Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 9»

**ПРОЕКТ**

«Адаптация учащихся 1-го, 5-го, 10-го классов»

 Автор: ученица 10 класса

 *Никифорова Кристина Евгеньевна, 10 класс*

 **Руководитель проекта: педагог-психолог**

 **МБОУ «СОШ №9»**

 *Шумеева Наталья Сергеевна*

***г. Зима***

2021г.

**Содержание**

1. Введение …………………………………………………………………….. 3
2. Глава 1. Основные теоретические аспекты адаптации учащихся ……….. 4
3. 1.1. Особенности адаптации учащихся 1, 5, 10 классов……………………5
4. 1.2. Виды адаптации ………………………………………………………….6
5. Глава 2. Исследование адаптации учащихся 1, 5, 10 классов ……………..7
6. 2.1. Исследование адаптации 1-го класса …………………………………..7
7. 2.2. Исследование адаптации 5-го класса …………………………………..8
8. 2.3. Исследование адаптации 10-го класса ………………………………..10
9. Заключение………………………………………………………………….. 14
10. Список использованных источников ……………………………………...15
11. Приложения ………………………………………………………………….16

**Введение**

Необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения. Каждый такой переходный период обладает своей спецификой, связанной в первую очередь с психологическими особенностями возраста.

И у первоклассников, и у пятиклассников, и у десятиклассников меняется:

- социальное окружение (у десятиклассников новый состав класса, у пятиклассников появляются новые учителя, у первоклассников меняется вся его жизнь, новые правила, новые требования, новый распорядок дня и т.д.)

- система деятельности (новая учебная ситуация для дошкольников, для пятиклассников и десятиклассников новая ступень образования).

Ситуация новизны всегда для любого ребенка, школьника, подростка и даже взрослого является тревожной. Ребенок чувствует эмоциональный дискомфорт, прежде всего из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр.

Это состояние можно назвать состоянием внутренней напряженности, настороженности. Такое психологическое напряжение, будучи достаточно длительным, может привести к школьной дезадаптации: ребенок становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстает в учебе, быстро утомляется и просто не хочет идти в школу.

**Актуальность:** Адаптация ребенка в школе – это процесс приспособления к школьным требованиям и порядкам, к новому окружению, к новым условиям жизни. Школа на протяжении всего учебного процесса, ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

Каждый новый этап школьника – поступление в школу, переход в средние и старшие классы, сопровождается влиянием на ребенка целого комплекса новых факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности (для первоклассников), появление новых, не всегда привлекательных обязанностей.

Основными факторами, которые влияют на адаптацию в 1-х, 5-х, 10-х классах, являются:

- новые условия обучения;

- изменения социального статуса в классном коллективе;

- увеличение учебной нагрузки;

- физиологические изменения;

- психологические новообразования.

Адаптация к школе далеко не у всех детей протекает безболезненно. Не каждый организм способен полностью мобилизовать систему адаптационных реакций. У некоторых детей адаптация не наступает совсем, тогда приходится говорить о социально-психологической дезадаптации, которая ведет к серьезным последствиям (вплоть до невозможности получить полноценное образование и найти свое место во взрослой жизни).

Исследование адаптации очень актуально как для учителей, так и для учеников. Поскольку я сейчас обучаюсь в 10 классе, в котором происходит один из этапов адаптации, для меня данная тема показалась интересной для изучения.

Для того чтобы провести более широкое исследование, в котором можно было бы выяснить и сравнить особенности адаптационного периода на разных этапах, я решила провести исследование адаптации в 1, 5, 10 классах.

**Цель:** исследовать особенности протекания процесса адаптации учащихся к новым условиям обучения.

**Задачи:**

1. Исследовать особенности психологической адаптации 1, 5, 10 классов;
2. Провести диагностику обучающихся 1-го, 5-го и 10-го классов;
3. Определить уровень и особенности адаптации обучающихся.

**Предмет исследования:** учащиеся 1, 5, 10 классов.

**Объект исследования:** уровень адаптации учащихся 1, 5, 10 классов.

**Тип проекта:** Учебно-исследовательский.

**Этапы работы над проектом:** Работу проекта я начала с постановки целей и задач, изучения теории особенностей адаптации разных возрастных групп, использовала разные литературные и интернет источники. Изучила диагностические материалы по данной теме. Так же изучила методические материалы по психологии. Совместно с руководителем проекта провела диагностику в 1 «Б», 5 «В» и 10 классе, произвела обработку диагностических бланков. Затем проводила исследование уровня адаптации классов, сравнительный анализ особенностей адаптации разных классов.

**Глава 1. Основные теоретические аспекты адаптации учащихся**

Переход на новую ступень образования характеризуется рядом психологических особенностей. Прежде всего, учащиеся попадают в новый коллектив сверстников и учителей, происходит значительное увеличение учебной нагрузки. Кроме того, в каждом “переходном” классе имеются свои особенности.

