

Аннотация

Актуальность исследования заключается в том, что недостаточно разработана проблема, связанная с успешной социально-психологической адаптацией ученика (старшего возраста) к обучению в новой школе. Переход в новую школу - это сильный эмоциональный стресс. Переход в новую школу неизбежно будет сопряжен с рядом проблем. Ученика, пришедшего в новую школу, встретит незнакомый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, которые могут отличаться от его прежней школы, новые обязанности, связанные с учебной работой. А также современный спорт (например, волейбол) ставит перед спортсменами необходимость преодолевать крайне тяжелые, а в ряде случаев и запредельные психоэмоциональные и физические нагрузки. Приспосабливаясь к неблагоприятным экологическим условиям, организм человека испытывает состояние напряжение, утомления, что ведет к снижению иммунитета человека и повышению заболеваемости.

Цель: изучить уровень адаптированности и комфортности школьников спортсменов 6 класса, их влияние на частоту заболеваний.

Задачи:

1. Изучить литературу по проблеме исследования.
2. Выявить уровень адаптации спортсменов – школьников 6-го класса.
3. Выявить уровень заболеваемости спортсменов-школьников.
4. Выявить зависимость уровня заболеваемости от уровня адаптации.

Были получены результаты, которые позволили сделать вывод о том, что все подобранные методики исследования показали зависимость адаптации школьников (спортсменов) и их психофизического состояния на частоту заболеваний:

1. изучение имеющейся литературы по исследуемой проблеме и проведение опросов и тестов, говорит о том, что адаптационные особенности школьников-спортсменов напрямую влияют на состояние их здоровья.
2. Проведение исследовательской части позволило мне выявить уровень адаптированности. Результаты, занесенные в карту школьной адаптации, показали средний уровень адаптации, хороший психологический климат в классе и школе.
3. Уровень заболеваемости учеников данного класса - низкий.
4. Прослеживается зависимость между адаптацией и частотой заболеваемости.

План исследований

1. Актуальность исследования

Каждый человек представляет собой индивидуальность, поэтому экологические и социальные адаптации дополняются психологическими. Индивидуальные и групповые адаптации человека в отличие от биологических адаптаций других организмов обеспечивают наряду с выживанием и воспроизведением потомства выполнение им социальных функций, важнейшей из которых является трудовая деятельность.

Актуальность исследования заключается в том, что недостаточно разработана проблема, связанная с успешной социально-психологической адаптацией ученика (старшего возраста) к обучению в новой школе. Переход в новую школу - это сильный эмоциональный стресс. Переход в новую школу неизбежно будет сопряжен с рядом проблем. Ученика, пришедшего в новую школу, встретит незнакомый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, которые могут отличаться от его прежней школы, новые обязанности, связанные с учебной работой.

Возникает необходимость адаптации к новым условиям жизни (отрыв от привычного коллектива детей), обучения (требования педагога, программа обучения, режим обучения). Поэтому от взрослых, родителей, учителей, школьного психолога и социального педагога потребуется помощь в адаптации и создании благоприятных условий для общения и обучения ребенка в новой школе.

Необходимость роста спортивных достижений у школьников спортсменов заставляет непрерывно повышать объемы и интенсивность тренировок, поэтому нагрузки увеличиваются, что обычно неблагоприятно влияет на состояние здоровья. Экстремальные сдвиги гомеостаза и высокая степень напряжения механизмов адаптации организма спортсменов ведут к развитию дезадаптации [6].

Выделение группы «риска» среди спортсменов с признаками дезадаптации необходимо для своевременного проведения профилактических мероприятий для предупреждения и сохранения здоровья.

Гипотеза. Степень адаптации и уровень комфортности спортсменов 6-го класса напрямую влияет на показатели здоровья.

Целью настоящей работы является изучение уровня адаптированности и комфортности школьников спортсменов 6 класса, их влияние на частоту заболеваний.

Задачи:

1. Изучить литературу по проблеме исследования.

2. Выявить уровень адаптации спортсменов – школьников 6-го класса.

3. Выявить уровень заболеваемости спортсменов-школьников.

4. Выявить зависимость уровня заболеваемости от уровня адаптации.

2. Библиография

В книге В.И. Панова [13] рассматривается проблема адаптации как одна из ключевых в современных исследованиях психологии. Уже на уровне определений подчеркивается важность личности, ее ведущих структурных образований (потребностей, мотивов, отношений к социальным ролям и статусу, Я-концепции) для развития и конечной успешности адаптации в ее социально-психологическом аспекте.

В рамках экологической психологии определены особым подходом к развитию психики человека в книге В.И. Панова [13].

Ученый исходит из того, что:

*природная (физическая) среда человека целостна. В реальной жизнедеятельности в ней не выделяются отдельные физико-химические составляющие. Установить влияние на психологическую адаптацию человека, конкретного «загрязнителя» можно, только надолго поместив испытуемого в лабораторные условия.

