



УДК 174

Составитель: Никитина Е.А.

Рецензент:

кандидат педагогических наук, доцент Н.В. Тарасова

**Психологическая адаптация к условиям образовательной среды:** методические рекомендации для самостоятельной работы, в том числе для подготовки к практическим занятиям, студентов направления подготовки 37.04.01 Психология, направленность (профиль) «Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса» очной и очно-заочной форм обучения / Юго-Зап. гос. ун-т; сост.: Е.А. Никитина. - Курск, 2026. – 19 с.

Методические рекомендации содержат информацию, необходимую студентам в процессе самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине, в том числе для подготовки к практическим занятиям.

Предназначены для студентов направления подготовки 37.04.01 Психология, направленность (профиль) «Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса» очной и очно-заочной форм обучения.

Текст печатается в авторской редакции

Подписано в печать 23.01.2025 г. Формат 60×84 1/16

Усл.печ.л. 2,3 Уч.изд.-л. 2,1 Заказ 34 Тираж 100 экз.

Бесплатно

Юго-Западный государственный университет

305040, г. Курск, ул. 50 лет Октября, 94

## **ПРЕДИСЛОВИЕ**

Методические рекомендации разработаны с целью оказания помощи студентам направления подготовки 37.04.01 Психология, направленность (профиль) «Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса» очной и очно-заочной форм обучения при самостоятельной подготовке к занятиям по дисциплине «Психологическая адаптация к условиям образовательной среды».

Методические рекомендации разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования направления подготовки 37.04.01 Психология, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 841 от 29 июля 2020 года.

Предлагаемые методические рекомендации содержат перечень теоретических тем и задания для самопроверки, которые необходимо выполнить при самостоятельной подготовке к каждому занятию. К темам приводится список литературы, в котором можно найти ответы на поставленные вопросы теории дисциплины.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Основными видами аудиторной работы студента при изучении дисциплины являются лекции и практические занятия.

На лекциях излагаются и разъясняются основные понятия и положения каждой новой темы; важные положения аргументируются и иллюстрируются примерами из практики; объясняется практическая значимость изучаемой темы; делаются выводы; даются рекомендации для самостоятельной работы по данной теме. На лекциях необходимо задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных вопросов. В ходе лекции студент должен конспектировать учебный материал. Конспектирование лекций – сложный вид работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность студента. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное и сделано это лично студентом в режиме реального времени в течение лекции. Не следует стремиться записать лекцию дословно. Целесообразно вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем кратко записать ее. Желательно заранее оставлять в тетради пробелы, куда позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно внести дополнительные записи. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, который преподаватель дает в начале лекционного занятия. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале.

Необходимым является глубокое освоение содержания лекции и свободное владение им, в том числе использованной в ней терминологией. Работу с конспектом лекции целесообразно проводить непосредственно после ее прослушивания, что способствует лучшему усвоению материала, позволяет своевременно выявить и устранить «пробелы» в знаниях. Работа с конспектом лекции предполагает перечитывание конспекта, внесение в него, по необходимости, уточнений, дополнений, разъяснений и изменений. Некоторые вопросы выносятся за рамки лекций. Изучение вопросов, выносимых за рамки лекционных занятий, предполагает самостоятельное изучение студентами дополнительной литературы.

Изучение наиболее важных тем или разделов дисциплины продолжается на практических занятиях, которые обеспечивают

контроль подготовленности студента; закрепление учебного материала; приобретение опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, в том числе аргументации и защиты выдвигаемых положений и тезисов.

Практическому занятию предшествует самостоятельная работа студента, связанная с освоением материала, полученного на лекциях, и материалов, изложенных в учебниках и учебных пособиях, а также литературе, рекомендованной преподавателем. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной литературой, материалами периодических изданий и Интернета является наиболее эффективным методом получения дополнительных знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала. При работе с источниками и литературой необходимо:

- сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей;
- обобщать полученную информацию, оценивать прочитанное;
- фиксировать основное содержание прочитанного текста; формулировать устно и письменно основную идею текста; составлять план, формулировать тезисы.