1 класс: У детей наблюдается повышение личностной и ситуационной тревожности. Для них часто непонятны школьные правила, особенно для тех детей, которые не посещают дошкольные учреждения, детям сложно принять эти правила и контролировать свое поведение в рамках этих правил. Поэтому у них наблюдаются эмоциональные и соматические сбои, дети становятся плаксивы, сдаются при столкновении с трудностями. Часто нарушают дисциплину в школе, особенно в первые месяцы обучения.

Наиболее распространенные проблемы первоклассников:

- ребенок не может сосредоточиться, его внимание рассеянно;

- ребенок не в состоянии самостоятельно справиться с заданием;

- ребенок не может подолгу сидеть без движения  над домашними заданиями, его больше интересуют игрушки, а не книжки-прописи.

5 класс: Наблюдения показывают что в первые полгода обучения в среднем звене школьники проявляют пассивность в поведении, внимание рассеяно, ответственность снижена, дети могут быть эмоциональны, либо не уверенны в себе. В процессе адаптации заметно снижается уровень обучения. Снижается активность в общении с учителями, и сверстниками, потому что дети привыкают к новому для них окружению.

Успешное прохождение пятиклассниками периода адаптации можно определить по:

1. Состоянию физического здоровья – предполагается, что пятиклассник умеет приспособиться к возрастающей учебной нагрузке без вреда своему здоровью и работать в едином темпе со всем классом на протяжении урока.

2. Состоянию психического и психологического здоровья – это прежде всего наличие здоровой нервной системы, состояние которой зависит от спокойной и доброжелательной обстановки в семье, от создания условий для полноценного развития ребенка.

3. Огромное значение имеет психологически комфортный микроклимат, в классе.

4. Значимым компонентом готовности к обучению в основной школе является произвольность (умение управлять своей деятельностью, быть активным и самостоятельным), которая проявляется при выполнении учебных заданий. О развитии произвольности говорит и умение управлять своими эмоциями.

10 класс: Учащиеся этого этапа часто, утомленные экзаменами в 9 классе, не желают относится серьезно у обучению в общем. Общение с одноклассниками их так же мало интересует, так как в этом возрасте уже практически у всех сложен свой круг общения со сверстниками. Желание отдохнуть ведет к ослаблению внимания к школьным предметам. Их интересы сейчас направленны в будущее, профессиональное самоопределение.

В связи с тем, что учащиеся 10 класса находятся в новых условиях (новые коллективы, новая система занятий, новые формы работы, изменившиеся объемы работы и характер мыслительных действий и др.) необходимо исследование их адаптации. 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 взаимообслуживанию в коллективе;

5) изменчивость (адаптивность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

В связи с этими особенностями адаптационных периодов для своего исследовательского проекта я хотела предложить следующую гипотезу.

**Гипотеза:** у учащихся 1, 5 классов более высокий уровень адаптации и удовлетворенности школьной жизнью, чем у учащихся 10-го класса.

Мне кажется что у первоклассников, так же как и у пятиклассников, школа имеет большую значимость в их жизни, чем у десятиклассников. Поэтому первоклассники, конечно испытывают ряд трудностей в адаптации в начале первого учебного года, но к концу учебного года они достаточно дисциплинированны и заинтересованы в учебном процессе. Новый коллектив, для них становится привычным, появляются общие друзья, устанавливаются взаимоотношения с учителем, они привыкают к школьным правилам, и новым обязанностям, учебные предметы вызывают активный интерес.

У пятиклассников школьная жизнь очень значима, у них уже сложен коллектив, им предстоит адаптироваться только в новой системе обучения (новые предметы, разные учителя).

Мне кажется, что десятиклассники воспринимают школьную жизнь, как практически пройденный этап, и поэтому их отношение к школе в адаптационный период более негативно.

* 1. **Виды адаптации**

В моем исследовательском проекте я буду исследовать уровень адаптации в 1, 5, 10 классах, рассмотри виды, уровни адаптации.

**Высокая степень адаптации.**

Дети адаптируются к школе в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей в классе, у них почти всегда хорошее настроение, они доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Эти качества позволяют им с первых дней ощутить свои успехи, что ещё больше повышает учебную мотивацию.

**Средняя степень адаптации.**

Эти дети имеют более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Как правило, эти дети испытывают небольшие трудности в усвоении учебной программы. Благодаря доброжелательному и тактичному отношению учителей к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными школьным требованиям.

**Низкая степень адаптации.**

Социально-психологическая адаптация этих детей связана со значительными трудностями; кроме того, они не усваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Постоянные неуспехи в учебе, отсутствие контакта с педагогами, создают отчуждение и отрицательное отношение сверстников.

**Глава 2. Исследование адаптации учащихся 1, 5, 10 классов**

Для того чтобы, определить уровень адаптации учащихся, при проведении мной исследования, использовались следующие диагностические методики:

Для 1 класса:

1. Таблица психолого-педагогических характеристик (Приложение 1);
2. Методика определения дезадаптации школьников «Опросник Л.М. Ковалевой (Приложение 2);
3. Анкета для родителей первоклассников (Приложение 3).

