ПСИХОЛОГИЯ

Педагогическая психология

УДК 159

Влияние внешкольных занятий на адаптацию учащихся в общеобразовательном учреждении

The effect of extracurricular activities on the adaptation of schoolchildren in a general education institution

Корецкая И.А., Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, ikoretskay@mail.ru

Мамчур П.В., Городской психолого-педагогический центр ДОНМ, polina.mamchur@gmail.com

Koretskaya I., Plekhanov Russian University of Economics, ikoretskay@mail.ru

Mamchur P., City Psychological and Pedagogical Center, polina.mamchur@gmail.com

DOI: 10.51379/KPJ.2021.149.5.027

Ключевые слова: адаптация, коммуникативные навыки, дополнительное образование детей, младшие подростки.

Keywords: adaptation, communication skills, additional education for children, younger teens.

Аннотация. Одной из обязательных частей процесса адаптации личности в социуме считается адаптация обучающихся в образовательном учреждении. Наиболее сложным периодом школьной адаптации можно считать переход ребёнка из начального школьного звена в среднее, который характеризуется новыми условиями, формами обучения и сменой преподавательского состава. Именно в пятом классе к школьнику впервые предъявляется множество различных требований. Кроме того, этот период совпадает с началом раннего подросткового возраста у школьников, считающегося наиболее сложным периодом развития личности.

Целью нашего исследования было рассмотреть специфику дополнительного образования как одного из факторов, оказывающего влияние на формирование социально-психологической адаптивности у школьников, и выявить особенности обучения детей младшего подросткового возраста, посещающих внешкольные занятия.

В качестве основных методик исследования применялись: «Шкала личностной тревожности» А.М. Прихожан, методика социализированности личности учащегося М.И. Рожкова, «Рисунок социальной сети». Выбор данных методик был обусловлен возрастными особенностями участников исследования и позволил сделать подробный и комплексный анализ их уровня адаптации.

Результаты исследования позволили создать рекомендации для психолого-педагогической коррекционной работы, направленные на преодоление адаптационных и коммуникативных сложностей у школьников.

Abstract. One of the mandatory parts of the process of adaptation of a person in society is the adaptation of students in an educational institution. One of the most difficult periods of school adaptation can be considered the transition of a child from primary school to secondary, which is characterized by new conditions, forms of education and a change in teaching staff. It is in the fifth grade that a student is first presented with many different requirements. In addition, this period coincides with the onset of early adolescence in schoolchildren, which is considered the most difficult period in personality development.

The aim of the study was to consider the specifics of additional education as one of the factors influencing the formation of socio-psychological adaptability in schoolchildren, and to identify the peculiarities of teaching children of early adolescence who attend extracurricular activities.

The main research methods used were: "Scale of personal anxiety" by A.M. Prihozhan, the method of socialization of the student's personality M.I. Rozhkova, "Drawing of a Social Network." The choice of these methods was due to the age characteristics of the study participants and made it possible to make a detailed and comprehensive analysis of their level of adaptation.

The results of the study made it possible to create recommendations for psychological and pedagogical correctional work aimed at overcoming adaptive and communicative difficulties in schoolchildren.

Введение. В современном обществе институт образования является одним из самых важных в формировании и становлении личности человека. Одной из задач федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) является обеспечение духовно-нравственного развития, воспитания обучающихся и сохранения их здоровья в процессе внеурочной деятельности [2].

Система дополнительного образования, являясь вариативной и добровольной частью образовательной системы, обеспечивает её участникам возможность выбора занятий согласно индивидуальным интересам и потребностям. Именно данная особенность отличает её от обязательного обучения в школе. Внешкольные занятия осуществляют не только образовательные функции (раскрытие склонностей и способностей учащихся, формирование познавательных процессов), но и социальные (расширение круга общения, приобщение к культурно-нравственным ценностям общества, возможно, также знакомство с будущей профессией).