* Помимо природной (физической) среды в жизненную среду человека входит среда социальная, которая также оказывает свое влияние, будучи способной компенсировать негативные последствия воздействия на психику экологических «загрязнений». Природная и социальная среда также неразрывно связаны, и экологическое неблагополучие первого компонента жизненной среды неизбежно разрушает жизненную среду в целом.

*Психика человека тоже целостна, в ней невозможно разграничить области, подверженные и не подверженные влиянию экологического неблагополучия. И главное, в реальной жизнедеятельности человека психика неотделима от его жизненной среды. Панов В.И. рассматривает психологическую адаптацию как результат объект-объектных отношений между компонентами системы «человек - жизненная среда». Каждый из компонентов представляет собой сложноорганизованную систему (подсистему). Психика рассматривается как подсистема организации целостного человека

Результатами этих исследований явилось формирование представлений о сложности и многофакторности процесса адаптации детей к школе, требующих междисциплинарного подхода не только к его изучению, но и к разработке подходов повышения эффективности приспособительных реакций.

По определению Агаджанян Н. А., Торшина В.И. [5], адаптация (от лат. adaptatio -- приспособление) - это динамический процесс, благодаря которому подвижные системы живых организмов, несмотря на изменчивость условий, поддерживают устойчивость, необходимую для существования, развития и продолжения рода. Данные ученые подразделяют адаптацию человека на биологическую и социальную. Адаптации человека к условиям обитания имеют частично экологическую, но главным образом социальную природу. Экологические и социально-экономические адаптации дополняются психологическими адаптациями, поскольку каждый человек индивидуален.

Школьная адаптация имеет две стороны:

- 1) приобретение учебных знаний и умений, овладение соответствующими учебными операциями и приспособление к условиям учебы (учебная адаптация);
- 2) включение в коллектив в качестве полноправного его члена на основе интернализации как официальных, так и неофициальных социальных ролей (социальная адаптация).

Несмотря на различие сторон адаптации (учебную и социальную), психологи отмечают их тесную взаимосвязь: усвоение знаний и приобретение соответствующих навыков обусловлены особенностями процесса вхождения новичка в социальную среду предприятия или учебного заведения. По данным М. П. Будякиной и А. А. Русалиновой [7], успешность овладения специальными знаниями влияет на социальную позицию новичка в коллективе, на его отношение к этому коллективу. И наоборот, полнота включения молодого человека в социальную жизнь коллектива обусловлена его деятельностью на учебном поприще.

Нарушения адаптации выражаются в виде активного протеста (враждебность), пассивного протеста (избегание), тревожности и неуверенности в себе и, так или иначе, влияют на все сферы деятельности ребенка в школе:

А) реакция активного протеста. Ребенок непослушен, нарушает дисциплину на уроке, на перемене, ссорится с одноклассниками, мешает им играть, и дети отвергают его. В эмоциональной сфере наблюдаются вспышки раздражения, гнева.

Б) Реакция пассивного протеста. Ребенок редко поднимает руку на уроке, требования учителя выполняет формально (не вдумываясь в смысл того, что делает), на перемене пассивен, предпочитает находиться один, не проявляет интереса к коллективным играм. У него преобладает подавленное настроение, страхи.

В) Реакция тревожности и неуверенности. Ребенок пассивен на уроке, на перемене не может найти себе занятие, предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт. Он, как правило, тревожен, часто плачет, краснеет, теряется даже при малейшем замечании учителя. Иногда выражение реакции тревожности сопровождается тиками, заиканием,

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

а также учащением соматических заболеваний (головная боль, тошнота, ощущение усталости и т. п.).

3. Методики исследования

Социометрическое исследование. С целью измерения межличностных отношений и связей внутри класса был проводится тест, в ходе которого задаются вопросы:

1. На выявление личностных предпочтений учеников: «Кого бы ты пригласил на свой день рождение в первую очередь, во вторую очередь и в третью очередь?».
2. На выявление лидера среди класса: «Допустим, произошло вторжение инопланетян. Они предложили сыграть в волейбол. Победитель этого матча получает право жить на планете Земля. Кого бы Вы выбрали капитаном команды в первую очередь, во вторую очередь, в третью очередь?».

Результаты ответов заносятся в таблицу, и проводится анализ предпочтений:

№	1	2	3
1		*	
2	*		
3			*

Изучение комфортности. С целью измерения удовлетворенностью внутришкольной среды, психологического состояния ученика предполагается проведение анкет по изучению мотивации обучения (приложение 1) и внутриклассным взаимоотношениям (приложение 2). После проведения анкетирования заполняется таблица и делается вывод о комфортности обучения.

