

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Известия Балтийской государственной академии
рыбопромышленного флота. 2025. № 2(72). С. 178–182

Научная статья

УДК 373.51

Doi:10.46845/2071-5331-2025-2-72-178-182

Проблема адаптации пятиклассников в условиях возрастного кризиса

Елена Евгеньевна Алексеева¹, Эвелина Витальевна Костина²

^{1,2}Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта, Калининград, Россия

¹eealekseeva@kantiana.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4529-2794>

²IViKostina@stud.kantiana.ru

Аннотация. Рассматривается проблема адаптации пятиклассников в новой образовательной среде в условиях возрастного кризиса, характерного для данного возрастного периода. Приведен анализ психологических и физиологических особенностей младшего подросткового возраста, выявляются основные трудности, с которыми сталкиваются учащиеся при переходе в среднее звено школы. Исследуются потребности и мотивационные особенности младших подростков. Рассматривается феномен раздвоения потребностно-мотивационной сферы обучающихся. Проанализированы исследования познавательной мотивации и уровня адаптации на момент начала 5 класса.

Ключевые слова: адаптация, пятиклассники, возрастной кризис, трудности адаптации, факторы адаптации, потребности, мотивация.

Для цитирования: Алексеева Е. Е., Костина Э. В. Проблема адаптации пятиклассников в условиях возрастного кризиса // Известия Балтийской государственной академии рыбопромышленного флота. 2025. № 2(72). С. 178–182.

При переходе из начальной школы на среднюю ступень образования у обучающихся часто возникают сложности в адаптации к новому учебному окружению. На это влияет ряд факторов, связанных, как и с изменениями в процессе обучения, так и возрастными изменениями. Для их рассмотрения мы изучили образовательные потребности пятиклассников, какое влияние они оказывают на мотивы учения и как на фоне этого появляется возрастной кризис.

Исследуя адаптацию с различных точек зрения, Л. Ф. Чекина [12] и другие исследователи отмечают, что период адаптации в пятом классе может занимать от 2-3 недель и до 2-3 месяцев. По прошествии этого времени большинство детей находят свои собственные методы приспособления к новым условиям.

Через 5-6 месяцев происходит нормализация поведенческих характеристик школьника и сдвиги регистрируются только по отдельным психологическим параметрам.

Таким образом, можно выделить два основных этапа в адаптации:

- завершения основного адаптационного периода (2-3 месяца);
- коррекция последствий адаптации (5-6 месяцев).

Именно эти точки становятся интересны при исследовании процесса и результата адаптации. Во многих школах специально для пятых классов школьные психологи организуют тестирования по замеру психологического напряжения. Они проходят в начале и повторно в середине учебного года.

Этап основной школы имеет ряд особенностей, отличных от начальной школы, в том числе:

– **Новый классный руководитель.** В течение 4 лет начальной школы, помимо родителей, значимым взрослым для школьников является их первый классный руководитель. Этот взрослый играет важную роль помогая детям приспособиться к совершенно новой социальной среде – к школе. При смене классного руководителя у детей происходит первое существенное изменение, новый авторитетный взрослый, с которым дети проходят заново путь адаптации, но будучи уже в средней школе [13].

– **Научный характер учебных дисциплин.** Дисциплины в начальной школе должны формировать целостную систему универсальных учебных действий, в первую очередь дети учатся учиться. В средней школе благодаря приобретенным умениям изучение дисциплины приобретают более углубленный, научный характер.

– **Своя система критериев и требований по каждому предмету.** Каждый предмет имеет свои уникальные стандарты оценки и требования, что может создавать путаницу и неоднозначность в понимании ожидаемых результатов обучения. Это может осложнять процесс саморегуляции и планирования учебной деятельности у учащихся, так как им приходится адаптироваться к различным подходам и оценочным системам в каждом предмете.

