

Адаптация десятиклассников

Десятый класс открывает этап обучения в старшей профильной школе. В этот период у старшеклассников могут возникать определённые сложности в учёбе, в отношениях со сверстниками, родителями. Первые месяцы обучения в старшей школе становятся периодом адаптации к новым условиям обучения. Термин адаптации, обозначающий приспособление, используется при описании довольно разных процессов: адаптация физиологическая, адаптация зрительная и слуховая, адаптация социальная и др. В данном случае речь идёт о физиологической и социальной адаптации, обеспечивающей полноценное интеллектуальное развитие учащихся, на фоне хорошей школьной мотивации, адекватной работоспособности, низком уровне тревожности при сохранении здоровья и оптимального самочувствия. Родители должны быть готовы к тому, чтобы вместе с ребёнком проанализировать те замечания, которые делают педагоги в учебном процессе, чтобы как можно раньше заметить и помочь справиться с трудностями в учёбе. Для этого, прежде всего надо выяснить, с какими именно затруднениями ребёнок столкнулся, какие предметы сложнее всего даются. Ребёнок должен понять, что требования к нему возросли и педагоги оценивают его по новым критериям. Низкая успеваемость может привести не только к понижению самооценки, но и к изменениям в поведении ребёнка: подавленность, замкнутость или наоборот злобность, агрессивность. Особую роль здесь может сыграть обучение навыкам распределения времени и планирования собственной деятельности.

Важно помочь ребёнку научиться грамотно, распределять своё время и планировать день так, чтобы оставалось время для отдыха, по возможности дневной сон. В этот период требования педагогов увеличиваются, изучаемый материал усложняется. С точки зрения возрастной психологии, старшеклассники вступают на особую ступень возрастного развития – период ранней юности. Юношеский возраст – это переходный период жизни человека между подростковым возрастом и взрослостью.



Профессиональное самоопределение – важнейшая задача данного возраста

Социальная адаптация как приспособление человека к условиям социальной среды предполагает:

- 1) адекватное восприятие окружающей действительности и самого себя;
- 2) адекватную систему отношений и общения с окружающими;
- 3) способность к труду, обучению, к организации досуга и отдыха;
- 4) способность к самообслуживанию и самоорганизации, к взаимобслуживанию в коллективе;
- 5) изменчивость (адаптивность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

Профильное обучение – это вид дифференцированного обучения учащихся в старших классах, оно предполагает углубленное изучение учащимися одного или нескольких предметов, специальных курсов, соответствующих выбранному профилю и обеспечивающих допрофессиональную подготовку с целью выбора будущей сферы деятельности.

Осуществляемая профильная дифференциация позволяет избежать, с одной стороны, узкой специализации, с другой, создает условия для допрофессиональной подготовки и социально-психологической адаптации. Профильное обучение способствует тому, чтобы школьник осознал себя действительно субъектом профессионального выбора. Необходимым этапом в разработке рекомендаций по прогнозированию успешности обучения, профессионального становления и оптимизации функционального состояния является изучение процесса адаптации к определенной деятельности.