Вопросы	№1	№2	№3	№4	№5	№6
1						
Среднеарифметический показатель						
норма						

Показатели учебных достижений. Одним из критериев адаптации служит показатель успеваемости. Если произошло резкое снижение успеваемости, то ученик плохо адаптировался к новым условиям. Изучив оценки 6-го класса, составляется таблица, где ранжируется список учеников по степени адаптации:

№	Среднеарифметическая оценка за 5 класс (год)	Среднеарифметическая оценка за 1 четверть 6-
---	--	--

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

		го класса
1		
2		
Среднеарифметический показатель		

Показатели частоты заболевания. Изучив частоту заболеваемости каждого ученика, заполняется таблица:

№	Сколько раз болел в 1 четверти 6-го класса
1	
2	

По итогам всех проведенных исследований составляется карта школьной адаптации каждого ученика в зависимости от частоты заболеваний и делается вывод:

Социометрические исследования	Мотивация учения	взаимоотношения	успеваемость	Частота заболеваний

Введение

Важную роль в процессе экологической адаптации человека играет состояние естественных приспособительных и защитных механизмов, составляющих биологическое наследство людей [4].

Среда обитания человека представляет собой переплетение взаимодействующих биологических, социальных и антропогенных экологических факторов. В таких условиях необходим единый критерий качества Среды с точки зрения ее пригодности для обитания человека. Согласно Уставу Всемирной организации здравоохранения, принятому в 1968 г., этим критерием служит состояние здоровья населения. В исследования по экологии человека термин «здоровье» используют в широком смысле как показатель полного физического, психического и душевного благополучия [2].

Актуальность исследования заключается в том, что недостаточно разработана проблема, связанная с успешной социально-психологической адаптацией ученика (старшего возраста) к обучению в новой школе. Переход в новую школу - это сильный эмоциональный стресс. Переход в новую школу неизбежно будет сопряжен с рядом проблем. Ученика, пришедшего в новую школу, встретит незнакомый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить

контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, которые могут отличаться от его прежней школы, новые обязанности, связанные с учебной работой.

Возникает необходимость адаптации к новым условиям жизни (отрыв от привычного коллектива детей), обучения (требования педагога, программа обучения, режим обучения). Поэтому от взрослых, родителей, учителей, школьного психолога и социального педагога потребуется помощь в адаптации и создании благоприятных условий для общения и обучения ребенка в новой школе.

В тоже время современный спорт (например, волейбол) ставит перед спортсменами необходимость преодолевать крайне тяжелые, а в ряде случаев и запредельные психоэмоциональные и физические нагрузки. Экстремальные сдвиги гомеостаза и высокая степень напряжения механизмов адаптации организма спортсменов ведут к развитию дезадаптации [6].

Поэтому одной из важнейших проблем экологии человека является изучение комплексного действия социально-биологических и экологических факторов на особенности адаптации детей в школе и поиск путей повышения эффективности этого процесса, так как следствием существенного напряжения может стать нарушение здоровья обучающихся.

Выделение группы «риска» среди спортсменов с признаками дезадаптации необходимо для своевременного проведения профилактических мероприятий для предупреждения и сохранения здоровья.

Гипотеза. Степень адаптации и уровень комфортности спортсменов 6-го класса напрямую влияет на показатели здоровья.

Целью настоящей работы является изучение уровня адаптированности и комфортности школьников спортсменов 6 класса, их влияние на здоровье.

Задачи:

1. Изучить литературу по проблеме исследования.
2. Выявить уровень адаптации спортсменов – школьников 6-го класса.
3. Выявить уровень заболеваемости спортсменов-школьников.
4. Выявить зависимость уровня заболеваемости от уровня адаптации.

1. Теоретическая часть

Благодаря биосоциальной природе человека адаптации его к условиям обитания имеют отчасти биологическую, психологическую и социальную природу. В настоящее время преобладающее значение для освоения человеком новых сред обитания и создания лучших

условий жизни в уже освоенных средах имеют социально-гигиенические мероприятия, результатом которых служит совершенствование комфорта в местообитаниях людей. Адаптации создаются по отношению к факторам как природной, так и искусственной Среды, поэтому они носят не только экологический, но и социально-экономический характер.

Как известно, адаптация (от лат. *adapto* – приспособление) – одно из центральных понятий биологии, физиологии, психологии и многих других наук, изучающих живые организмы, особенно человека [2]. Адаптация в биологическом смысле [9] – приспособление строения и функций организма к условиям среды. Процессы адаптации направлены на сохранение гомеостаза (равновесия) со средой. Изменения, сопровождающие адаптацию, затрагивают все уровни организма: от молекулярного до психологической организации деятельности.

Адаптация социальная – это [12]:

1) постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды;

2) результат этого процесса.

Соотношение этих компонентов, определяющее характер поведения, зависит от целей и ценностных ориентаций человека, возможностей их достижения в социальной среде [12]:

1. Высокий уровень адаптации. Ученик положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно, учебный материал воспринимает легко, глубоко и полно овладевает программным материалом, решает усложненные задачи. Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя, выполняет поручения без внешнего контроля, проявляет большой интерес к самостоятельной работе. Всегда готовится ко всем урокам, общественные поручения выполняет охотно и добросовестно. Занимает в классе благоприятное статусное положение.
2. Средний уровень адаптации. Ученик положительно относится к школе, её посещение не вызывает отрицательных переживаний. Понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно, усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые учебные задачи. Сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле и тогда, когда занят чем-то интересным для себя. Общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками.
3. Низкий уровень адаптации. Ученик отрицательно или индифферентно относится к школе, нередко жалобы на нездоровье, доминирует подавленное настроение. Наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал усваивается фрагментарно, самостоятельная работа с учебным материалом затруднена, к урокам готовится нерегулярно, необходим постоянный контроль, систематическое напоминание и

побуждение со стороны взрослого. Сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха, для понимания нового и решения задач по образцу требуется значительная помощь учителей и родителей. Общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям только часть одноклассников.