Самостоятельную работу следует начинать с первых занятий. От занятия к занятию нужно регулярно прочитывать конспект лекций, знакомиться с соответствующими разделами учебника, читать и конспектировать литературу по каждой теме дисциплины. Самостоятельная работа дает студентам возможность равномерно распределить нагрузку, способствует более глубокому и качественному освоению учебного материала. В случае необходимости студенты обращаются за консультацией к преподавателю. Обязательным элементом самостоятельной работы по дисциплине является самоконтроль. Одной из важных задач обучения студентов способам и приемам самообразования является формирование у них умения самостоятельно контролировать и адекватно оценивать результаты своей учебной деятельности и на этой основе управлять процессом овладения знаниями. Овладение умениями самоконтроля приучает студентов к планированию учебного труда, способствует углублению их внимания, памяти и выступает как важный фактор развития познавательных способностей. Самоконтроль включает:

- оперативный анализ глубины и прочности собственных знаний и умений;

– критическую оценку результатов своей познавательной деятельности.

Самоконтроль учит ценить свое время, позволяет вовремя заметить и исправить свои ошибки. Формы самоконтроля могут быть следующими:

– устный пересказ текста лекции и сравнение его с содержанием конспекта лекции;

– составление плана, тезисов, формулировок ключевых положений текста по памяти;

– пересказ с опорой на иллюстрации, чертежи, схемы, таблицы, опорные положения.

Самоконтроль учебной деятельности позволяет студенту оценивать эффективность и рациональность применяемых методов и форм умственного труда, находить допускаемые недочеты и на этой основе проводить необходимую коррекцию своей познавательной деятельности.

При подготовке к промежуточной аттестации по дисциплине необходимо повторить основные теоретические положения каждой изученной темы и основные термины, самостоятельно решить несколько типовых компетентностно-ориентированных задач.

## **Вопросы для подготовки к практическим занятиям**

### **1. Основные подходы к понятию «образовательная среда»**

1. Назовите общие, типологические признаки образовательной среды, выделяемые большинством исследователей.
2. Перечислите характеристики четырех типов «воспитывающей среды»: «догматической», «идейной», «безмятежного потребления» и «внешнего лоска и карьеры».
3. Лесгафтом было выделено шесть «школьных типов»: «лицемерный», «честолюбивый», «добродушный», «забитый-мягкий», «забитый-злостный», «угнетенный». Охарактеризуйте эти типы.
4. В.А. Ясвин выстроил четырехкомпонентную модель образовательной среды. Назовите эти компоненты.
5. В чем выражается качественно-количественная характеристика связи личности с социальной средой?

### **2. Адаптация как психолого-педагогический феномен. Понятие о психологической безопасности обучающихся в образовательной среде**

1. Дайте понятие «психологическая адаптация». Назовите взаимосвязанные виды психической адаптации человека.
2. Социально-психологическая адаптация бывает двух типов. Охарактеризуйте эти типы.
3. Чем характеризуется внешняя и внутренняя адаптированность человека?
4. «Несущими» элементами системного целого психологической адаптации являются три основных уровня. Назовите эти уровни.

### **3. Проблемы психологической адаптации к условиям образовательной среды**

1. Как можно определить понятие психологической адаптации?
2. Психофизиологическая адаптация является сплошным процессом, который, наряду с собственно психической адаптацией (то есть поддержанием психического гомеостаза), включает в себя ещё два аспекта. Охарактеризуйте эти аспекты.
3. Что такое физическое совершенство?
4. Что такое тревога? Чем характеризуется тревога?
5. Усиление тревоги приводит к повышению интенсивности действия двух взаимосвязанных адаптационных механизмов. Каких именно?

#### **4. Многослойность факторов формирования школьной тревожности**

1. Чем может быть вызвана повышенная школьная тревожность, оказывающая дезорганизирующее влияние на учебную деятельность ребенка?