Систему дополнительного образования отличает многообразие видов деятельности. Анализ статистических данных по различным направлениям дополнительного образования свидетельствует, что наиболее популярными в настоящее время являются: спортивные занятия, иностранные языки, музыкальные занятия, изобразительное искусство, хореография, театральные студии. В своём исследовании мы подробно рассмотрели различные направления дополнительного образования детей и выявили ключевые особенности каждого из них.

Литературный обзор проблемы. В возрастной и педагогической науке в самом распространённом значении используется термин «школьной адаптации». Термин «школьной адаптации» определяет «степень готовности ребёнка отвечать требованиям, которые предъявляются к нему школьным обучением» [9]. В своей статье Д. Журавлёв при определении «школьной адаптации» отмечает, что «пусковым механизмом процесса адаптации является резкое изменение условий жизни или привычной среды, приводящее к рассогласованности внешних социальных условий и внутреннего отношения. Новые требования школьного обучения подчас

превосходят возможности ребёнка, изменяется состояние эмоциональной сферы, вызывая «неспецифическую» стрессовую реакцию организма» [8]. Именно во время процесса адаптации у учащихся развивается осознание нового социального статуса, интеллект, формируются навыки и умения при взаимодействии со сверстниками и взрослыми [14].

Важный фактор, характерный для младшего подросткового возраста, – проявление большей самостоятельности в познавательной деятельности по сравнению с начальной школой. Внимание подростка фокусируется уже не на тех объектах, которые показал ему взрослый, а на тех, которые интересны ему самому. Л.С. Выготский выделял позитивную и негативную фазы подросткового возраста, которые, по его мнению, связаны с изменениями в сфере интересов [6]. Негативная фаза проявляется в отрицательных поведенческих особенностях: недовольство подростка собой, снижение работоспособности и мотивации к учебной деятельности. Позже ребёнок вступает в позитивную фазу, постепенно у него формируется сфера новых интересов, он обращает внимание на свой внутренний мир и особенности окружающих.

Л.И. Божович также отмечает интересы важнейшим фактором, формирующим благополучное психическое развитие. По её мнению, наличие устойчивых интересов формирует у подростка умение ставить цели, самоорганизованность и самостоятельность [4]. Как отмечает в своих работах И.Ю. Кулагина, в среде подростков, которые не имеют содержательных увлечений, более распространены проблемы девиантного характера [10].

В связи с возникающей необходимостью найти своё место в обществе перед школьником встаёт вопрос о приоритетности изучаемых предметов с целью дальнейшего прикладного характера полученных знаний, интересы подростка этого возраста приобретают личностный характер и дифференцируются по областям знаний [5].

Обращаясь к научной литературе в области психологии спорта, можно сказать, что в процессе занятий спортом у ребёнка развиваются

двигательная память, мышление, воображение, внимание, волевые качества, способности к самоконтролю, самоанализу и самооценке [7]. Помимо этого, спортивная деятельность носит соревновательный характер, что позволяет выделить два аспекта взаимодействия подростка-спортсмена: по отношению к сопернику – противоборство, а по отношению к тренеру – сотрудничество. Тренер в данной ситуации обладает всеми разновидностями статуса (психологическими, социальными и ролевыми) [11].

Говоря об изучении иностранных языков в системе дополнительного образования, можно говорить о важных социокультурных аспектах, приобщение к традициям другой страны, знакомство со спецификой её народа и культуры. Большинство исследователей сходятся во мнении, что владение детьми несколькими языками оказывает положительное влияние на развитие всех видов памяти, аналитическое и логическое мышление, а также положительно влияет на формирование межкультурной коммуникативной компетенции [1].

Для творческого направления характерно участие детей в выставках, фестивалях, концертах, спектаклях, что, в свою очередь, способствует раскрытию личности подростка и преодолению страхов. Психологическая настройка перед выступлением позволяет почувствовать поддержку со стороны педагога и ощутить уверенность в себе [12]. Различные формы организации образовательного процесса: коллективные и индивидуальные творческие проекты, экскурсии, выставки, конкурсы, фестивали – развивают познавательные, творческие, исполнительские способности детей и являются обязательным условием художественного творчества.

