

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа пос. Масленниково
муниципального района Хворостянский
Самарской области

**Исследовательский проект на тему: «Как
адаптироваться выпускнику сельской школы в городе»**

Автор работы: Байкаров Егор
Руководитель: Малахова Л.А., учитель
биологии и
географии.

Масленниково 2023

Содержание

Введение.....	3-5
Глава1.	6
1. Адаптация в новом коллективе и новом городе.....	6
Глава2.....	9
3.1.Учеба.....	16
3.2. Взаимоотношения с однокурсниками.....	16
3.3.Общежитие.....	17
3.4.Жизнь в городе.....	17
4. Участие школы в воспитании выпускников.....	18
Заключение.....	18
Список литературных источников.....	20
Приложение.....	21

Введение

Хорошо, если вы живете в большом городе, где есть хорошие учебные заведения. А что делать нам, жителям небольшого городка или сельской местности?

Заканчивается очередной учебный год. Для большинства учеников окончание года означает лишь начало каникул и переход в следующий класс, но для выпускников 9 и 11 классов начинается важный этап в жизни. Это и поступление в учебные заведения, и новая, взрослая жизнь, и вдалеке от родителей... Я – ученица 10 класса и меня волнует этот вопрос.

Наши родители хотят, да и мы хотим получить хорошее среднее или высшее образование. ВУЗы, СУЗы Москвы, Санкт-Петербурга и других крупных городов дают престижное образование и привлекают студентов.

Чаще всего выпускники переезжают для продолжения образования в другой город. Мы смотрим по телевизору, читаем в прессе о том, что в городе лучше и интереснее. Поэтому изначально страха нет, скорее желание вырваться из гнезда и лететь навстречу новой жизни. Но, оказавшись в этих самых, новых местах нередко начинаешь понимать, что не так-то всё просто. Начинается процесс адаптации.

Юноши и девушки, окончив школу, переходят на новый жизненный этап. Этот этап включает в себя смену не только места учебы, места жительства, но и смену уже устоявшегося коллектива. Новоиспеченным студентам нужно привыкнуть, адаптироваться к новому коллективу, где им зачастую придется находиться в течение 4-6 лет, к новым правилам и нормам университета и к устоям другого города, если студент первокурсник сменил место жительства. Психолого-возрастные особенности студенчества характеризуются эмоциональной незрелостью, открытостью, внушаемостью. В этот период студентам важно именно окружение, в котором они находятся. Очень часто в одну группу попадают юноши и девушки с разным социальным уровнем, а именно – провинциалы, как мы и городские жители.

Процесс успешной эффективной, оптимальной адаптации студентов-первокурсников к жизни и учебе в учебном заведении - залог дальнейшего развития каждого студента как человек, гражданина, будущего специалиста и так же очень значимый и порой сложный и долгий процесс.

Есть и другие проблемы иногородних студентов - первокурсников. Они оказываются одни в незнакомом городе, где возможно существует множество соблазнов, которые могут сломать его жизнь, испортить его. Студент может начать совершать ужасные поступки и свернуть с пути, по которому он хотел пройти и того же хотели его родители. Он остается один в городе, где нет ни близких, ни друзей, ему не на кого положиться, он может быть замкнут и застенчив, и в итоге ему будет тяжело наладить новые контакты, знакомства. Для любого человека это будет сильный стресс, когда он ощущает себя одиноким.

Объект исследования – выпускники прошлых лет Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №3» .

Предмет – особенности адаптации выпускников малых городов в большом городе.

Цель исследования – выявить особенности адаптации выпускников малых городов.

Гипотеза: Целенаправленная работа, с использованием разнообразных форм и методов, способствует успешной адаптации студентов в учебных заведениях и оптимизирует процессы адаптации.

Для подтверждения выдвинутой гипотезы и достижения общей цели исследования были поставлены следующие **задачи:**

1. Изучить литературу о процессе адаптации выпускников малых городов в большом городе.
2. Встретиться с выпускниками прошлых лет и провести анкетирование, опрос для выявления их проблем в адаптационный период.
3. Проанализировать полученные результаты анкетирования.

4. Сформулировать выводы и рекомендации для успешной адаптации в городе выпускникам 2018-2019 учебного года.

Актуальность исследования: в работе рассматриваются факторы, влияющие на формирование личности молодых людей, классифицированы группы трудностей, с которыми выпускники сельских школ и малых городов сталкиваются в процессе адаптации к условиям городского социума, и их причины.

Методы исследования: Опрос с использованием социальных сетей Интернета «В Контакте», «Одноклассники», анкетирование при личных встречах, психологическое исследование, обработка результатов исследования методами математической статистики и анализ полученных данных; наглядное представление результатов исследования с помощью сводных таблиц, диаграмм, графиков.

Этапы работы:

1. Анализ философской, психолого-педагогической и методической литературы по теме исследования: «Адаптация выпускников школы к большому городу».