2. Какой наименьший «фактор риска» формирования школьной тревожности?

3. Назовите факторы, воздействие которых способствует формированию и закреплению тревожности.

4. Перечислите причины неспособности учащегося справиться со школьной программой.

5. Почему чувство тревоги в школьном возрасте неизбежно?

#### **5. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации обучающихся в образовательном учреждении**

1. Что такое сопровождение в психологии?

2. Рассматривая процесс сопровождения, как целостную деятельность психолога, М.Р. Битянова выделяет в ней три обязательных взаимосвязанных компонента. Какие?

3. Реализация технологии сопровождения школьников проходит пять этапов. Охарактеризуйте эти этапы.

4. С какой целью проводится этап повторной диагностики?

5. Что включает в себя коррекционно-развивающий этап сопровождения?

### **Задания для самопроверки**

#### **Тема 1. Основные подходы к понятию «образовательная среда»**

1. Среда человека состоит из совокупности:

а) природных и социальных факторов б) внешних и внутренних факторов в) биологических и химических факторов

2. Занимаясь психологией развития, Г. Крайг пришла к заключению, что средовые влияния могут:

а) способствовать релаксации организма б) задерживать или стимулировать рост организма, порождать устойчивую тревогу в) порождать чувство неуверенности в себе

3. Комплекс специально организованных психолого-педагогических условий, в результате взаимодействия с которыми происходит развитие и становление личности, называется:

а) внутренней средой организма б) образовательной средой в) воспитательной средой

4. Система влияний и условий формирования личности по заданному образцу, а также возможности для ее развития, содержащиеся в социальном и пространственно-предметном окружении. Так понимал образовательную среду:

а) Л.С. Выготский б) Л.С. Рубинштейн в) В.А. Ясвин

5. В самом широком контексте образовательная среда представляет собой любое социокультурное пространство, в рамках которого стихийно или с различной степенью организованности осуществляется процесс:

а) формирования учебных навыков б) развития личности в) развития специальных способностей

6. Детям этого типа свойственно подхалимство и заискивание перед педагогами, доносительство. В то же время, по отношению к детям более низкого происхождения они бывают грубы, хвастливы. Такие школьники склонны к мелкому воровству, симулированию болезни и т.д. Практически всегда они нелюбимы товарищами и одиноки. О каком школьном типе П.Ф. Лесгафта идет речь?

а) добродушном б) честолюбивом в) лицемерном

7.Соотнесите название образовательных сред Я. Корчака с их описанием:

1Догматическая среда	А.В такой среде формируется личность, которая характеризуется активностью освоения и преобразования окружающего мира, высокой самооценкой, открытостью и свободой своих суждений и поступков.
2Идейная среда	Б.Основные черты личности, формирующейся в такой среде, — фальшь и лицемерие — «искусная игра» и «точно пригнанная маска», стремление к карьере за счет хитрости, подкупа, высоких связей и т.п.
3Среда безмятежного потребления	В.Личность ребенка характеризуется прежде всего высокой степенью пассивности, когда спокойствие трансформируется в отрешенность и апатию. Если же в такой среде оказывается уже сложившаяся сильная личность, то она, как правило, ожесточается в своем стремлении устоять против чужой злой воли, в частности, направляя свою энергию на какую-либо трудовую деятельность.
4Среда внешнего лоска и карьеры	Г.В подобной воспитывающей среде формируется личность, которая, в принципе,

	<p>всегда довольна тем, что у нее есть. Основной чертой такой личности можно считать жизненную пассивность, неспособность к напряжению и борьбе. Встречаясь с трудностями и препятствиями, такой человек предпочитает самоустраниться от их разрешения, продолжая скрываться в своем иллюзорном мире, как улитка скрывается в своей раковине.</p>
--	---

8. Соотнесите школьный тип П.Ф. Лесгафта с их описанием.