Для 5 класса:

1. Опросник «Чувства в школе» (Приложение 4);
2. Методика «Тест школьной тревожности Филипса» (Приложение 5);
3. Анкета «Как определить состояние психологического климата в классе» Федоренко Л.Г. (Приложение 6).

Для 10 класса:

1. Методика изучения удовлетворенности школьной жизнью А.А. Андреева (Приложение 7);
2. Методика «Тест школьной тревожности Филипса» (Приложение 5);
3. Анкета «Ты в школе» (Приложение 9).

По результатам данных диагностических методик, было проведено исследование уровня адаптации 1, 5, 10 классов, всего уровень адаптации исследовала у 60 обучающихся. Исследование проводилось в 1 «Б» - 30 чел., 5 «В» 15чел., 10 классе 15 чел.. Результаты своего исследования представила с помощью таблиц и диаграмм.

**2.1. Исследование адаптации учащихся 1-го класса**

Рассмотрим исследование адаптации 1-го класса, Рисунок №1 «Результаты диагностического исследования адаптации первоклассников» представлен сравнительный анализ всех трех методик «Методика определения дезадаптации школьников Л.М. Ковалевой», «Таблица психолого-педагогических характеристик», «Анкета для родителей первоклассников».

Результаты диагностики с помощью «Опросника Л.М. Ковалевой» показаны в 1 столбце, как видно практически все дети имеют высокий уровень адаптации. Таблицу психолого-педагогических характеристик заполнял учитель, более половины детей имеет высокий и средний уровень освоения учебных навыков, детей которые не освоили учебные навыки так же много. Родители первоклассников, так же заполняли анкеты и оценивали состояние ребенка в период адаптации, по результатам анкет большинство первоклассников дома положительно отзывались о школе, старались выполнять домашнее задание самостоятельно, поэтому детей с низким уровнем адаптации было всего 12% от числа всего класса.

Рис. 1 «Результаты диагностического исследования адаптации первоклассников»

По результатам проведенных исследований, вывела средний уровень адаптации первоклассников (Рис.2 «Итоговые результаты диагностического исследования адаптации первоклассников») Адаптация 28% учащихся, средний уровень 57%, дезадаптация отмечается у 15% учащихся 1-го класса.

Рис. 2 «Итоговые результаты диагностического исследования адаптации первоклассников»

**2.2 Исследование адаптации учащихся 5-го класса**

При исследовании адаптации в 5 классе, мной были получены следующие результаты: Опросник «Чувства в школе» (таблица №1) по каждому из чувств были посчитаны количество баллов, и получилось что преобладают у пятиклассников чувства усталости и при этом радости. Усталость испытывают от учебной нагрузки, это понятно, но многие испытывают и радость от учебного процесса и общения с одноклассниками.

Таблица №1

Результаты исследования адаптации пятиклассников с помощью опросника «Чувства в школе»

|  |  |
| --- | --- |
| Чувства | Кол-во учащихся, испытывающих данные чувства |
| Спокойствие | 8 |
| Усталость | 13(60%) |
| Скуку | 9 |
| Радость | 10 (47%) |
| Уверенность в себе | 8 |
| Беспокойство | 9 |
| Неудовлетворенность собой | 0 |
| Раздражение | 5 |
| Сомнение | 9 |
| Обиду | 5 |
| Чувство унижения | 1 |
| Страх | 8 |
| Тревогу за будущее | 5 |
| Благодарность | 8 |
| Симпатию к учителям | 3 |
| Желание приходить сюда | 7 |

В пятом классе у детей мало негативных чувств в школе, но и позитивных не так много. Они еще не успели освоится с новым этапом в обучении и пока привыкают к новым предметам и учителям.

С помощью методики «Тест школьной тревожности Филипса» изучила общую тревожность в классе (Рисунок №3 «Общий уровень тревожности по классу») и по разным факторам (Таблица №2 Результаты исследования адаптации пятиклассников с помощью методики «Тест школьной тревожности Филипса»).

По фактору «Общая тревожность в школе» повышенная тревога есть у 38% учащихся в 5 «В» классе, высокая тревожность у 9%. По фактору «Страх ситуации проверки знаний» так же многие ученики испытывают повышенную (23%) и высокую (4%) тревожность, но нужно сказать что это во многих случаях ситуативная тревожность. Такие факторы как «Переживание социального стресса», «Фрустрация потребности в достижении успеха», «Проблемы в отношениях с учителями» отмечается только у нескольких пятиклассников.

\

Таблица №2

Результаты исследования адаптации пятиклассников с помощью методики «Тест школьной тревожности Филипса»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **Факторы** | Кол-во учащихся, у которых отмечается повышенная тревожность | Кол-во учащихся, у которых отмечается высокая тревожность |
| 1. Общая тревожность в школе | 8 | 2 |
| 2. Переживание социального стресса | 1 | 0 |
| 3. Фрустрация потребности в достижении успеха | 0 | 0 |
| 4. Страх самовыражения | 3 | 3 |
| 5. Страх ситуации проверки знаний | 5 | 4 |
| 6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 4 | 0 |
| 7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 3 | 2 |
| 8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 2 | 0 |

Построила диаграмму по общему уровню тревожности в классе, мы видим что у большинства (81%) учеников 5 «В» класса тревожность в норме.