2. Сбор информации и исследование.

3. Составление текста анкеты и проведение анкетирования с выпускниками прошлых лет.

4. Выступление с данной работой на классных часах в выпускных классах.

Теоретическая значимость работы: Заключается в возможности использования собранного материала классными руководителями на классных часах, посвященных профориентации.

Практическая значимость работы состоит в разработке системы адаптационных мероприятий, обеспечивающих успешность протекания процесса адаптации у студентов - бывших учащихся нашей школы. Полученные результаты, выводы и

рекомендации могут быть использованы в практике педагогического образования преподавателями нашей школы и внедрены в воспитательные системы классных руководителей выпускных классов.

Глава 1. Теоретическая часть

Социальная адаптация выпускников из школ малых городов и сельской местности становится значимой проблемой жизни современного общества.

1. Адаптация в новом коллективе и новом городе.

В России последние десять лет большое внимание уделяется программам эффективного обучения для воспитания молодых специалистов. Многие делают для того, чтобы студенты чувствовали себя комфортно в той новой обстановке, в которую они попали после школы.

Интенсификация образования диктует необходимость полноценного включения студентов в учебно-воспитательный процесс с первого дня их пребывания в учреждении. «Начальный период обучения специфичен своей напряжённостью, важностью для личностного и профессионального становления будущего специалиста».^[2] В этой связи естественно, то внимание, которое уделяют преподаватели личности начинающего студента, процессу его вхождения в образовательную среду и адаптации в ней.

Под адаптацией мы понимаем процесс привыкания приспособления личности к новым условиям среды. [3, с.27] Выделяются следующие аспекты адаптации:

- психолого- педагогический, связанный с приспособлением студентов к новой дидактической системе, отличающейся от форм и методов школы;
- социально- психологический - это усвоением учащимися социальных норм, установленных в новом коллективе;
- мотивационно- личностный - это формирование позитивных учебных мотивов и личностных качеств;
- психофизический - приспособление функций и реакций организма к требованиям новой среды. [2, с.52].

Процесс адаптации длительный и не всегда успешный, и у значительной части студентов первого года обучения возникают проблемы с адаптацией, что связано с личностными качествами самих студентов, отсутствием навыков к самостоятельной учебной деятельности, несформированностью профессионального самоопределения, самостоятельность проживания. Этот процесс особенно остро встает для выпускников сельских школ и малых городов.

Разрыв между малым городом и большим существовал всегда. Студенты, приехавшие из таких городов, да из сельской местности, рассматриваются как группа, самоорганизующаяся на основе общих компонентов традиционного мировоззрения, стимулирующего воздействия внешней, «чужой» для них среды. Ребята, приезжающие в крупный город, поставлены перед необходимостью овладения новыми нормами, ценностями, представлениями, правилами, предписаниями, ограничениями, охватывающими и регламентирующими практически все стороны их жизни.

У студентов на первом курсе происходит изменение многолетнего привычного рабочего стереотипа, основу которого составляет динамический стереотип. Последствия могут проявляться в нервных срывах и стрессовых реакциях. По этой причине период адаптации, связанный со сменой прежних стереотипов, может на первых порах обусловить и сравнительно низкую успеваемость, и трудности в общении. [1 с. 194-203].

Исследования ученых выявили следующие трудности к процессу адаптации первокурсников из малых городов и сельской местности:

- отрицательные переживания, связанные с уходом вчерашних учеников из школьного коллектива с его взаимной помощью и моральной поддержкой;
- неопределенность мотивации выбора профессии,
- недостаточная психологическая подготовка к ней;
- неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности, усугубляемое отсутствием привычки повседневного контроля педагогов;

- поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
- налаживание быта и самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие;
- отсутствие навыков самостоятельной работы, неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, справочниками, указателями.

У кого-то адаптация проходит очень тяжело и психологически, и физиологически, у кого-то всё ограничивается изменением настроения и восприятия окружающих, а кто-то процесса адаптации совсем не замечает. [3]. Вообще адаптация к новым условиям жизни может протекать разное время и чаще всего зависит от возраста, особенностей характера, темперамента.

Выпускники, в большинстве своем, имеют активную жизненную позицию. Из-за малочисленности учащихся в школе преподаватели имеют возможность уделять внимание каждому ученику, развивать его способности, но зачастую отсутствие тесной связи с культурными центрами, недостаточное количество специалистов не позволяет в полной мере раскрыть способности и достичь того же уровня, который имеют городские выпускники. Выпускник должен иметь возможность не «потеряться» в общественной и культурной жизни вуза, не разочароваться в себе, в своих возможностях и способностях, лишившись пристального внимания и опеки школьных учителей, которые всеми силами старались создать для него ситуацию успеха. Нельзя также упускать и тот факт, что, попадая в новую социальную обстановку, бывший учащийся сельской школы старается «наверстать упущенное», быть как «все»: в одежде, поведении, и т.п. стремясь не потеряться среди более раскованных и приспособленных к условиям городской жизни сверстников. Данное обстоятельство должно находиться под пристальным вниманием взрослых, т.к. своей отрицательной составляющей может существенно повлиять на формирование личности студента-выпускника малого города и сельской школы, находящегося в стрессовой ситуации изменения социального окружения.