– **Система кабинетов и расписания.** Для учащихся переход в среднее звено также означает и их физический переход в новые кабинеты. Смена обстановки и перемещения каждый час могут значительно увеличить накапливаемую усталость. Структура кабинетов и расписания становится привычной только спустя несколько месяцев, но до этого учащиеся сталкиваются со смятением и неуверенностью в пространстве школы.

– **Частично или полностью новый классный коллектив.** Обстановка внутри класса так же напрямую влияет на процесс адаптации. Учащиеся, возвращаясь в знакомый коллектив к своим друзьям чувствуют внутреннюю поддержку. Но не редкостью становится перевод детей из другой школы и тогда для них процесс адаптации значительно усложняется.

– **Высокий темп и большой объем работы.** Учебная нагрузка значительно увеличивается по сравнению с 4 классом. В перечень учебных предметов расширяется, добавляются уроки географии, биологии, второй иностранный язык и т. д. При этом классная и домашняя работа тоже увеличиваются в своем объеме. [1]

– **Переосмысления своего статуса в школе.** Пятиклассники сталкиваются с проблемой принятия своего нового учебного статуса - самые младшие учащиеся средней школы, и своего возрастного статуса - подросток. Проще говоря, они самые маленькие среди близкой им возрастной группы [7].

Переход из начальной школы в среднюю школу представляет собой некое завершение детства – стабильный период жизни ребенка. Совпадает этот переход с периодом 11-14 лет, который психологи называют периодом *раннего подросткового возраста*.

Ученые выделяют и другие периоды взросления человека, выделяя в каждой возрастной группе психологические особенности.

Такое деление называют возрастной периодизацией. Многие советские и зарубежные ученые исследовали данный феномен, среди них: З. Фрейд, М. И. Лисина, Ф. И. Фрадкина, А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский и другие. В нашем исследовании мы рассмотрели один из самых известных подходов к возрастной периодизации за авторством Д. Б. Эльконина, которая приведена на рис. 1.



Рис. 1. Возрастная периодизация психического развития в детском возрасте Д. Б. Эльконина



Эльконин выделял три основные возрастные группы, которые на рисунке 1 названы эпохами, и разделил каждую эпоху на половины, которые названы периодами. Смена каждой эпохи обозначена как переходы периодов.

Эльконин Д. Б. указал на моменты противоречия, столкновение между потребностями и возможностями в точках смен эпох. Этот момент также присутствует в подростковом периоде и его особое положение отражено в других его названиях – «переходный», «трудный», «критический». В них зафиксирована сложность и важность происходящих в этом возрасте процессов развития, связанных с переходом от одной эпохи жизни к другой переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период физического, умственного, нравственного, социального [3].

По всем направлениям согласно А. В. Петровскому происходит становление качественно новых образований, появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, типа отношений со взрослыми и товарищами, способ социального взаимодействия, познавательной-учебной деятельности, содержательность стороны морально-этических инстанций, опосредующих поведение, деятельность и отношения [9].

Мы можем выделить, что на период младшего подростничества появляется новый вид ведущей деятельности - деятельность интимно-личностного, эмоционального общения, которая проявляется как собственная большая социальная активность:

- общение с группами сверстников;
- объединении с равными себе по возрасту детьми по интересам;
- проявлении лидерских качеств в группах. [8].

Значение ведущей деятельности для психического развития зависит от её содержания, от того, какие стороны действительности открывает и усваивает в процессе её выполнения, формируя тем самым потребности [2].

Понятие «потребность» затрагивает большой спектр применения в самых различных сферах наук. Но для всех характерно рассмотрение потребности, как состояния нужды в каком-либо, необходимом для субъекта, предмета [4]. Упомянутое ранее «чувство взрослости» – особая форма новообразования сознания, через которое подросток сравнивает себя с другими, находит образцы для подражания среди взрослых, перестраивает свою деятельность и отношения [1].