Рис. 3 «Общий уровень тревожности по классу»

На Рис. 4 Результаты Анкеты «Как определить состояние психологического климата в классе» Федоренко Л.Г. показано, что 80% пятиклассников, высоко оценивают психологический климат в классе, им нравятся отношения с одноклассниками и они испытывают психологический комфорт, 20% школьников скорее безразлично относятся к психологическому климату класса, их больше интересует общение со сверстниками вне школы.

Рис. 4 «Результаты Анкеты «Как определить состояние психологического климата в классе» Федоренко Л.Г»

По представленным результатам исследования в 5 классе, можно сделать вывод что около 70% учеников имеют высокий уровень адаптации, и остальные средний уровень адаптации. А высокая тревожность у нескольких учеников имеет ситуативный характер.

**2.2 Исследование адаптации учащихся 10-го класса**

Исследование адаптации в 10 классе я начала с методики изучения удовлетворенности школьной жизнью А.А. Андреева. При количественной обработке, диагностических бланков, был получен общий коэффициент класса - 1.9, что соответствует низкому уровню удовлетворенности учащихся школьной жизнью**.** С помощью этой методики, мы так же провели качественный и количественный анализ по каждому из учеников. То есть по каждому бланку был выделен индивидуальный коэффициент. Высокий уровень (7%), средний 23%, низкий 70%. Результаты этого исследования представлены в диаграмме«Результаты методики изучения удовлетворенности школьной жизнью А.А. Андреева десятиклассников» (Рис.5)

Рис. 5 «Результаты методики изучения удовлетворенности школьной жизнью А.А. Андреева десятиклассников»

 Качественный анализ диагностических бланков по данной методике показал, что больше всего, учащиеся были не согласны с утверждениями: «Я иду в школу с радостью», «В классе я могу всегда свободно высказать свое мнение», «На летних каникулах я скучаю по школе». Многие десятиклассники затруднялись с ответами практически на все утверждения, поэтому диагностика показала что большинство подростков нет удовлетворенности школьной жизнью. Возможно такие данные получены, так как учащиеся в силу возрастных особенностей, тянуться к более новым впечатлениям, к новому окружению. Результаты качественного анализа представлены в таблице №3

Таблица №3

Качественный анализ методики изучения удовлетворенности школьной жизнью А.А. Андреева десятиклассников

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждение | Выбранные варианты ответов |
| Совершенно согласен | Согласен | Трудно сказать | Не согласен | Совершенно не согласен |
| Я иду утром в школу с радостью | 0 | 2 | 5 | 1 | 3 |
| В школе у меня обычно хорошее настроение | 1 | 2 | 5 | 1 | 2 |
| В нашем классе хороший классный руководитель | 7 | 3 | 1 | 0 | 0 |
| К нашим учителям можно обратиться за помощью | 1 | 5 | 4 | 1 | 0 |
| У меня есть любимый учитель | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 |
| В классе я могу спокойно высказать свое мнение | 4 | 2 | 2 | 3 | 0 |
| Я считаю, что в нашей школе созданы все условия для развития моих способностей  | 0 | 3 | 7 | 1 | 0 |
| У меня есть любимые школьные предметы | 2 | 6 | 1 | 1 | 1 |
| Я считаю, что школа по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 |
| На летних каникулах я скучаю по школе | 0 | 1 | 5 | 0 | 5 |

Теперь представлю результаты анализа по факторам Теста школьной тревожности Филипса (Таблица №4). По таким факторам как «Проблемы и страхи в отношениях с учителями», «Переживание социального стресса» у десятиклассников отмечается повышенная тревога. Я думаю, это из-за того что учителя к нам стали предъявлять более высокие требования.

Таблица №4

Результаты исследования адаптации десятиклассников с помощью методики «Тест школьной тревожности Филипса»

|  |  |
| --- | --- |
| **Факторы** | Кол-во учащихся, у которых отмечается повышенная тревожность по факторам |
| 1. Общая тревожность в школе | 1 |
| 2. Переживание социального стресса | 4 |
| 3. Фрустрация потребности в достижении успеха | 1 |
| 4. Страх самовыражения | 2 |
| 5. Страх ситуации проверки знаний | 2 |
| 6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 2 |
| 7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | - |
| 8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 8 |

Диаграмму общей тревожности по тесту Филипса для десятиклассников, составлять не стала, из-за того что только у одного учащегося была повышенная общая тревожность, у остальных уровень тревоги в норме.

Результаты исследования отношения к школе десятиклассников с помощью Анкеты «Ты в школе» (Рис. 6) показывают нам, что 59% учащихся испытывают позитивное и 58% нейтральное отношение к школе и к процессу объединения классов. Негативное отношение к школе имеют 39% учеников 10 класса.

Рис. 6 Результаты исследования отношения к школе десятиклассников с помощью Анкеты «Ты в школе»

Таким образом можно сделать вывод, что у большинства учащихся отмечается эмоционально положительное отношение к школе.

