, выявляющего школьную тревожность, указали Т.А. Егоренко, А.В. Лобанова и Д.В. Чумаченко (Егоренко, 2023), в целом методика изучалась В.В. Находкиным и Ю.Г. Кривошапкиной (Находкин, 2020). Разработанные методики, в частности социометрические методики и методики определения школьной мотивации, согласно данным информационных сайтов образовательной тематики, изучены и применяются в педагогической практике.

В исследовании, в целях выявления дезадаптационных состояний среди обучающихся при их переходе на иную ступень освоения образовательной программы; выявления сформированности самооценки школьников и уровня их притязаний и тревожности по шкале Филипса, а также формирования общеучебных умений и навыков, уровня школьной мотивации, была проведена диагностика (см. табл. 1, 2, 3, 4, 5). Указанные методики применялись на базе СОШ № 2, г. Нерюнгри. В данном исследовании приняли участи 60 обучающихся. Результаты исследования сформировались следующим образом.

Таблица 1. Социометрическая методика (Дж. Морено)

	Отвергаемые	Изолированные	Принимаемые	Соц. звезды
Количество диагностируемых учащихся	5	10	54	5

100%	8,7%	17,5	94,7%	8,7%
------	------	------	-------	------

Таблица 2. Исследование уровня самооценки (Дембо-Рубинштейн, модификация А.М. Прихожан) школьниками ряда личных качеств

	Уровень самооценки			Уровень притязаний		
	Занижена	Норма	Завышена	Занижены	Норма	Завышены
Количество диагностируемых учащихся	17	32	11	6	40	14
100%	28%	53%	19%	10%	66%	24%

Таблица 3. Тест школьной тревожности Филипса

Показатели тревожности	Количество учащихся (чел.)			Процентный показатель (%)		
	Уровень			Уровень		
	А норма	Б повыш.	В высокий	А	Б	В
1. Общая тревожность	31	19	10	51%	31%	16%
2. Переживание социального стресса	35	17	8	58%	28,3%	13,3%
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	30	16	2	50%	26,6%	3,3%
4. Страх самовыражения	14	19	16	23,3%	31,6%	26,6%
5. Страх ситуации проверки знаний	12	25	20	20%	41,6%	33,3%
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	23	16	9	38,3%	26,6%	15%
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	33	7	5	55%	11,6%	8,3%
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	29	21	9	48,3%	35%	15%
Уровни тревожности:						
А	Меньше 50%					
Б	Больше 50%, но меньше 75%.					
В	Больше 75%.					

Таблица 4. Диагностика формирования общеучебных умений и навыков (ОУНов)

	Интеллектуальные умения и навыки		Организационные умения и навыки		Коммуникативные умения и навыки	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%

Слабая группа	6	10	9	15	0	0
Средняя группа	11	18	20	33	7	11
Сильная группа	43	72	31	52	53	89

Таблица 5. Анкета школьной мотивации Н. Г. Лускановой

Уровень мотивации	1 ниже 10 баллов	2 10-14 баллов	3 15-19 баллов	4 20-24 балла	5 25-30 баллов
Количество диагностируемых учащихся	7	22	22	7	2
100%	12%	36%	36%	12%	4%
Критерии дезадаптации	Адаптация (А) (4-5 уровень)		Возможная дезадаптация (ВА) (2-3 уровень)		Выраженная дезадаптация (ДА) (1 уровень)
Количество диагностируемых учащихся 60	9		41		100
100%	15%		68,3%		16,7

По результатам диагностического обследования сформированы рекомендации в отношении работы с конкретными учащимися (позиционируемыми как «изолированные», с низким уровнем мотивации к обучению и с состоянием повышенной тревожности), что подтверждает практическую значимость проведенного исследования.

Так, учитывая, что позиционирование обучающихся в коллективах определено на основе обследования целостных составляющих учебных групп, целесообразно посредством проведения индивидуальной психолого-педагогической работы с обучающимися, получившими наиболее высокие и наиболее низкие оценки общественного мнения, выявить причины указанных оценок. Далее, на основе сравнительного анализа характерологических черт и в соответствии с нормативно определенными задачами обучения и воспитания подготовить мотивированный проект планирующего документа, содержащего конкретные учебные и воспитательные мероприятия, направленные на формирование у лиц, отнесенных к категориям «отвергаемые» и «изолированные» качеств, способствующих их позитивному восприятию в рамках школьной коммуникации.

Также, видится целесообразным детальное выявление предметно-тематических интересов обучающихся, продемонстрировавших недостаточный уровень мотивации к обучению, с последующим индивидуальным планированием адаптации личностных качеств, предопределивших данный круг интересов, к содержанию учебной программы, с включением в предполагаемые планы мероприятий индивидуального поощрения и стимулирования.

Кроме того, учитывая, что факторы тревожности выявлены преимущественно в областях взаимоотношений с педагогами и проверки знаний, целесообразна организация контрольных мероприятий со стороны администрации образовательной организации за проведением занятий конкретными педагогическими работниками, с формированием выводов, которые могут быть доведены до сведения преподавателей в рамках проведения методических занятий. Также, возможно проработать вопрос внедрения в практику подведения итогов контрольных форм занятий тех педагогических технологий, которые снижают уровень стрессового восприятия выявленных в ходе данных занятий недостатков освоения отдельными обучающимися учебной программы.

Заключение

Таким образом, проведенные обследования могут выступать как в качестве базовой основы более детального психолого-педагогического изучения обстановки в учебных коллективах, так и представлять собой основу для выработки организационных решений в области учебно-воспитательной деятельности конкретной образовательной организации.