Также важно отметить особенность, которая характерна для внешкольных занятий всех рассмотренных направлений, – это процесс взаимодействия детей разного возраста. В результате этого процесса у школьников развивается социальный опыт. В группе разного возраста «...ученик проходит широкую социальную практику, что позволяет ему легко адаптироваться в любой среде» [13]. Зачастую подростки становятся «наставниками» для более младших детей, и, тем самым, реализуют своё чувство взрослости, присущее данному возрасту.

Рассмотрев особенности различных наиболее популярных направлений деятельности, можно сказать, что современная система дополнительного образования направлена на более полное развитие склонностей и

способностей учащихся, ориентировано на усвоение новых социальных ролей, опыта, неформального общения, формирования познавательных интересов, приобщение к культурно-нравственным ценностям общества, что позволяет сформировать у ребёнка относительно постоянные личностные интересы и, как следствие, облегчить процесс адаптации и кризис поиска себя [3].

Материалы исследования и исходные данные. В качестве основных методик исследования нами применялись: «Шкала личностной тревожности» А.М. Прихожан, методика социализированности личности учащегося М.И. Рожкова, «Рисунок социальной сети». Применение данных методик позволило сделать подробный и комплексный анализ уровня адаптации участников исследования.

В исследовании приняли 63 учащихся, из них 29 человек – учащиеся 5-х классов общеобразовательной школы, которые посещают занятия в организациях дополнительного образования; 34 человека – учащиеся, которые посещают только общеобразовательную школу. Возраст испытуемых варьировался от 11 до 12 лет.

При проведении стандартизированной беседы с учителями и классными руководителями было отмечено, что сами учащиеся и родители в целом положительно отзываются о своём опыте получения дополнительного образования вне зависимости от направления деятельности. Также родители часто отмечали влияние дополнительного образования на развитие эмоционально-волевых характеристик ребёнка.

Результаты исследования. Данные сравнительного анализа показателей личностной тревожности и социализированности у учащихся 5-х классов, включённых в окончательную выборку, представлены в таблице 1. Сравнительный анализ полученных результатов позволяет говорить о значимых различиях в 8 из 9 исследуемых показателей.

Анализ показателей личностной тревожности и социализированности у детей обеих групп позволяет говорить о том, что дети, посещающие занятия в организациях дополнительного образования:

- чувствуют себя более полноценно, уверены в правильности своего поведения и своих решений в рамках образовательной среды школы;
- имеют более выраженное стремление к знаниям;
- более устойчивы к критике со стороны окружающих и склонны к адекватной самооценке;

- в большей степени могут корректировать своё поведение в соответствии с конкретной коммуникативной ситуацией;
- приспособлены к усвоению социальных ролей, быстрее адаптируются к изменениям социальной среды;
- имеют меньше трудностей в общении со сверстниками и взрослыми, более открыты для новых знакомств;

- проявляют устойчивое и активное отношение к обществу в целом;
- в большей степени испытывают состояние психологического комфорта, что предположительно снижает вероятность попадания их в группу риска.

Таблица 1. – Сравнительный анализ показателей личностной тревожности и социализированности у учащихся 5-х классов

Группы / Показатели методик	«Шкала личностной тревожности» А.М. Прихожан				«Методика изучения социализированности личности» М.И. Рожкова				
	Общая тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность	Социальная адаптивность	Социальная автономность	Социальная активность	Приверженность к гуманистическим нормам жизнедеятельности	Социализированность (средний показатель)
Учащиеся, не посещающие занятия ДО	57,41	18,71	17,41	14,15	2,46	2,54	2,3	2,33	2,42
Учащиеся, посещающие занятия ДО	42,9	12,62	12,66	10,69	2,97	2,83	2,77	3,1	2,92
U эмп	5,9	5,9	4,8	3,2	3,3	1,9	4,1	4,4	3,6
p≤	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01

Также при анализе дополнительной проективной методики «Рисунок социальной сети» было выявлено, что у подростков, посещающих дополнительные занятия, наблюдается более близкие и доверительные отношения с родителями и членами семьи, а сами подростки находятся в более благоприятных социально-демографических условиях.