<p><i>1 Честолюбивый тип</i></p>	<p>А.В школе он может оказаться прилежным и исполнительным, выучит все, что ему зададут, стараясь запомнить и приготовить только так и настолько, насколько требует учитель. Стоит только уменьшить требования или понизить бдительность за ним, и он окажется ленивым и нерадивым учеником. Такой тип личности формируется главным образом в закрытых учебных заведениях, в первую очередь женских. Предупреждение всякой самостоятельной деятельности ребенка, уничтожение всякой инициативы, всякого почина со стороны ребенка, отсутствие и заботливое устранение условий для развития умственной деятельности — вот главные моменты, которые будут содействовать развитию всех наблюдаемых здесь явлений. Данный тип относится к категории типов «инертно-угнетенными проявлениями», то есть школьники данного типа, прежде всего, характеризуются как пассивные.</p>
<p><i>2 Добродушный тип</i></p>	<p>Б.Для таких школьников характерно сдержанное спокойствие, уверенность в себе. Они могут настойчиво и упорно заниматься наедине, чтобы потом блеснуть перед окружающими своими знаниями, при этом охотно помогая товарищам. Наказания, особенно несправедливые, приводят их к апатии, толкая порой на грань самоубийства. Такие дети не имеют, как правило, собственного мнения, но любят блеснуть эрудицией, используя изречения известных</p>

	авторов и выдавая их порой за свои мысли. Избрав для себя главное дело, они полностью на нем сосредотачиваются, подчиняя ему все остальное, используя для этого других людей, чтобы когда-нибудь получить признание и успех.
<i>3Мягко-забитый тип</i>	В. Дети данного типа отличаются внешней скромностью, но, в то же время, внутренней критичностью и независимостью суждений; они охотно принимают участие в различных спорах, причем не для того, чтобы блеснуть остроумием, а для установления истины.

9. Образовательная среда имеет свою структуру, однако нет единого подхода к выделению компонентов образовательной среды. Г.А. Ковалев в качестве единиц образовательной среды выделяет .....

10. Для каждого учащегося учебная ситуация может быть в большей или меньшей степени напряженной. Эта напряженность может иметь положительную направленность и проявляться в ..... Но эта же напряженность может создавать интеллектуальный и эмоциональный барьер для вхождения в данную образовательную среду, когда учащийся не может ..... И, как следствие этого, — барьер для интеллектуального и личностного развития данного индивида.

11. Известный педагог и психолог Симон Соловейчик, имя которого значимо для целого поколения учеников, родителей и учителей, в одной из своих книг опубликовал **правила**, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку, и, с их помощью, готовить ребенка к взрослой жизни.

1. Не отнимай чужого, но и своё не отдавай.
2. Попросили — дай, пытаются отнять — старайся защищаться.
3. Не дерись без причины.
4. Зовут играть - иди, не зовут - спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.
5. Играй честно, не подводи своих товарищей.
6. Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.
7. Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.
8. Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся все делать

вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.

9. Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

10. Старайся быть аккуратным.

11. Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.

12. Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты — неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

*Проанализируйте данные правила. Могут ли они помочь ребенку в адаптационной деятельности с учетом особенностей возрастного этапа развития, кризиса развития, фактов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам? Добавьте на свое усмотрение несколько правил для успешной адаптации первоклассника.*

## **Тема 2. Адаптация как психолого-педагогический феномен. Понятие о психологической безопасности обучающихся в образовательной среде**

1. На биологическом уровне психологическая адаптация зависит от:

а) состояния нервной системы и ее способности регулировать процессы торможения и возбуждения б) от уровня развития познавательных процессов в) от типа темперамента

2. Ресурсы и возможности, предоставленные социальным окружением, которые индивидуум использует для приспособления, называется:

а) внутренними ресурсами психики б) психологической адаптацией в) социальным буфером

3. В сфере социальной активности признаками успешной адаптации являются:

а) приобретение индивидом знаний, умений и навыков, компетентности и мастерства б) приобретение коммуникативных навыков в) приобретение суммы необходимых знаний, умений и навыков для успешной учебы

4. «Психологическая адаптация представляет собой единство и взаимодействие социальной и личностной адаптации к современной жизни». Так определял психологическую адаптацию:

а) М.Е. Сандомирский б) К.К. Платонов в) Д.Н. Дубровин

5. Соотнесите вид адаптации с ее содержанием:

1 собственно психологическая адаптация	А.адаптация личности к общению с новым коллективом
2(психо)физиологическая	нарушения, которые связаны с

адаптация	напряженностью, психологическим стрессом
психосоциальная адаптация	Б.свойство организма целесообразно перестраивать физиологические функции в соответствии с требованиями среды

6. Адаптация, проявляющаяся в форме перестройки функциональных структур и систем личности при определенной трансформации и среды ее жизни и деятельности (в этом случае и внешние формы поведения, и деятельность личности видоизменяются и приходят в соответствие с ожиданиями среды, с идущими извне требованиями - происходит полная, генерализованная адаптация личности), называется:

а)внутренней адаптацией б) внешней адаптацией в) комплексной адаптацией

7. Социально-психологическая адаптация, для которой свойственно достижение всех функций и целей полной адаптации и в ходе реализации которой достигается единство интересов, целей личности, с одной стороны, и групп общества в целом - с другой, называется:

а) регрессивной б) прогрессивной в) деструктивной

8. Соотнесите виды адаптированности личности с их описанием:

1внутренняя	А.проявляется в форме перестройки функциональных структур и систем личности при определенной трансформации и среды ее жизни и деятельности
2внешняя	Б.личность частично перестраивается и подстраивается внутренне под среду, ее ценности, нормы и в то же время частично адаптируется инструментально, поведенчески, сохраняя и свое «Я», и свою самостоятельность
3смешанная	В.личность внутренне содержательно не перестраивается и сохраняет себя, свою самостоятельность (в результате имеет место так называемая инструментальная адаптация личности)

9. А.А. Суханов применяет принцип системности в изучении психологической адаптации. При рассмотрении человека как компонента системы «человек - жизненная среда» становится очевидным, что .....

10. Психологическая адаптация исходно определяется иммунными, гормональными процессами, состоянием нервной и других систем организма человека на его биологическом уровне организации.

Внешние и внутренние обменные процессы организма создают и необходимый для психологической адаптации энергетический базис. Энергетическое обеспечение жизнедеятельности обуславливает .....

11. «В школьную психологическую службу обратилась мама ученика 8 класса. Мальчик недавно перевелся из другой школы в связи с переездом на новое место жительства. Мама рассказала, что у сына стали возникать определенные состояния, когда он не владеет собой и может проявить немотивированную агрессию; описывая свое обычное состояние в такие моменты, он характеризует его так: «быстро захожусь, могу что-то разбить, кого-то ударить...».

*Проанализируйте ситуацию. Составьте план работы психолога по данному запросу, включая диагностику, экспертизу и коррекцию психологических свойств и состояний деятельности мальчика с учетом особенностей возрастного этапа развития, кризиса подросткового возраста, фактов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам. Может ли данная ситуация возникнуть в связи с проблемами адаптации в новом коллективе? Какие психологические технологии для решения этой задачи вы можете предложить психологу? Определите основные положения программы, направленной на преодоление рисков, связанных с психологической адаптацией обучающихся в школе.*

### **Тема 3. Проблемы психологической адаптации к условиям образовательной среды.**

1. «Физиологическая буря» в процессе адаптации минимально длится:

а) 1-2 месяца б) 1-2 недели в) 2-3 недели

2. Адаптационный период старшеклассников имеет следующие трудности:

а) адаптация к новому коллективу в новом составе б) необходимость взять на себя ответственность за успешность своего образования в) необходимость искать новую информацию

3. В отношении ребенка адаптация – это:

а) соответствие его социального развития его возрасту б) приспособление в обществе с нарушением социальных норм и правил в) приспособление к среде за счет патологических форм поведения

4. В процессе адаптации пятиклассник сталкивается со следующими трудностями:

а) возросший объем работы на уроках и дома б) недостаточная готовность к обучению в) несформированность «умения учиться»