**Заключение**

По результатам проведенной исследовательской работы по проекту получились следующие результаты:

Рис. 6 «Результаты диагностического исследования адаптации 1-го, 5-го, 10-го классов»

 Адаптация 28% учащихся, средний уровень 57%, дезадаптация отмечается у 15% учащихся 1-го класса. По представленным результатам исследования в 5 классе, можно сделать вывод что около 70% учеников имеют высокий уровень адаптации, и остальные средний уровень адаптации. А высокая тревожность у нескольких учеников имеет ситуативный характер. У большинства учащихся 10 класса отмечается средний уровень адаптации. Но и достаточно многие из одноклассников испытывают дискомфорт в школьной среде. Исходя из моего исследования можно сделать вывод, что большинство детей не испытывают дискомфорт во время адаптации.

Таким образом я считаю что гипотеза проекта была доказана, у первоклассников уровень адаптации в большинстве средний и высокий, у пятиклассников низкий уровень адаптации не отмечается. У десятиклассников низкий уровень адаптации у 40%, а средний и высокий у 60-ти процентах учащихся.

В ходе работы над этим проектом, мною была проделана огромная работа. Я изучила теоретические аспекты адаптации учащихся на разных этапах обучения. Изучила методологию, и провела диагностическое исследование по определению уровня адаптации учащихся 1-го, 5-го, 10-го классов. Выяснила что действительно у десятиклассников более негативное отношение к процессу обучения, и поэтому уровень адаптации имеет более низкие показатели, чем у учащихся 1, 5 классов. В дальнейшем данная проектная работа может быть полезной для коррекционной работы педагога-психолога

Я многому научилась, например: строить диаграммы, высчитывать проценты по заполненным бланкам. Я смогла углубиться в школьное восприятие детей и понять почему многие подростки довольно эмоциональные. Благодаря тестированию в моем классе, я узнала что думают мои одноклассники о школе. Проект показался мне интересным и очень захватывающим.

**Список использованных источников:**

1. Лепешова Е. «Ваш первоклассник»  / «Издательские решения»,  2015
2. Козюлина А.В., Маркина М.Б. «Справочник педагога-психолога» Школа №1 / Издательский дом МЦФЭР, 2015 / стр. 53-57
3. Безруких М.М. «Справочник педагога-психолога» Школа №9 / Издательский дом МЦФЭР, 2014 / стр. 37-44
4. Чистякова Т.А. «Справочник педагога-психолога» Школа №9 / Издательский дом МЦФЭР, 2014 / стр. 48-55
5. Сайт «Портал педагога»: <https://portalpedagoga.ru/servisy/publik/publ?id=20657>
6. Сайт «Образовательная социальная сеть»: <https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2012/12/14/diagnosticheskie-metodiki-v-period-adaptatsii>
7. Сайт «Мультиурок»: <https://multiurok.ru/files/adaptatsiia-shkolnikov-1-5-10-klassy.html>
8. Сайт ""Инфоурок": <https://infourok.ru/diagnostika-adaptacii-obuchayuschihsya-h-h-h-klassov-diagnosticheskiy-minimum-1853120.html>

Приложение 1



Приложение 2

**Опросник Л.М. Ковалёвой для учителя**

В бланке ответов вычёркивать номера, в которых описаны фрагменты поведения, характерные для конкретного ребёнка. Бланк разделён на две части.

1.Родители совершенно устранились от воспитания, почти не бывают в школе.

2.При поступлении в школу ребёнок не владел элементарными учебными навыками (не умел считать, не знал букв и т.п.).

3.Не знает многое из того, что известно большинству детей его возраста (дни недели, времена года).

4.Плохо развиты мелкие мышцы рук (трудности с письмом, неравномерные буквы).

5.Пишет правой рукой, но со слов родителей является переученной левшой.

6.Пишет левой рукой.

7.Бесцельно двигает руками.

8.Часто моргает.

9.Сосёт палец или ручку.

10.Иногда заикается.

11.Грызёт ногти.

12.У ребёнка хрупкое телосложение, маленький рост.

13.Ребёнок явно «домашний», нуждается в доброжелательной атмосфере, любит, когда его гладят, обнимают.

14.Очень любит играть, играет даже на уроках.

15.Такое впечатление, что он младше других детей, хотя по возрасту им ровесник.

16. Речь инфантильна, напоминает речь 4-5 летнего ребёнка.

17.Чрезмерно беспокоен на уроках.

18.Быстро примиряется с неудачами.

19.Любит шумные подвижные игры на переменах.

20.Не может долго сосредоточиться на одном задании, всегда старается сделать побыстрее, не заботясь о качестве.

21.После интересной игры, физкультурной паузы его невозможно настроить на работу.

22.Долго переживает неудачи.

23.При неожиданном вопросе учителя часто теряется, но если дать ему время на обдумывание , может ответить хорошо.

24.Очень долго выполняет любое задание.