Из этих описаний видно, что основная доля характеристик адаптированного и дезадаптированного школьника относится к области усвоения школьного материала и выполнения школьных обязанностей.

1. Академическая адаптация характеризует степень соответствия поведения ребёнка нормам школьной жизни: принятие требований учителя и ритма учебной деятельности, овладение правилами поведения в классе, отношение к школе, достаточная познавательная активность на уроках и т.д.

2. Социальная адаптация отражает успешность вхождения ребёнка в новую социальную группу в виде принятия ребёнка одноклассниками, достаточного количества коммуникативных связей, умения решать межличностные проблемы и т.д.

3. Личностная адаптация характеризует уровень принятия ребёнком самого себя как представителя новой социальной общности («Я – школьник») и выражается в виде соответствующих самооценки и уровня притязаний в школьной сфере, стремления к самоизменению и др.

Критерием и условием успешности адаптации выступает, прежде всего, степень сохранности (как способность к восстановлению) на должном уровне психологического и физического здоровья.

Социальная дезадаптация — это частичная или полная утрата человеком способности приспосабливаться к условиям социальной среды. Социальная дезадаптация означает нарушение взаимодействия индивидуума со средой, характеризующееся невозможностью осуществления им в конкретных микросоциальных условиях своей позитивной социальной роли, соответствующей его возможностям.

Под термином «школьная дезадаптация» («школьная неприспособленность») фактически определяются любые затруднения, возникающие у ребёнка в процессе школьного обучения. К числу основных первичных внешних признаков врачи, педагоги и психологи единодушно относят физиологические проявления затруднений в учёбе и различные нарушения школьных норм поведения.

На физиологическом уровне дезадаптация проявляется в повышенной утомляемости, сниженной работоспособности, импульсивности, неконтролируемом двигательном беспокойстве (расторможенности) либо заторможенности, нарушениях аппетита, сна, речи (заикание,

запинки). Нередко наблюдаются слабость, жалобы на головные боли и боли в животе, гримасничанье, дрожание пальцев рук, обгрызание ногтей и другие навязчивые движения и действия, а также говорение с самим собой, энурез [9].

На познавательном и социально-психологическом уровне признаками дезадаптации являются не успешность учения, негативное отношение к школе (вплоть до отказа посещать её), к учителям и одноклассникам, учебная и игровая пассивность, агрессивность по отношению к людям и вещам, повышенная тревожность, частая смена настроения, страх, упрямство, капризы, повышенная конфликтность, чувства неуверенности, неполноценности, своего отличия от других, заметная уединённость в кругу одноклассников, лживость, заниженная либо завышенная самооценка, сверхчувствительность, сопровождаемая плаксивостью, чрезмерной обидчивостью и раздражительностью [14].

Приспосабливаясь к неблагоприятным экологическим условиям, организм человека испытывает состояние напряжение, утомления. Напряжение - мобилизация всех механизмов, обеспечивающих определенную деятельность организма человека. В зависимости от величины нагрузки, степени подготовки организма, его функционально-структурных и энергетических ресурсов снижается возможность функционирования организма на заданном уровне, то есть наступает утомление. Способность адаптироваться к новым условиям у разных людей не одинакова.

2. Практическая часть

Исследования проводились в 2013 году, в качестве **объекта исследования** были юноши спортивного (волейбол) 6-го класса (18 человек). **Предметом исследования** являются показатели адаптации спортивного класса к новой школе, к совместному обучению в одном классе в сравнении с частотой заболеваемости.

При выявлении личностных предпочтений учеников обнаружилось следующее, что явных дружеских отношений в классе нет, так как ни один человек не получил наибольшее количество голосов. Свой выбор в большей степени ученики отдали друзьям предыдущей школы (приложение 3).

При анализе ответов на второй вопрос в классе выявились два лидера, являющиеся капитанами команд во время спортивных тренировок (приложение 4). Таким образом, можно говорить о том, что классный коллектив не сформирован, отсутствуют межличностные отношения, но и конфликтов нет.

При изучении комфортности обучения проводились два анкетирования. Высчитав среднеарифметический показатель, первая анкета выявила, что у учеников преобладает положительное отношение к школе, но привлекает она своей внеучебной стороной – внешняя мотивация (приложение 5). Для спортивного класса в этом возрасте это считается нормой.

