

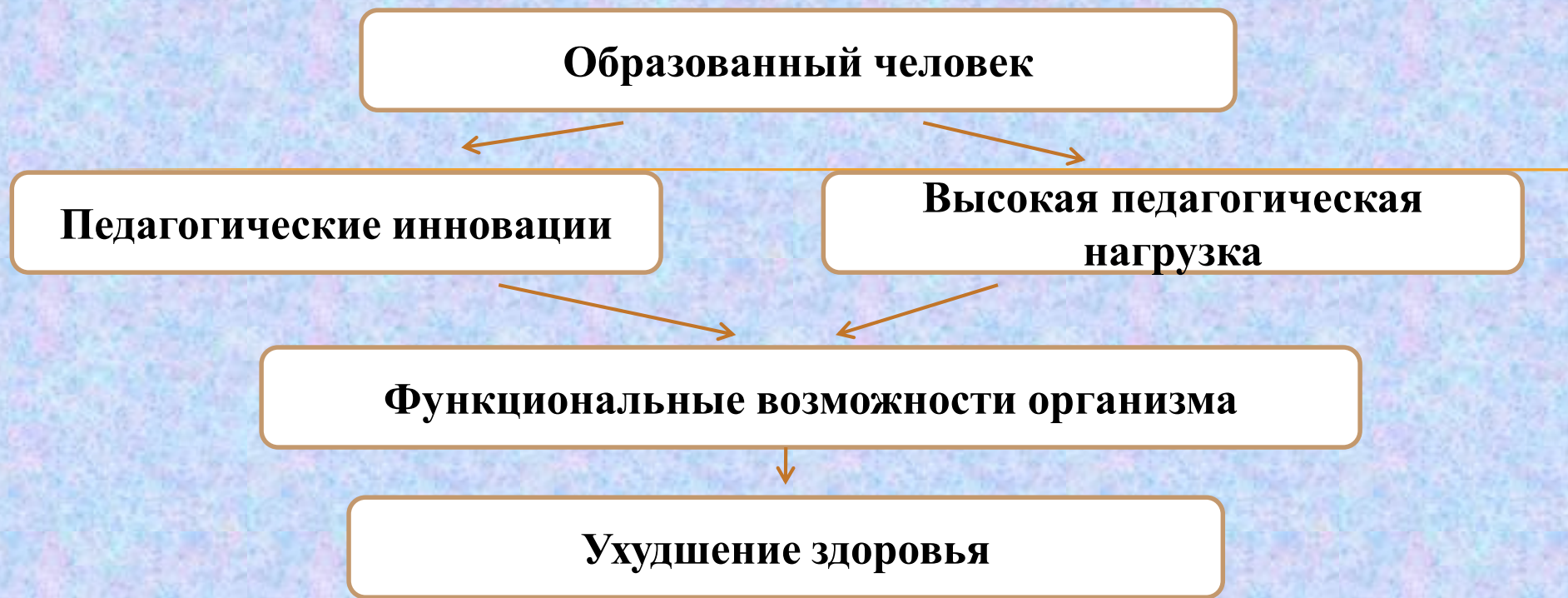
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ОРГАНИЗМА ШКОЛЬНИКОВ К УЧЕБНОЙ НАГРУЗКЕ

Авторы: ученики 8 класса,

Науч.руководитель: Романова Т.М.,

учитель биологии высшей категории

МБОУ СОШ № 22 с углубленным изучением французского языка,
г.Дзержинск, Нижегородская область



Цель: Изучить психофизиологическую адаптацию школьников к учебной нагрузке.

Задача: Провести сравнительный анализ организации учебного процесса, напряженности исследуемого коллектива.



ЭТАПЫ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

Ориентировочный



все системы организма отвечают бурной реакцией и значительным напряжением.

Неустойчивое приспособление



организм ищет и находит какие-то оптимальные (или близкие к оптимальным) варианты реакций на эти воздействия.

Относительно устойчивое приспособление



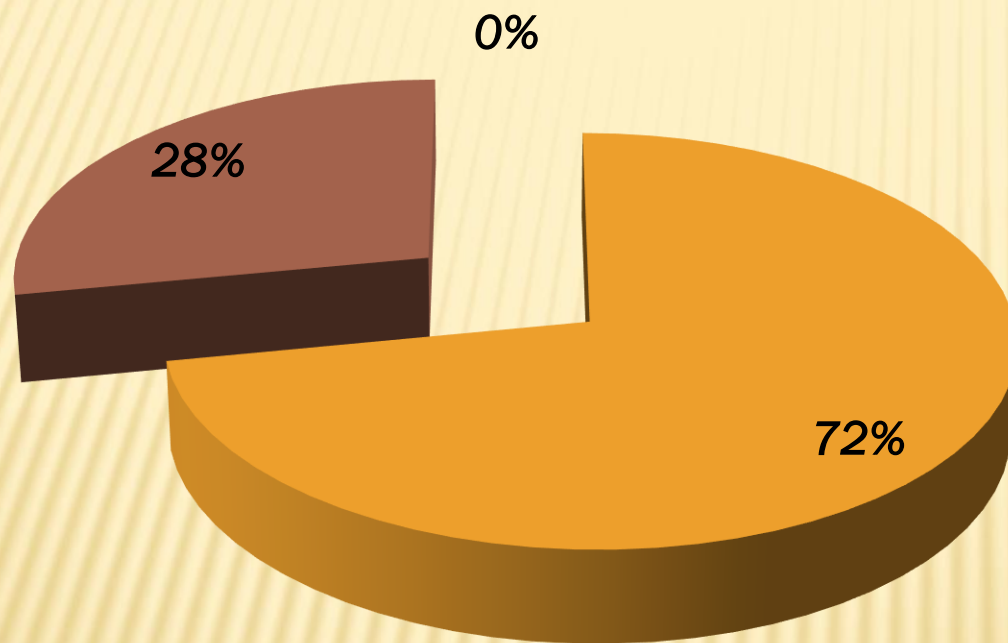
организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на учебную нагрузку, требующие меньшего напряжения всех систем.