25.Домашнее задание выполняет гораздо лучше классных (разница очень существенная, больше, чем у других детей).

26.Очень долго перестраивается с одной деятельности на другую.

27.Часто не может повторить за учителем самый простой материал, при этом демонстрирует отличную память, когда речь идёт об интересующих его вещах (знает марки машин, но не может повторить простое правило)

28.Требует к себе постоянного внимания со стороны учителя. Почти всё делает только после персонального обращения.

29. Допускает много ошибок при списывании.

30.Часто отвлечь его от задания, достаточно малейшей причины (скрипнула дверь и т.п.)

31.Приносит в школу игрушки и часто играет ими.

32.Никогда ничего не сделает сверх положенного (не стремится что-то узнать).

33.Родители жалуются, что с трудом усаживают его за уроки.

34.Такое впечатление, что на уроках ему плохо, оживает только на переменах.

35.Не любит никаких усилий, если что-то не получается, бросает, ищет оправдания.

36.Не совсем здоровый вид (бледный, худенький)

37.К концу урока работает хуже, часто отвлекается, сидит с отсутствующим видом.

38.Если что-то не получается, раздражается, плачет.

39.Плохо работает в условиях ограниченного времени. Если торопить, отключается.

40.Часто жалуется на усталость, головную боль.

41.Почти никогда не отвечает правильно, если вопрос поставлен нестандартно.

42.Ответ становится лучше, если есть опора (считает пальцы)

43.После объяснений учителя не может выполнить аналогичное задание.

44.Затрудняется применять ранее усвоенные понятия.

45.Часто отвечает не по существу, не может выделить главное.

46.Такое впечатление, что ему трудно понять объяснение.

Ф.И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Класс \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 1 |  |  |  |  |  | РО |
|  |  | 2 | 3 | 4 |  |  | НГШ |
|  | 5 | 6 |  |  |  |  | Л |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |  |  | НС |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  | И |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |  |  | ГС |
|  | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |  | ИНС |
|  |  | 27 | 28 | 29 | 30 |  | НП |
| 31 | 32 | 33 | 34 | 35 |  |  | НМ |
|  |  | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | АС |
|  | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | НИД |

Если номер вычеркнутого фрагмента находится в левой колонке таблицы – при обработке засчитывается 1 балл, если справа- 2 балла. Максимально возможная сумма – 70 баллов. Подсчитав сумму баллов, можно определить коэффициент дезадаптации.

**К = П/70 \* 100%**

Где **П** – количество баллов, набранных ребёнком

Результаты:

Показатель 14% является нормальным, не даёт возможности говорить о неблагополучии

15% - 30 % - средняя степень дезадаптации

Более 30% - группа риска, в ней две подгруппы

А – 31% - 40% - серьёзная степень дезадаптации

Б – более 40% - дети, как правило, нуждаются в консультации психоневролога.

Приложение 3

**Анкета для родителей первоклассников**

 Просим вас ответить на приведённые ниже вопросы. Подчеркните тот вариант, который кажется Вам наиболее подходящим к вашему ребёнку.

1. Охотно ли идёт ребёнок в школу?

-неохотно( ДА)

-без особой охоты (ВДА)

-охотно, с радостью( А)

-затрудняюсь ответить

2. Вполне ли приспособился к школьному режиму? Принимает как должное новый распорядок?

-пока нет (ДА)

-не совсем (ВДА)

-в основном, да( А)

-затрудняюсь ответить

3. Переживает ли свои учебные успехи и неуспехи?

-скорее нет, чем да ( ДА)

-не вполне (ВДА)

-в основном да ( А)

-затрудняюсь ответить

4.Часто ли ребёнок делится с Вами школьными впечатлениями?

-иногда (ВДА)

-довольно часто( А)

-затрудняюсь ответить

5.Каков преобладающий эмоциональный характер этих впечатлений?

-в основном отрицательные впечатления( ДА)

-положительных и отрицательных примерно поровну (ВДА)

-в основном положительные впечатления( А)

6. Сколько времени в среднем тратит ребёнок на выполнение домашних заданий? (Укажите конкретную цифру)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| более 45 мин ДА | 30-45 мин ВДА | 15-30 мин А |

7.Нуждается ли ваш ребёнок в Вашей помощи при выполнении домашних заданий?

-довольно часто( ДА)

-иногда (ВДА)

-не нуждается в помощи( А)

- затрудняюсь ответить

8. Как ребёнок преодолевает трудности в работе?

-перед трудностями сразу пасует( ДА)

-обращается за помощью (ВДА)

-старается преодолевать сам, но может отступить (ВДА)

-настойчив в преодолении трудностей( А)

-затрудняюсь ответить

9.Способен ли ребёнок сам проверить свою работу, найти и исправить ошибки?

-сам этого сделать не может ( ДА)

-иногда может (ВДА)

-может, если его побудить к этому( А)

-как правило, может( А)

-затрудняюсь ответить

10. Часто ли ребёнок жалуется на товарищей по классу, обижается на них?