Следует отметить, что в наиболее близкий круг общения данной группы входят не только сверстники, но и друзья из разных возрастных категорий, что характерно для системы дополнительного образования и свидетельствует о свободе выбора подростком социального окружения. Учитывая специфику организации

занятий в системе дополнительного образования, подростки могут примерить на себя несколько социальных ролей: перенять опыт у более старших подростков или выступить в роли наставников для детей младшего возраста, реализуя свойственное данному возрасту стремление стать взрослым.

Важным фактором также является то, что в круг значимых для участников основной группы людей вошли учителя из школ и секций дополнительного образования.

Заключение. Социально-психологическая адаптация является одним из ключевых факторов, влияющих на становление личности и её развитие. Дополнительное образование в силу

присущей многопрофильности, открытых возможностей выбора деятельности, гибкости образовательных траекторий является одним из главных факторов формирования адаптивности. Опыт социального взаимодействия в коллективе во время занятий по наиболее востребованным направлениям (различные виды спорта, творческая деятельность, изучение иностранных языков) содействует развитию коммуникативных умений и, как следствие, успешной адаптации в новой среде и процессу социализации подростков.

В настоящее время мы видим, что современные школьники большое количество свободного времени проводят в гаджетах. Сейчас уже очевидно, что ограничение или даже запрет на пользование телефонов, планшетов и ноутбуков школьниками, не приносят

положительных результатов. И нам представляется наиболее актуальной была бы не тема запрета гаджетов, а возможность ребенка свое внеурочное время занимать дополнительными интересными ему занятиями в системе дополнительного образования. В этой связи можно рекомендовать родителям и учителям не вступать на поле ограничений и запретов виртуальных миров, а говорить о новых возможностях реального мира, где также можно с интересом и пользой проводить время, обретая новые навыки и реальные социальные связи.

Полученные авторами результаты позволяют говорить о том, что занятия в организациях дополнительного образования детей оказывают положительное влияние на показатели социально-психологической адаптации подростков, что подтверждает гипотезу исследования.

Литература:

1. Александрова Н.Ш. Раннее двуязычие и гипотеза соревнования мозга / Н.Ш. Александрова. – СПб.: Питер, 2004. – 336 с.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. – М.: Просвещение, 2013. – 127 с.
3. Божович Л.И. Избранные психологические труды. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 63 с.
4. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Л.И. Божович. – Москва: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1995. – 352 с.
5. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе / Л.И. Божович // Вопросы психологии. – 1979. – № 4. – С. 22–34.
6. Выготский Л.С. Детская психология. Собр. соч. в 6-ти т. Т.4 / Л.С. Выготский – М.: Педагогика, 1984. – 432 с.
7. Гогунев Е.Н., Мартынов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартынов; 2-е издание, доработанное. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 224 с.
8. Журавлев Д. Адаптация учащихся при переходе из начальной школы в среднюю / Д. Журавлев // Народное образование. – 2002. – № 8. – С. 99–105.
9. Корсини Р. Психологическая энциклопедия / Р. Корсини; под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха; пер. с англ. А.А. Алексеева. – 2 изд. – СПб.: Питер, 2006. – 1094 с.
10. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет / И.Ю. Кулагина. – М.: Изд-во УРАО, 1999. – 175 с.
11. Светлова А.А. Взаимоотношения спортсмена и тренера как фактор успешности спортивной деятельности [Электронный ресурс] / А.А. Светлова // Психологическая наука и образование PSYEDU.ru. – 2014 – №3. – С. 181–187. – Режим доступа: http://psyedu.ru/files/issues/psyedu_ru_2014_n3.pdf
12. Серебренникова К.А., Олейник Д.В. Психолого-педагогические условия организации концертной деятельности младших школьников / К.А. Серебренникова, Д.В. Олейник // Инновации и традиции в сфере культуры, искусства и образования. – М.: Издательство «Перо», 2017. – С. 308–313.
13. Третьяков Н.Ф. Социальная активность личности: автореф. дис. ... канд. филос. наук / Н.Ф. Третьяков. – Томск, 1972. – 19 с.
14. Шлыкова Д.В. Социально-психологическая адаптация в системе образования: сборник статей / Д.В. Шлыкова // Школа – ВУЗ: достижения и проблемы фундаментального образования. – 2012. – № 2. – 192 с.