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

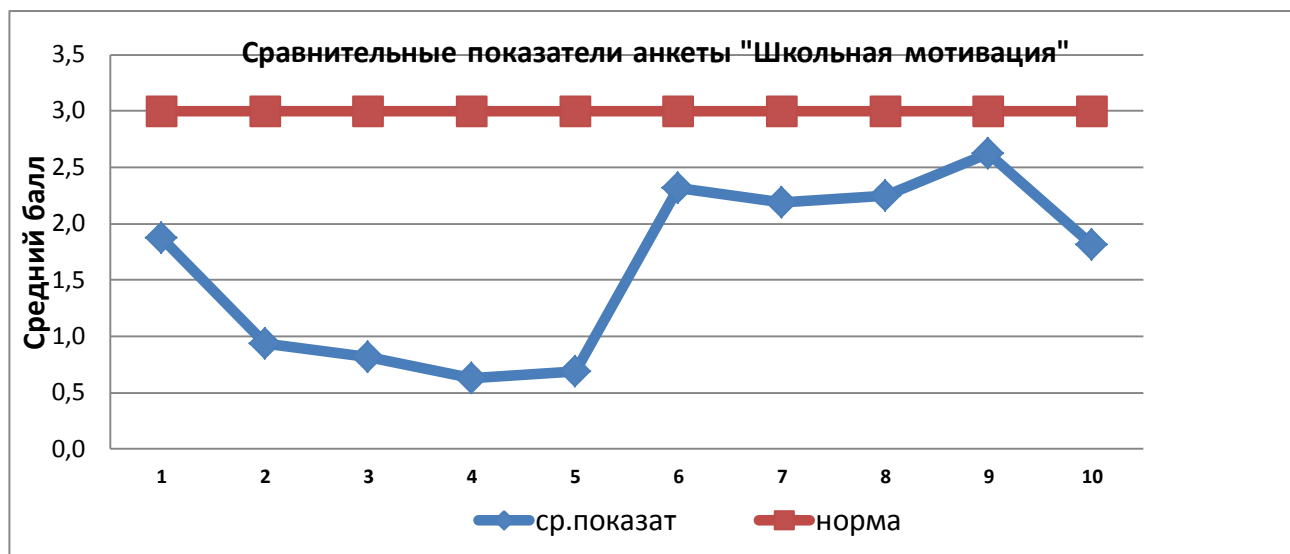


Рис. 1. Сравнительные показатели анкеты «Школьная мотивация».

Однако, на диаграмме видно, что самые низкие показатели (от 0,6 до 0,9) выпадают на 2-5 вопросы. Круг этих вопросов касается возможности невыполнения домашнего задания, выбора остаться дома и не учиться. Вероятно, это связано с дополнительной физической нагрузкой во время тренировок.

Вторая анкета показала, что класс находится в благоприятном психологическом климате (приложение 6). Среднеарифметический показатель равен 2,9 балла, что соответствует 78,3% от нормы.

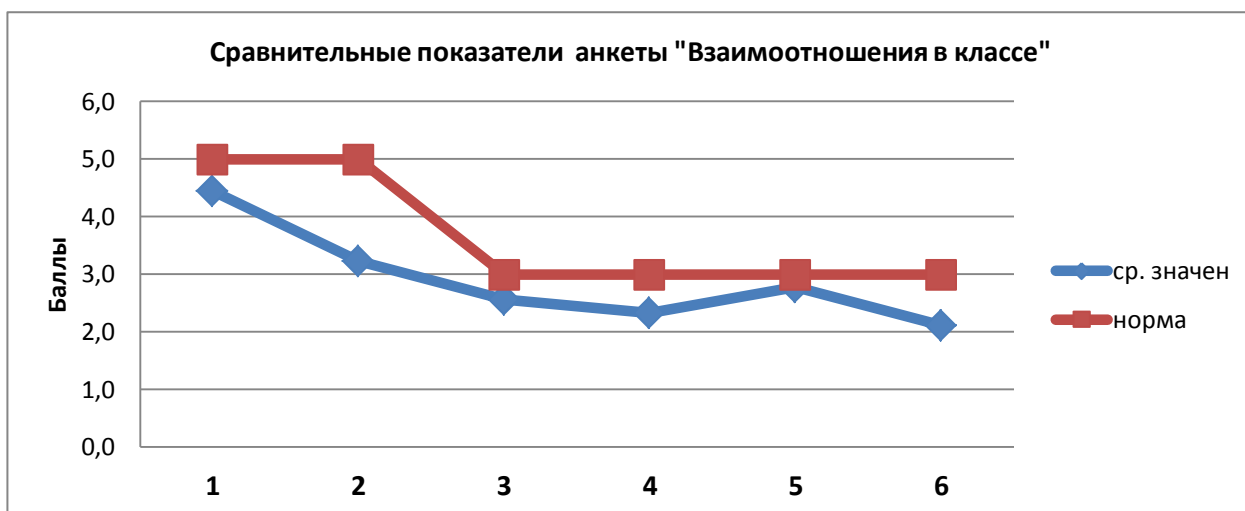


Рис. 2. Сравнительные показатели анкеты «Взаимоотношения в классе».