-довольно часто( ДА)

-бывает, но редко(ВДА)

-такого практически не бывает( А)

-затрудняюсь ответить

11. Справляется ли ребёнок с учебной нагрузкой без перенапряжения?

-нет( ДА)

-скорее нет, чем да(ВДА)

-скорее да, чем нет( А)

-затрудняюсь ответить

**А- адаптация**

**ВДА- возможна дезадаптация**

**ДА- дезадаптация**

Приложение 4

**Опросник «Чувства в школе»**

Опросник содержит перечисление 16 чувств, из которых предлагается выбрать только 8 и отметить значком **«+»** те, **«*которые ты наиболее часто испытываешь в школе»***.

Ф.И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата опроса \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отметь значком **«+»** те чувства, которые ты наиболее часто испытываешь в школе.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Я испытываю в школе*** | ***Да*** |
| Спокойствие |  |
| Усталость |  |
| Скуку |  |
| Радость |  |
| Уверенность в себе |  |
| Беспокойство |  |
| Неудовлетворенность собой |  |
| Раздражение |  |
| Сомнение |  |
| Обиду |  |
| Чувство унижения |  |
| Страх |  |
| Тревогу за будущее |  |
| Благодарность |  |
| Симпатию к учителям |  |
| Желание приходить сюда |  |

После обработки анкет получаем сумму баллов (в %), на основе которой можно говорить о том, какие чувства превалируют в классе. Имеет смысл принимать во внимание выборы до 45–50%. Если чувство набирает меньше голосов, можно говорить об индивидуальном характере данных переживаний.

Приложение 5

**Тест школьной тревожности Филлипса**

Показатели этого теста дают представление как об общей тревожности — эмоциональном состоянии ребенка, связанном с различными формами его включения в жизнь школы, так и о частных видах проявления школьной тревожности.

Тест состоит из 58 вопросов, которые можно зачитывать школьникам, а можно предлагать в письменном виде. На каждый вопрос требуется ответить однозначно: «да» или «нет».

Текст опросника Филлипса

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне знаний со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты опасаешься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение остальных те ученики, которые не справляются с учебой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли, отвечая на уроке, ты задумываешься о том, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Инструкция

*«Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, не может быть верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.*

*На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ: "+", если Вы согласны с ним, или "—", если не согласны».* Фамилия, имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 |  |  | 11 |  |  | 21 |  |  | 31 |  |  | 41 |  |  | 51 |  |  |
| 2 |  |  | 12 |  |  | 22 |  |  | 32 |  |  | 42 |  |  | 52 |  |  |
| 3 |  |  | 13 |  |  | 23 |  |  | 33 |  |  | 43 |  |  | 53 |  |  |
| 4 |  |  | 14 |  |  | 24 |  |  | 34 |  |  | 44 |  |  | 54 |  |  |
| 5 |  |  | 15 |  |  | 25 |  |  | 35 |  |  | 45 |  |  | 55 |  |  |
| 6 |  |  | 16 |  |  | 26 |  |  | 36 |  |  | 46 |  |  | 56 |  |  |
| 7 |  |  | 17 |  |  | 27 |  |  | 37 |  |  | 47 |  |  | 57 |  |  |
| 8 |  |  | 18 |  |  | 28 |  |  | 38 |  |  | 48 |  |  | 58 |  |  |
| 9 |  |  | 19 |  |  | 29 |  |  | 39 |  |  | 49 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  | 20 |  |  | 30 |  |  | 40 |  |  | 50 |  |  |  |  |  |

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста.

 

Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует *«—*», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом, — это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50% от общего числа вопросов, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% — о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 видов тревожности. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

|  |  |
| --- | --- |
| **Факторы** | № **вопросов** |
| 1.Общая тревожность в школе | 2,4,7,12,16,21,23,26,28,46,47,48,49,50,51,52,53,54,55,56,57,58∑=22 |
| 2.Переживание социального стресса | 5,10,15,20,24,30,33,36,39,42,44 ∑=11 |
| 3. Фрустрация потребности в дос-тижении успеха | 1,3,6,11,17,19,25,29,32,35,38,41,43 ∑=13 |
| 4. Страх самовыражения | 27,31,34,37,40,45 ∑=6 |
| 5. Страх ситуации проверки знаний | 2,7,12,16,21,26 ∑=6 |
| 6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 3,8,13,17,22 ∑=5 |
| 7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 9,14,18,23,28 ∑=5 |
| 8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 2,6,11,32,35,41,44,47 ∑=8 |

Содержательная характеристика видов (факторов) тревожности

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживание социального стресса — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.