Список литературы

1. Бережнова Е. В. Образование как ценность // Вестник МГИМО Университета. 2014. № 2(35). С. 240-241.
2. Битянова М. Как измерить отношения в классе: Социометрический метод в школьной практике. М.: ООО «Чистые пруды», 2005. 32 с.
3. Богданов А.А. Тектология: всеобщая организационная наука. Под ред. проф. В.Д. Гловели. 6-е изд., испр. и доп. – М.: Ленанд, 2019. 679 с.
4. Егоренко Т.А., Лобанова А.В., Чумаченко Д.В. Опросник «Школьная тревожность» Б. Филлипса: результаты стандартизации русскоязычной версии «Тест школьной тревожности Филлипса». Сетевой журнал «Вестник практической психологии образования» 2023. Т. 20. № 3. С. 39-54.
5. Находкин В.В. Кривошапкина Ю. Г. Азимут научных исследований: педагогика и психология. Научный сетевой журнал. 2020. Т. 9. № 3(32) С. 350-352.
6. Пискарева С.А., Гвардеева С.Г., Сарчук Е.В. Влияние уровня самооценки на предрасположенность к сердечно-сосудистым заболеваниям // Научное обозрение. Медицинские науки. 2022. № 6. С. 44-48.
7. Романюк С.Н., Демкина Е.В. Генезис и сущность понятий «формирование», «ответственность», «ответственное выполнение обязанностей» // Вестник Адыгейского государственного университета. 2017. № 4(208). С. 96-102.
8. Семенова Н.В. Развитие социальной зрелости обучающихся в процессе общественно полезной деятельности: дисс. ... канд. пед. наук. Тюмень, 2022. 214 с.
9. Сидоров К.Р. Методика Дембо-Рубинштейн и ее модификация // Вестник Удмуртского университета. Вып. 1. 2013. С. 40-42.
10. Федеральный закон от 23.08.1996 № 127-ФЗ «О науке и государственной научно-технической политике» // www.consultant.ru 1996. <http://www.consultant.ru/>

Features of psychological and pedagogical adaptation of 5th grade students

Irina Zh. Shakhmalova

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Methods of Primary Education

M.K. Ammosov Northeastern Federal University

Neryungri, Russia

Xirina80@mail.ru

ORCID 0000-0002-5294-2476

Received 05.05.2025

Accepted 16.06.2025

Published 30.07.2025

UDC 37.034.2

DOI 10.25726/u9489-8273-2416-w

EDN LTFVLS

VAK 5.8.1. General pedagogy, history of pedagogy and education (pedagogical sciences)

OECD 05.03.HA. EDUCATION & EDUCATIONAL RESEARCH

Abstract

The article deals with the adaptation of fifth grade students to various factors of the learning environment, formed by both external conditions and internal personality traits of students. The study is aimed at identifying specific ways to reliably diagnose the adaptation of students who have recently completed the development of the primary school program and started educational activity in the main educational level. These methodologies and conceptual provisions presented in the framework of this study open up new perspectives for understanding how students adapt to life and study in secondary school. Understanding these processes is essential for developing effective educational strategies that will facilitate the successful integration of students into a challenging learning environment and help them achieve better educational outcomes. As a result of using new techniques in educational practice, experts were able to develop a number of recommendations specifically adapted for working with students. These proposals expand the possibilities for more effective learning, taking into account the unique needs and capabilities of each student. This approach not only improves the quality of education, but also promotes deeper involvement of students in the learning process. Ultimately, such individualized methods can be the key to a successful educational strategy that will be relevant in various educational institutions.

Keywords

diagnosis, adaptation, psychological and pedagogical practice, student.

References

1. Berezhnova E. V. Education as a value // Bulletin of MGIMO University. 2014. № 2(35). pp. 240-241.
2. Bityanova M. How to measure relationships in the classroom: A sociometric method in school practice. M.: LLC «Clear ponds», 2005. 32 p.
3. Bogdanov A.A. Tectology: a universal organizational science. Ed. by prof. V.D. Gloveli. 6th ed., korr. and add. M.: Lenand, 2019. 679 p.
4. Egorenko T.A., Lobanova A.V., Chumachenko D.V. B. Phillips' School Anxiety questionnaire: the results of standardization of the Russian-language version of the Phillips School Anxiety Test // Online journal «Bulletin of practical psychology of education». 2023. Vol. 20. № 3. pp. 39-54.
5. Nakhodkin V.V. Krivoshapkina Yu. G. Azimuth of scientific research: pedagogy and psychology // Scientific online journal. 2020. Vol. 9. № 3(32) pp. 350-352.
6. Piskareva S.A., Gvardeeva S.G., Sarchuk E.V. The influence of self-esteem on predisposition to cardiovascular diseases // Scientific review. Medical sciences. 2022. № 6. pp. 44-48.
7. Romanyuk S.N., Demkina E.V. The genesis and essence of the concepts of «formation», «responsibility», «responsible performance of duties» // Adygea State University bulletin. 2017. № 4(208). pp. 96-102.
8. Semenova N.V. Development of social maturity of students in the process of socially useful activity: diss. ... cand. of pedagog. scien. Tyumen, 2022. 214 p.
9. Sidorov K.R. Dembo-Rubinstein method and its modification // Udmurt University bulletin. Iss. 1. 2013. pp. 40-42.
10. Federal Law № 127-FZ dated 08.23.1996 «On science and state scientific and technical policy» // www.consultant.ru 1996.