Из диаграммы видно, что самые низкие показатели (от 2,1 до 2,8) приходятся на 4 и 6 вопросы. Ответ на эти вопросы везде одинаков: «примерно такое же все, как в других классах».

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Анализируя среднеарифметические показатели успеваемости класса в целом, мы пришли к выводу: снижение успеваемости не произошло. Среднеарифметический балл успеваемости учеников по итогам 5 класса равен 4,1 балл, а по итогам 1 полугодия 6 класса – 4,2 балла.

год 5 кл	3,3	3,4	3,4	3,5	3,5	3,8	4	4,1	4,3	4,3	4,3	4,3	4,4	4,4	4,5	4,7	4,9	5
2 чет 6 кл	3,2	3,5	3,6	3,6	3,9	3,9	4	4,1	4,2	4,3	4,3	4,4	4,4	4,5	4,7	4,7	4,9	5

Следовательно, адаптация обучающихся 6 (спортивного) класса прошла успешно (приложение 7).

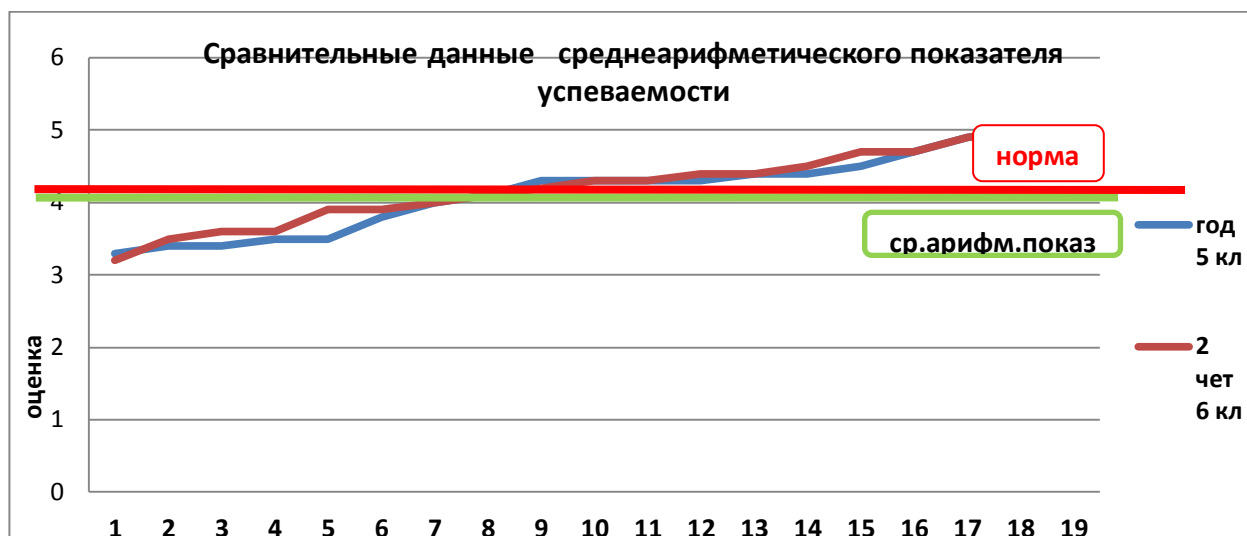


Рис. 3. Сравнительные данные среднеарифметического показателя успеваемости.

Изучив частоту заболеваемости каждого ученика, выяснили следующее: за 1 полугодие болели всего 4 человека по одному разу, что составляет 22,2% от численности класса.

Таблица 1. Частота заболеваний спортсменов 6-го класса.

№	Сколько раз болел в 1 полугодии 6-го класса
1	0
2	0
3	0
4	0
5	0
6	0
7	1
8	0
9	0
10	1
11	0
12	0
13	1
14	0

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

15	1
16	0
17	0
18	0

По итогам всех проведенных исследований была составлена карта школьной адаптации в сравнении с частотой заболеваемости:

Таблица 2. Карта школьной адаптации и частота заболеваний.

Социометрические исследования	Мотивация учения	взаимоотношения	успеваемость	Частота заболеваний
Средний уровень	53,3%	78,3%	100%	22,2%

Заключение

Изучение адаптивных возможностей ученика старших классов (6 класс) и выявление частоты заболеваний позволило сделать следующие выводы:

5. Изучение имеющейся литературы по исследуемой проблеме и проведение опросов и тестов, позволяет сделать следующие выводы: адаптационные особенности школьников-спортсменов напрямую влияют на состояние их здоровья.
6. Проведение исследовательской части позволило мне выявить уровень адаптированности. Результаты, занесенные в карту школьной адаптации, показали средний уровень адаптации.
7. Уровень заболеваемости учеников данного класса - низкий.
8. Следовательно, гипотеза подтвердилась - уровень адаптированности напрямую влияет на частоту заболеваний.
9. Результаты моего исследования были интересны для классного руководителя при формировании классного коллектива, что нашло отражение на психофизическом состоянии здоровья, а значит и на спортивных достижениях. За 6 месяцев учебы ученики данного класса были победителями городских, региональных, зональных первенств по волейболу (приложение 8).