4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Приложение 6

**Анкета**

**«Как определить состояние психологического климата**

**в классе» Федоренко Л.Г.**

***Инструкция:***

В целях изучения психологического климата в вашем классе просим ответить на ряд вопросов. Обведите кружком ответ, выражающее ваше мнение.

|  |  |
| --- | --- |
| **1. С каким настроением вы обычно идете в школу?** | **2. Нравятся ли вам люди, которые учатся вместе с вами?** |
| 1. Всегда с хорошим настроением; | 1. Да, нравятся; |
| 2. С хорошим чаще, чем с плохим; | 2. Многие нравятся, некоторые – нет; |
| 3. С равнодушием; | 3. Безразличны; |
| 4. С плохим чаще, чем с хорошим; | 4. Некоторые нравятся, но многие – нет; |
| 5. Всегда с плохим настроением. | 5. Никто не нравится. |
| **3. Бывает ли у вас желание перейти в другой класс?** | **4. Устраивает ли вас учеба в школе?** |
| 1.  Никогда не бывает; | 1.Учебой вполне доволен; |
| 2. Редко бывает; | 2.Скорее доволен, чем недоволен; |
| 3. Мне все равно, где учиться; | 3. Учеба для меня безразлична; |
| 4. Часто бывает; | 4. Скорее недоволен, чем доволен. |
| 5. Думаю об этом постоянно. | 5. Совершенно недоволен учебой. |
| **5. Как, по вашему мнению, относится к вам классный руководитель?** | **6. В какой форме обращаются к вам чаще преподаватели?** |
| 1. Очень хорошо; | 1.Убеждают, советуют, вежливо просят; |
| 2. Хорошо; | 2. Чаще в вежливой форме, иногда грубо; |
| 3. Безразлично; | 3. Мне это безразлично; |
| 4. Скорее недоволен; | 4. Чаще в грубой форме, иногда вежливо; |
| 5. Очень плохо. | 5. В грубой форме, унижающей достоинство. |

***Обработка результатов:***

За ответ на каждый вопрос  анкеты учащийся получает столько баллов, какой номер ответа выбрал. Суммируют баллы по всем вопросам:

6-12 баллов – школьник высоко оценивает психологический климат в классе. Ему нравятся люди, с которыми он учится.

13-18 баллов – школьнику скорее безразличен психологический климат класса, у него, вероятно, есть другая группа, где общение для него значимо.

19-30 баллов – школьник оценивает психологический климат в классе как очень плохой.

Приложение 7

**Методика изучения удовлетворенности школьной жизнью (А.А. Андреев)**

Учащимся предлагается прочитать (прослушать)   утверждения и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

4 - совершенно согласен;

3 - согласен;

2 - трудно сказать;

1 - не согласен;

0 - совершенно не согласен.

1. Я иду утром в школу с радостью.

4   3    2   1   0

2. В школе у меня обычно хорошее настроение.

4   3    2   1   0

3. В нашем классе хороший классный руководитель.

4   3    2   1   0

4. К нашим школьным учителям можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.

4   3    2   1   0

5. У меня есть любимый учитель.

4   3    2   1   0

6. В классе я могу всегда свободно высказать свое мнение.

4   3    2   1   0

7. Я считаю, что в нашей школе созданы все условия для развития моих способностей.

4   3    2   1   0

8. У меня есть любимые школьные предметы.

4   3    2   1   0

9. Я считаю, что школа по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни.

4   3    2   1   0

  10. На летних каникулах я скучаю по школе.

4   3    2   1   0

**Обработка результатов**

Показателем удовлетворенности учащихся школьной жизнью (У) является частное от деления, где в числителе указывается общая сумма баллов ответов всех учащихся, а в знаменателе  произведение количества учащихся на общее количество ответов (10). Например, общая сумма ответов 15 учащихся составляет 420. Тогда 420 : (15 \* 10) = 2,8. Полученный коэффициент соотносится с интервальной шкалой:

Низкий уровень удовлетворенности учащихся школьной жизнью

0-2,5

Средний уровень удовлетворенности учащихся школьной жизнью

2,6-2,9

Высокий уровень удовлетворенности учащихся школьной жизнью

2,9 и выше

Приложение 8

**Анкета «Я в школе»**

**Ф.И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. Ты доволен формированием класса? (да, нет, не очень)
2. Перешел бы ты в другой класс нашей школы? (да, нет)
3. Перешел бы ты в другую школу? (да, нет)
4. Тебя устраивают отношения с учителями? (да, нет, не со всеми)
5. Тебя устраивают отношения между одноклассниками? (да, нет, не со всеми, они мне безразличны)
6. Тебя устраивает качество преподавания в школе? (да, нет, не на всех уроках)
7. Что для тебя главное в учебе? (самоопределение, получение знаний, общение с учителями, общение со сверстниками, самоутверждение, свой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)
8. Какие чувства ты испытываешь к школе? (свобода, защищенность, радость, печаль, тревога, угнетенность, безразличие)
9. Испытываешь ли ты чувство усталости в школе? (да, нет, постоянно, часто, в зависимости от расписания)
10. Испытываешь чувство радости чаще всего? (на уроках, переменах, в столовой, не испытываю)
11. Испытываешь чувство стресса в школе? (часто, редко, не испытываю)
12. Какое у тебя здоровье? (отличное, хорошее, удовлетворительное, плохое)
13. Как школа влияет на твое здоровье? (положительно, отрицательно, не влияет)
14. Какие предметы ты предпочитаешь? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
15. Назови нелюбимые предметы, возможно назвать причину. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_