МЕТОДИКА «ОПРОС РОДИТЕЛЕЙ»

№	Самочувствие ребенка	положительное	отрицательное	нейтральное
1	Отношение к школе			
2	Усталость после уроков			
3	Нарушение сна			
4	Отсутствие аппетита			
5	Обострение или появление новых заболеваний			
6	Отношение к урокам			
7	Отношение к учителю			
8	Отношение к окружающим			
9	Беспокойство			
10	Взрывное состояние			
11	Слезы			

Количество: 28 человек

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА

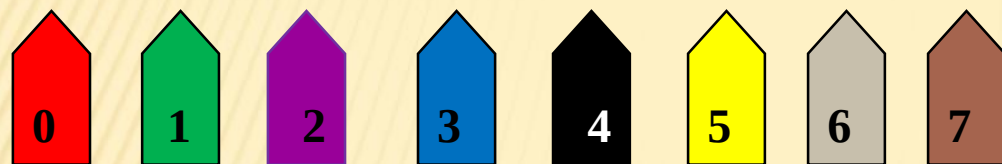


■ группа 1. Адаптация прошла хорошо

■ группа 2. Адаптация прошла успешно

■ группа 3. Плохая адаптация

МЕТОДИКА «ДОМИКИ»



3 4 2 5 1 6 0 7
аутогенная норма

доброта

счастье

обида

горе

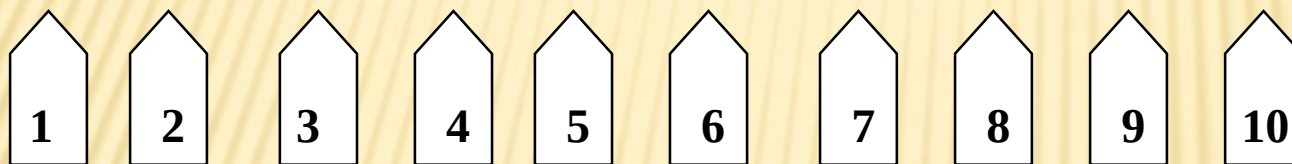
дружба

злота

восхищение

ссора

справедливость



Домик №1 – душа;

домик №2 – настроение, с каким ребенок идет в школу;

домик №3 – настроение ребенка на уроке чтения;

домик №4 – настроение ребенка на уроке письма;

домик №5 – настроение ребенка на уроке математике;

домик №6 – настроение ребенка, когда он разговаривает с учителем;

домик №7 – настроение ребенка, при общении с одноклассниками;

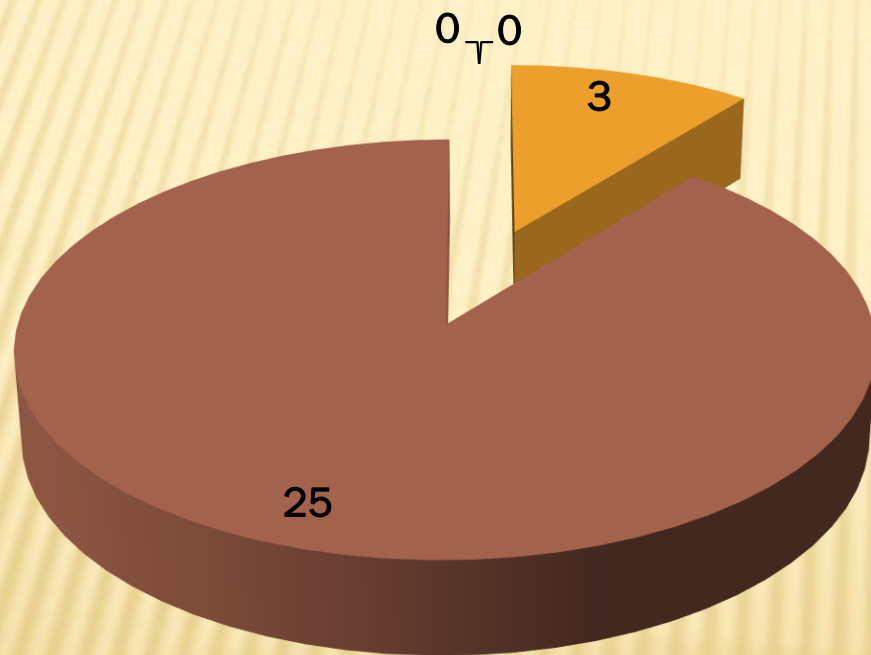
домик №8 – настроение ребенка дома;