Список литературы

1. Абрамова Г.С. Практикум по возрастной психологии. – М., 2001
2. Агаджанян Н.А., Баевский Р.М., Берсенева А.П. Проблемы адаптации и учение о здоровье. М.: Изд-во РУДН, 2006. 284 с.
3. Агаджанян Н.А., Шабатура Н.Н. Биоритмы, спорт, здоровье. Л.: Наука, 1984. 128 с.
4. Агаджанян Н.А., Торшин В.И. - Экология человека. М 1997.
5. Агаджанян Н.А. Экологическая физиология человека. М.: КРУК, 1998. 416 с
6. Баевский Р.М. Оценка адаптационных возможностей организма и риск развития заболеваний. М.: Медицина, 1997. 287 с.
7. Будякина М.П., Русалинова А.А. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации новичков на предприятиях // Социальная психология и социальное планирование. Л., 1973.
8. Гаркави Л.Х., Квакина Е.Б., Уколова М.А. Адаптационные реакции организма. Ростов-на-Дону: Ростовский ун-т, 1979. 128 с.
9. Казначеев В.П., Лозовой В.П. Некоторые медико-биологические вопросы адаптации человека. /Медико-биологические проблемы адаптации населения в условиях Крайнего Севера. Новосибирск, 2004, С.3-13.
10. Крутько В.Н. Подходы к общей теории здоровья. //Физиология человека, 1994, т. 20, № 6, С.34-40.
11. Кузнецов П.В. Адаптация как функция развития личности. Саратов, 2001, 75 с.
12. Марков Ю.Г. - Социальная экология. Новосибирск 2001, 85 с.
13. Панов В.И. Экологическая психология: Опыт построения методологии. М.: Наука, 2004. 197 с.
14. Под ред. Л.Г. Дикой, А.Л. Журавлева. Психология адаптации и социальная среда: Современные подходы, проблемы, перспективы / М.: Институт психологии РАН, 2007. 624 с.
15. Слоним А.Д. Среда и поведение. Л., 1996, 211 с.

Анкета для определения школьной мотивации.

Автор: Н.Г.Лусканова [13]

1.	Тебе нравится в школе?	да; нет; не очень
2.	Утром ты всегда с радостью идёшь в школу или тебе часто хочется остаться дома?	иду с радостью; бывает по-разному; чаще хочется остаться дома
3.	Если бы учитель сказал, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам, ты пошёл бы или остался дома?	пошёл бы в школу; не знаю; остался бы дома
4.	Тебе нравится, когда отменяются какие-нибудь уроки?	не нравится; бывает по-разному; нравится
5.	Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали никаких домашних заданий?	не хотел бы; не знаю; хотел бы
6.	Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?	нет; не знаю; хотел бы
7.	Ты часто рассказываешь о школе своим родителям и друзьям?	часто; редко; не рассказываю
8.	Ты хотел бы, чтобы у тебя был другой, менее строгий учитель?	мне нравится наш учитель; точно не знаю; хотел бы
9.	У тебя в классе много друзей?	много; мало; нет друзей
10.	Тебе нравятся твои одноклассники?	нравятся; не очень; не нравятся

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Анализ результатов.

За каждый первый ответ – 3 балла, за промежуточный – 1 балл, последний – 0 баллов.

Максимальная оценка – 30 баллов. Чем выше балл, тем выше школьная мотивация.

25 – 30 баллов: сформировано отношение к себе как к школьнику, высокая учебная активность.

20 – 24 балла: отношение к себе как к школьнику практически сформировано (средняя норма мотивации).

15 – 19 баллов: положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами (внешняя мотивация).

10 – 14 баллов: отношение к себе как к школьнику не сформировано (низкий уровень мотивации).

Ниже 10 баллов: негативное отношение к школе (школьная дезадаптация).

Анкета для учащихся 5-8 классов.

Автор: Абрамова Г.С. [1]

1. В нашей школе уютно, чисто, красиво.
2. В кабинетах имеется все необходимое для учебных занятий.
3. Мне нравится, как в школе организовано питание.
4. У нас удобное расписание уроков.
5. Обычно я сильно устаю на уроках*.
6. Объем домашних заданий кажется мне нормальным.
7. В нашей школе есть возможность интересно проводить свободное время.
8. В школе проводится много дел и мероприятий.
9. В школе мне не бывает скучно.
10. В нашу школу часто приходят представители разных организаций (детских центров, образовательных учреждений, предприятий и т.д.); и мы тоже ходим на экскурсии в эти организации.

Оценка результатов

Каждый положительный ответ отмечается знаком «+». Подсчитывается количество ответов, отмеченных знаком «+».