5. Возможными реакциями организма на процесс адаптации могут являться:

а) нарушение сна б) высокая познавательная активность в) прилив энергии

6. Для высокого уровня адаптации школьников характерны:

а) отвержение некоторых предметов б) благоприятное статусное положение в) невозможность распределять волевые усилия на несколько видов деятельности одновременно

7. К какому виду дезадаптации относят затруднения в общении:

а) соматическая б) поведенческая в) коммуникативная

8. Соотнесите вид дезадаптации с его описанием:

1 коммуникативная	А сопровождается нарушениями в интеллектуальной сфере, отставанием в развитии
2 поведенческая	Б сопровождается затруднениями в общении со сверстниками
3 интеллектуальная	В несоответствие поведения ребенка социальным нормам и правилам

9. Дезадаптация – это.....

10. Наиболее остро проблема дезадаптации стоит:

а) в старшем школьном возрасте б) в подростковом возрасте в) в младшем школьном возрасте

11. Разработайте план беседы психолога с подростком-семиклассником при переходе в другое учебное заведение с учетом особенностей возрастного этапа развития, кризиса подросткового возраста, фактов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам. Определите основные положения примерной программы, направленной на предупреждение рисков в подобных ситуациях.

*Ситуация.* Родители хотят перевести его в другую школу по причине конфликтов с одноклассниками.

#### **Тема 4. Многослойность факторов формирования школьной тревожности**

1. Тревога характеризуется состоянием:

а) психологическим комфортом б) внутренним напряжением в) эйфорией

2. Тревожность выступает ярчайшим признаком:

а) школьной дезадаптации б) успешной адаптации в) нарушений коммуникативных навыков общения

3. Длительное нахождение в состоянии тревоги способствует закреплению:

а) концентрации внимания б) типу темперамента в) акцентуаций характера

4. Наиболее типично возникновение школьной тревожности под воздействием:

а) учебной нагрузки б) плохих условий обучения в) требований родителей

5. Соотнесите причины школьной тревожности с возрастной категорией, к которой они относятся:

2-4 класс	Изменение уровня и содержания требований со стороны взрослых. «Сверхценность» позиции школьника и атрибутов школьной жизни. Изменение режима дня и возрастание психофизиологических нагрузок. Необходимость освоения ролевого взаимодействия со значимыми другими (учителями). Столкновение с системой школьных оценок.
1 класс	Неопределенность дальнейших жизненных перспектив. Переживание ответственности совершаемого выбора, подкрепляемое «посланиями» родителей и учителей. Столкновение с ситуацией выпускных экзаменов и конкурсного (в ряде случаев) набора в 10 класс. Хроническая или эпизодическая неуспешность. Неуспешность во взаимодействии с учителями или одноклассниками.
9 класс	Хроническая или эпизодическая неуспешность. Неуспешность во взаимодействии с учителями или одноклассниками. Несоответствие Ожиданий родителей

6. По законам компенсации школьная тревожность в подростковом возрасте может проявляться:

а) негативизме и демонстративных реакциях б) спокойствии и уравновешенности в) склонности к активному общению

7. Признаком школьной тревожности является: а) пуглив, многое вызывает у него страх б) спокойный и уравновешенный в) легко концентрируется на задании

8. Критериями определения школьной тревожности у ребенка являются \_\_\_\_\_

9. Излишняя старательность при выполнении заданий может являться косвенным

свидетельством:

а) активности б) тревожности в) депрессии

10. Наиболее типично возникновение школьной тревожности под воздействием

таких социально-психологических факторов или факторов, как:

а) характер школьника б) учебная нагрузка в) родительская любовь

11. Мама обращается к школьному психологу со следующей проблемой. Сережа в пятом классе. Уже середина октября, но мальчик никак не «войдет в колею». Он жалуется на то, что новый классный руководитель его не любит, кричит на него и ругает. Перед тем как идти в школу, он жалуется на боли – головные или в животе, забывает половину своих вещей и делает все, чтобы избежать похода в школу. Не может запомнить уроки или быстро забывает то, что уже выучил, хотя раньше на память не жаловался. Не хочет и не любит рассказывать про школу и сверстников, домой приходит подавленным. Дома и в школе устраивает истерики.