Потребность учащегося пятого класса в общении не только со сверстниками, но и со взрослыми ведет к противоречию: взрослые не воспринимают младшего подростка как достаточно взрослого для взрослых поручений и дел, что не совпадает с представлениями подростка.

Потребность младшего подростка выливается из его мотивов. Наиболее глубоко и последовательно раскрывал отношения в фундаментальной психологической триаде «потребность – мотив – деятельность» А. Н. Леонтьев, который определяет мотив деятельности как «тот результат, то есть предмет, ради которого осуществляется деятельность, включающий в себя: потребности, установки, интерес, привычки, побуждения, желания, склонности, влечения» [10].

Поскольку мы фокусируемся на школьном этапе человеческой жизни в нашем исследовании, мы уделяем особое внимание рассмотрению мотивам учебной деятельности. Все мотивы учения (Л. И. Божович, А. Н. Леонтьев и др.) подразделяются на две большие категории. Одни из них непосредственно связаны с содержанием учебной деятельности и процессом познания (познавательные мотивы); другие – с более широкими взаимоотношениями ребенка с окружающей средой (социальные) [11]. Кроме того, выделяют:

– **Внутренние мотивы** учебной деятельности, которые основаны на личной значимости для ученика, его собственного желания к получению знания, удовлетворения внутреннего интереса, удовольствия от процесса реализации;

– **Внешние мотивы**, мотивы-стимулы, проявляются тем, что на объект мотивации воздействуют внешние обстоятельства (социум, родители учащегося, стремление к самоутверждению в группе и так далее). Внешние мотивы часто используются в качестве инструмента для достижения других целей [6].

Стефанова Л. Н., Подходова Н. С. выделяют познавательные и социальные мотивы, как внешние, так и внутренние, они приведены в таблице 1.

Мотивы младшего подросткового возраста по Л. Н. Стефановой, Н. С. Подходовой

Познавательные мотивы	Социальные мотивы
<i>Внешние</i>	
– Общественное поощрение творческой активности – Признание авторства изобретений	– Учиться, чтобы получать вознаграждение (поездки, подарки и т. п.) – Учиться, чтобы не наказывали – Мотивация престижа – быть лучшим – Мотивация благополучия – стремление получить одобрение родителей, товарищей – Позиционная мотивация – стремление занять определенное место в отношениях с окружающими
<i>Внутренние</i>	
– Ориентация на овладение новыми знаниями – Творческий познавательный интерес – Ориентация на усвоение способов добывания знаний, интерес к процессу самостоятельного приобретения знаний – Мотивы самообразования, самопознания, раскрытия своих возможностей – Учиться, чтобы удовлетворить любопытство – Внутреннее удовлетворение творческой деятельностью, положительные эмоции	– Желание выполнить свой долг, понимание необходимости учиться, чувство ответственности – Мотивы социального сотрудничества, связанные с потребностью ученика в общении, стремлением получить удовольствие от самого процесса общения и сопутствующих ему эмоций – Хорошо учиться, чтобы уважать себя, чувствовать себя компетентным

Согласно исследованиям психологов Ключевой Н. В., Петровой В. Н., Петровского В. А. и Холодной М. А. у учеников 5-6 классов [5] отмечают, что на первый план выходит потребность в общении со сверстниками, стремление соответствовать требованиям учителей, ожиданиям родителей, признание успехов и достижений.

В этот возрастной период, по словам психологов, возникает феномен «раздвоение потребностно-мотивационной сферы», согласно которому у младших подростков, с одной стороны, растет возрастная потребность в общении со сверстниками, появляются новые «вызовы», самооценке, с другой – растёт объём учебной нагрузки, повышается требования к учебной деятельности, усложняется её характер в связи с переходом в пятый класс, вследствие чего младший подросток не в состоянии использовать весь свой имеющийся интеллектуальный потенциал.

В результате этого ослабевают мотивация и успешность ребенка в учебной деятельности [11].