References:

1. Alexandrova N.Sh. Early bilingualism and the brain competition hypothesis / N.Sh. Alexandrova. – SPb.: Peter, 2004. – 336 p.
2. Bezrukih M.M., Filippova T.A. How to develop a program for the formation of a culture of a healthy and safe lifestyle in an educational institution / M.M. Bezrukih, T.A. Filippov. – M.: Education, 2013. – 127 p.
3. Bozovic L.I. Selected psychological works. Problems of personality formation / L.I. Bozovic. – M.: International Pedagogical Academy, 1995. – 63 p.

4. Bozhovich L.I. Problems of personality formation: selected psychological works / L.I. Bozovic. - Moscow: Institute of Practical Psychology; Voronezh: MODEK, 1995. - 352 p.
5. Bozhovich L.I. Stages of personality formation in ontogenesis / L.I. Bozovic // Questions of psychology. - 1979. - № 4. - P. 22-34.
6. Vygotsky L.S. Child psychology. Sobr. op. in 6 volumes. Vol. 4 / HP Vygotsky - M.: Pedagogy, 1984. - 432 p.
7. Gogunov E.N., Martyanov B.I. Psychology of physical education and sport: a textbook for students of higher pedagogical educational institutions / E.N. Gogunov, B.I. Martyanov; 2nd edition, revised. - M.: Publishing Center "Academy", 2004. - 224 p.
8. Zhuravlev D. Adaptation of students during the transition from primary school to secondary / D. Zhuravlev // Public education. - 2002. - № 8. - P. 99-105.
9. Corsini R. Psychological encyclopedia / R. Corsini; ed. R. Corsini, A. Auerbach; per. from English A.A. Alekseeva. - 2nd ed. - SPb: Peter, 2006. - 1094 p.
10. Kulagina I.Yu. Developmental psychology: child development from birth to 17 years / I.Yu. Kulagin. - M.: Publishing house of URAO, 1999. - 175 p.
11. Svetlova A.A. The relationship between an athlete and a trainer as a factor in the success of sports activities [Electronic resource] / A.A. Svetlova // Psychological Science and Education PSYEDU.ru. - 2014 - № 3. - S. 181-187. - Access mode: http://psyedu.ru/files/issues/psyedu_ru_2014_n3.pdf
12. Serebrennikova K.A., Oleinik D.V. Psychological and pedagogical conditions for organizing concert activities of junior schoolchildren / K.A. Serebrennikova, D.V. Oleinik // Innovations and traditions in the field of culture, art and education. - M.: Publishing house "Pero", 2017. - S. 308-313.
13. Tretyakov N.F. Social activity of the individual: author. dis. ... Cand. Philos. sciences / N.F. Tretyakov. - Tomsk, 1972. - 19 p.
14. Shlykova D.V. Socio-psychological adaptation in the education system: collection of articles / D.V. Shlykova // School - University: Achievements and Problems of Fundamental Education. - 2012. - № 2. - 192 p.

19.00.07 – Педагогическая психология

Сведения об авторах:

Корецкая Ирина Александровна (г. Москва, Россия), доцент, кандидат исторических наук, доцент кафедры психологии Российского экономического университета им. Г.В. Плеханова, e-mail: ikoretskay@mail.ru

Мамчур Полина Валентиновна (г. Москва, Россия), методист Городского психолого-педагогического центра ДОНМ, e-mail: polina.mamchur@gmail.com