домик №9 – настроений ребенка, когда он делает уроки;

домик №10 – домик секрет

РЕЗУЛЬТАТЫ

$$BK = \frac{(18 - \text{место красного цвета} - \text{место желтого цвета})}{(18 - \text{место синего цвета} - \text{место зеленого цвета})}$$



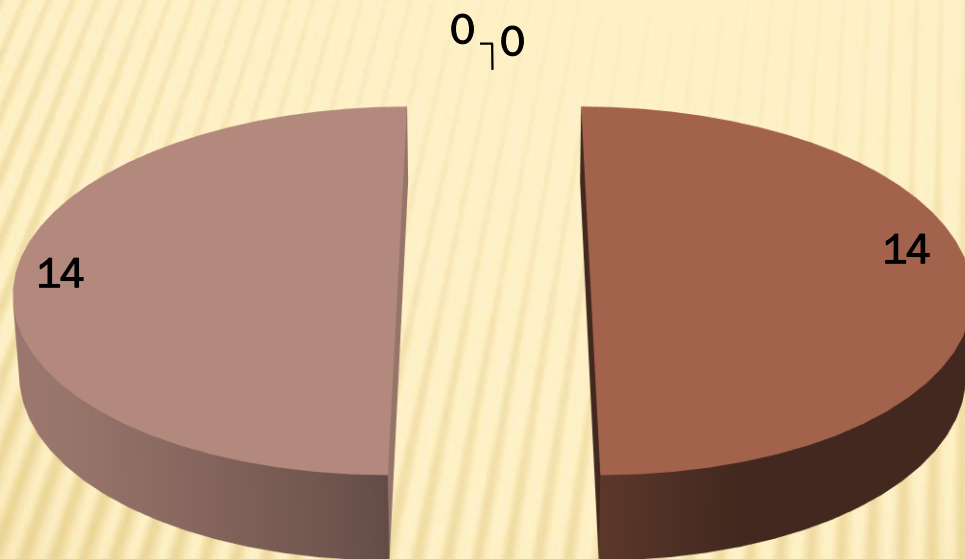
0 – 0,5 – хроническое переутомление

0,51 – 0,91 – компенсируемое состояние усталости

0,92 – 1,9 – оптимальная работоспособность

Свыше 2,0 – перевозбуждение

РЕЗУЛЬТАТЫ



- 0 – 0,5 – хроническое переутомление
- 0,51 – 0,91 – компенсируемое состояние усталости
- 0,92 – 1,9 – оптимальная работоспособность
- Свыше 2,0 – перевозбуждение

СФЕРА СОЦИАЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ

в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами,
негативные – коричневым и черным



РЕЗУЛЬТАТЫ



МЕТОДИКА ЛЮШЕРА

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; хотел бы не знаю;
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

РЕЗУЛЬТАТЫ

Количество баллов	Характеристика	Мотивация	Количество учеников (28 человек)	
			1 раз	2 раз
<i>25 – 30 баллов</i>	сформировано отношение к себе как к школьнику	высокая учебная активность	6	12
<i>20 – 24 балла</i>	отношение к себе как к школьнику практически сформировано	средняя норма мотивации	4	6
<i>15 – 19 баллов</i>	положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами	внешняя мотивация	10	6
<i>10 – 14 баллов</i>	отношение к себе как к школьнику не сформировано	низкий уровень мотивации	5	3
<i>Ниже 10 баллов</i>	негативное отношение к школе	школьная дезадаптация	3	1

ВЫВОДЫ

- ✗ Процесс адаптации школьников 7-8 лет к учебной деятельности сопровождается закономерными возрастными изменениями показателей функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
- ✗ 2. В результате проведения опроса выявлено, что в 1 классе преобладают дети 1 группы (72 %). Дети 2 группы – 28%. Детей 3 группы не выявлено. Это говорит о хорошей и успешной адаптации детей к учебному процессу.
- ✗ Сопоставление показателей физиологического, деятельностного и эмоционального компонентов позволит квалифицировать уровень адаптации первоклассников как достаточный (20 человек), частичный (5 человек), недостаточный (или дезадаптация) (3 человека).
- ✗ По данным исследования первоклассников выявлено две группы: с недостаточным уровнем адаптации (3 человека), с частичной адаптацией (5 человек).
- ✗ Выявлено, что у первоклашек в основном снижается мотивация за счет окружения (одноклассники, друзья, учитель) и нагрузки в школе. При проведении повторного анкетирования выявлена положительная динамика.