В подтверждение вышесказанного мы можем привести в пример психологическое исследование, которое проводилось на базе МАОУ лицей № 18 города Калининграда. На момент марта 2024 года на четвероклассников, готовившиеся к пятому классу, готовится характеристика интеллектуальных способностей и личных особенностей, замеряя в том числе познавательную мотивацию. Результаты приведены в диаграммах на рис. 2.



Рис. 2. Познавательная мотивация учащихся 4А и 4Б в марте 2023 г.

Высокий показатель познавательной мотивации означает готовность к продолжению учебы, интересу к учебной деятельности что обеспечивает психологическую готовность к переходу в 5 класс. Можно выявить, что у 4Б класса заметно больше показатель познавательной мотивации.



После перевода в среднее звено проводилась диагностика отображающая степень адаптации среди параллели 5-ых классов, в том числе и в 5А и в 5Б классах (состав классов с 4 почти не изменился). Полученные данные отображены на рисунке 3.



Рис. 3. Уровень адаптации в 5А и 5Б классах в октябре 2023 г.

Собранные данные отображают степень адаптированности к новому учебному окружению. В 5А классе на высоком и хорошем уровне находятся 70 % учащихся, в 5Б 77 %. При этом в 5А оказался процент учащихся, у которых был низкий уровень адаптированности в классе.

Главной особенностью федеральных государственных образовательных стандартов общего образования (ФГОС) является их деятельностный характер, то есть направленность на развитие личности ученика через его активную деятельность. В этом случае выделяют как особо эффективную технологию интерактивные методы обучения, основанной на взаимодействии, нахождении в режиме беседы, диалога с кем-либо.

Список источников

1. Алексеева, Е. Е. Концептуальные основания цифровой трансформации дополнительного образования учителя // Перспективы науки. – 2023. – № 6 (165). – С. 167–172.
2. Алексеева, Е. Е. Визуализация информации в условиях цифровой образовательной среды. Самарский научный вестник. – 2023. – Т. 12. – № 2. – С. 203–207.
3. Андреева, И. А., Анохина, С. А. Стресс в подростковом возрасте // Вестник Санкт-петербургского университета МВД России. – 2006. – № 32. – С. 374–380.
4. Гавриленко, Л. С., Чупина, В. Б., Тарасова, Т. И. «Образовательные потребности»: теоретический анализ понятия // Ученые записки Крымского федерального университета им. В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. – 2022. – № 2. – С. 51–63.
5. Гельфман, Э. Г., Холодная, М. А. Методические основы конструирования учебных текстов по математике для учащихся основной школы. – Томск, 2004.
6. Гребенюк, О. С. Процесс воспитания мотивации изучения предметов естественно-математического цикла у учащихся старших классов : дис. ... канд. пед. наук. – Москва, 1975.
7. Данилова, С. А., Кузнецова, О. В. Проблемы адаптации учащихся пятых классов к обучению в среднем звене. – 2020.
8. Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии / под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – Москва : Смысл, 2000.
9. Петровский, А. В. Возрастная и педагогическая психология. – Москва : Просвещение, 1973. – 290 с.
10. Пospelова, Е. Д. Возрастные особенности обучающихся подросткового возраста. – 2014.
11. Просвинова, И. Г. Особенности мотивации учебной деятельности у учащихся младшего подросткового возраста // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2006. – № 10. – С. 61–64.
12. Чекина, Л. Ф. Психология развития : учебное пособие / Л. Ф. Чекина. – Санкт-Петербург : Лань, 2018. – 208 с.
13. Чмыхало, С. М. Роль учителя в развитии личности младшего школьника // Межпоколенческие отношения: современный дискурс и стратегические выборы в психолого-педагогической науке и практике. – 2020. – № 1. – С. 285–287.

Информация об авторах

Е. Е. Алексеева – кандидат педагогических наук, доцент, доцент;
Э. В. Костина – бакалавр.