*Проанализируйте ситуацию. Составьте план работы психолога по данному запросу, включая диагностику, экспертизу и коррекцию психологических свойств и состояний деятельности мальчика с учетом особенностей возрастного этапа развития, кризиса подросткового возраста, фактов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам. Может ли данная ситуация возникнуть в связи с проблемами адаптации в средней школе? Какие психологические технологии для решения этой задачи вы можете предложить психологу?*

## **Тема 5. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации обучающихся в образовательном учреждении**

1. Для адаптации ребенка в классе учителю в первую очередь необходимо:

а) создать условия для освоения ребенком предмета обучения б) создать ситуацию успеха в сфере общения для всех участников образовательного процесса в) создать ситуацию успеха в сфере общения для ребенка д) разработать индивидуальный образовательный маршрут

2. Документом, отражающим общую стратегию и конкретные шаги педагогического коллектива и родителей в организации поддержки ребенка с нарушением адаптации в процессе получения им образования и социальной адаптации, является:

а) устав образовательного учреждения, осуществляющего инклюзивную практику б) индивидуальный образовательный план в) дневник психолого-педагогического сопровождения г) все варианты ответа верны.

3. Психолого-педагогическое сопровождение обучающегося осуществляется по инициативе образовательной организации в случае, если:

а) ребенок нуждается в разработке индивидуального образовательного маршрута б) возникает необходимость учета особых образовательных потребностей ребенка, требующих разработки индивидуальной образовательной программы в) по инициативе родителей учащихся обучающихся совместно с ребенком

4. Укажите методы, относящиеся к методам стимулирования:

а) наказание, поощрение б) положительный пример в) воспитывающая ситуация г) упражнение, приучение

5. В результате психолого-педагогического сопровождения адаптации изменяется:

а) поведение, деятельность, отношения, установки ребенка б) поведение, деятельность, отношения, установки взрослого в) поведение, деятельность, отношения, установки ребенка и взрослого

6. Основная цель психолого-педагогического сопровождения адаптации обучающихся в образовательном учреждении -

.....

7. Реально имеющиеся у ребенка возможности, которые могут быть раскрыты и использованы на этапе адаптации для его развития при минимальной помощи или подсказке со стороны окружающих людей, называются:

а) зоной актуального развития; зоной ближайшего развития б) зоной перспективного развития в) зоной дальнего развития

8. В работе психологов с целью психодиагностического обследования применяются \_\_\_\_\_ тесты-опросники, позволяющие \_\_\_\_\_

9. Обучающиеся вынуждены переживать так называемый адаптационный синдром. В котором выделяются три характеристики:  
а) тревога, депрессия, хандра б) тревога, резистентность, истощение  
в) эйфория, тревога, стресс

10. Определите последовательность этапов организации адаптационного периода:

А.осознание педагогом идеи адаптационного периода

Б.обеспечение директором школы условий для организации адаптационного периода

В.привлечение специалистов к проведению адаптационных мероприятий

Г.создание программы адаптационного периода

Д.обобщение результатов проведения адаптационных мероприятий

11. Перед вами формы работы психологической службы, направленные на совершенствование механизмов адаптации обучающихся 1 курса вуза. Дополните список форм работы, направленных на совершенствование процесса адаптации, на ваше усмотрение:

1. Психодиагностическое обследование учащихся 1 курса по программе изучения характеристик, оказывающих наибольшее влияние на процесс адаптации к условиям вуза.

2. Индивидуальные психологические консультации для учащихся, испытывающих трудности в процессе адаптации.

3. ....

4.....

5.....

6.....

### **Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины**

1. <http://biblioclub.ru> – Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн».

2. Электронная библиотека ЮЗГУ: <http://library.kstu.kursk.ru>