1-4 положительных ответов свидетельствует о низком уровне удовлетворенности условиями предметной среды и организацией образовательного процесса;

5-8 положительных ответов – о достаточном уровне удовлетворенности;

9-10 положительных ответов – о высоком уровне удовлетворенности условиями предметной среды и организацией образовательного процесса.

* Вопрос 5 предполагает отрицательный ответ.

Результаты анкетирования по вопросу: «Кого бы ты пригласил на свой день рождения в первую очередь, во вторую очередь и в третью очередь?»

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1						2	3											1		
2																		1	2	3
3													2					1	2	
4																				
5					3										1			2		
6						2									1	3				
7																		1	2	3
8													1					2	3	
9																		1	2	3
10										1								2	3	
11																		1	2	3
12																				
13									2				3					1		
14						1	2											3		
15				2								3			1					
16											1									
Друг																				
Друг 2																				
	0	0	0	1	1	3	2	0	1	1	1	1	3	0	3	1	0	11	7	4

Результаты социологического исследования по второму вопросу:

«Допустим, произошло вторжение инопланетян. Они предложили сыграть в волейбол. Победитель этого матча получает право жить на планете Земля. Кого бы Вы выбрали капитаном команды в первую очередь, во вторую очередь, в третью очередь?»

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1				1			2							3					
2				2			1											3	
3				2			3											1	
4																			
5				3			1											2	
6				2														1	3
7				1			2	3											
8				1			3											2	
9				1														2	
10				1			2									3			
11				1			3					2							
12																			
13				1			3											2	
14				1			2												
15							1					2				3			
16											1		3						2
Друг																			
Друг 2																			
	0	0	0	12	0	0	11	1	0	0	1	2	1	1	0	2	0	7	2

[illegible]

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Результаты анкетирования по изучению взаимоотношения в классе.

	1	2	3	4	5	6	сумма
1	4	3	3	2	2	1	15
2	4	1	3	3	3	2	16
3	5	3	1	2	3	2	16
4	4	3	2	2	3	3	17
5	4	3	2	3	3	2	17
6	5	3	3	1	3	2	17
7	5	3	3	2	2	2	17
8	4	5	3	3	3	3	21
9	5	5	3	3	3	2	21
ср. значен	4,4	3,2	2,6	2,3	2,8	2,1	2,9
норма	5	5	3	3	3	3	3,67

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Среднеарифметические показатели успеваемости учеников 6-го спортивного класса за 2012-2013 уч.год.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
учебные предметы	3	4	3	5	3	4	4	5	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4
	3	4	4	5	3	4	4	5	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4
	3	4	3	5	3	4	4	5	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4
	4	4	5	5	3	4	4	5	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4
	4	4	5	5	3	4	4	5	4	3	3	4	5	4	4	4	3	4
	5	4	4	5	3	4	4	5	4	3	3	4	5	4	4	4	3	4
	4	4	5	5	3	4	4	5	4	3	3	4	5	5	4	4	3	3
	5	4	3	5	3	4	4	5	4	3	3	4	5	5	4	4	3	3
	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	3	4	5	5	5	5	3	3
	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	3
	4	5	4	5	4	5	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5
	4	5	4	5	4	5	5	4	3	4	4	5	5	5	5	5	4	5
	4		4		4	5			3	4	4	5	5			5	4	
									3	5	4	5				5		
												5						
ср. показ	4,1	4,3	4,0	5,0	3,4	4,3	4,3	4,9	3,4	3,5	3,3	4,4	4,7	4,5	4,3	4,4	3,5	3,8

Среднеарифметические показатели успеваемости учеников 6-го спортивного класса за 2013-2014 уч.год (2 четверть)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
учебные предметы	4	4	3	3	5	4	4	3	3	5	3	5	4	4	4	3	4	5
	4	4	3	3	5	4	4	3	4	5	3	5	4	4	4	3	4	4
	4	4	3	3	5	4	4	3	3	5	4	5	5	4	4	3	4	4

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

	4	4	3	3	5	4	4	3	3	5	3	5	5	4	4	3	3	4
	4	4	4	3	5	4	4	3	4	5	3	5	5	5	4	3	3	4
	4	4	4	3	5	4	4	3	3	4	3	5	5	5	5	4	3	4
	4	4	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	5	5	5	4	3	4
	4	4	4	3	5	4	4	3	5	4	4	4	5	5	5	4	3	4
	4	4	4	4	5	4	5	3	4	4	5	4	5	5	5	4	3	3
	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	3	3
	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	3	3
	5	5	5	4	5	5	5	4	3	4	3	4	5	5	5	5	3	3
	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	3	3
	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	3	3
	3	5	5	3	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	3	3
ср.знач	4,2	4,3	4,1	3,5	5,0	4,4	4,5	3,6	3,9	4,3	3,9	4,4	4,9	4,7	4,7	4,0	3,2	3,6

«Влияние адаптации и степени комфортности спортсменов 6-го класса на частоту заболеваемости»

Ученицы 9 класса В.А., 2014 год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»