На начальном этапе обучения студенты испытывают значительные трудности в учебной деятельности, требующей сформированности познавательной самостоятельности, коммуникативных умений, ценностных ориентаций на деятельность.

Важность проблемы адаптации выпускника к новым условиям жизни и деятельности часто недооценивается. Зачастую считается, что любой человек достаточно быстро за 1-2 недели способен приспособиться к изменению условий, не учитывая того, что мы имеем дело с коренной перестройкой жизнедеятельности, которая является очень сложной. Действительно, большинство людей достаточно успешно справляется с предъявлением повышенных требований к своему организму, однако такое приспособление имеет определенную физиологическую и психологическую цену, уменьшить которую и сделать приспособление более эффективным можно с помощью специальных мероприятий.[4].

Глава 2. С какими же проблемами может столкнуться абитуриент при поступлении в вуз в другом городе?

Основным методом сбора информации послужило анкетирование. В опросе приняли участие 10 человек, все выпускники ГБОУ СОШ п.Масленниково.

Анкета содержит набор из 10 вопросов, подчиненных цели исследования:

1. Как скоро вы привыкли к городской жизни?
2. Вам нравится учиться в учебном заведении?
3. С каким чувством ты ходил на занятия в первое время?
4. Какие у вас сложились отношения с большинством однокурсниками?
5. Как часто вы приезжаете домой?
6. Какие проблемы у Вас возникают во время обучения?
7. Кто или что помогает решить Ваши проблемы?
8. Где Вы проживаете?

9. С какими трудностями Вы столкнулись в городе?
10. Что бы Вы посоветовали будущим выпускникам для избегания подобных трудностей?

Результаты анкетирования:

Таблица 1 Как скоро вы привыкли к городской жизни?

Ответы выпускников	Количество опрошенных	%
Почти сразу	1	10
Через месяц	2	20
Очень часто приезжал домой	5	50
За неделю	1	10
Хотелось бросить учебу и вернуться домой	1	10

Более общительным, открытым адаптироваться в новой среде гораздо легче. Они гораздо реже ездили домой, и быстро привыкли городской жизни. Один выпускник не смог привыкнуть к городской жизни (таблица 1).

Таблица 2

Вопросы	Ответы	%
Вам нравится учиться в учебном заведении?	9	90%
С каким чувством ты ходил на занятия в первое время?	3- с чувством радости,	30%
	5- с равнодушием,	50%
	2- без желания	20%

Какие у вас сложились отношения с большинством однокурсников?	8-хорошие	80%
	2-нейтральные	20%
Где Вы проживаете?	3-на квартире,	30%
	5-в общежитии.	50%
	2-родственники	20 %

Таблица 3 Как часто вы приезжаете домой?

Ответы выпускников	Количество опрошенных	%
Один раз в две недели	1	10%
Каждые выходные	5	50%
Раз в месяц	1	10%
Родители приезжают сами	3	30%

Из таблицы 3 видно, что большинство бывших учащихся бывают дома каждые выходные. Родители навещают своих детей сами.

В процессе обучения у ребят возникли проблемы: много занятий, высокие требования, неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, справочниками (таблица 4).

Таблица 4 Какие проблемы у Вас возникают во время обучения?

Ответы выпускников	Количество опрошенных	%
Нет проблем	1	10%

Много занятий	5	50%
Высокие требования	3	30%
Неумение конспектировать	1	10%

Таблица 5 Кто или что помогает решить Ваши проблемы?

Ответы выпускников	Количество опрошенных	%
Друзья	4	40%
Однокурсники	2	20%
Решаю сам	1	10%
Культурный отдых	3	30%

В городе возникают и социальные проблемы. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях; налаживание быта и самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие, незнание города и др. Большинство ответили, что решают свои проблемы с друзьями. (таблица 5).

Таблица 6 С какими трудностями Вы столкнулись в городе?

Ответы выпускников	Количество опрошенных	%
Незнание города	4	40%
Подстраиваться под автобусы	2	20%
Жизнь в общежитии	4	40%

Иногородний первокурсник многим отличается от своего местного однокурсника. Местный городской студент, став учащимся вуза, меняет лишь место и род учебной деятельности, но продолжает жить в освоенной

социальной среде, пользоваться накопленным социальным и культурным капиталом. Из школьника он превращается в студента. Тот же, кто приехал учиться, покидает родительскую семью, вынужден стать самостоятельным, полагаться на иные, чем прежде, ресурсы, осваивать иное, новое, жизненное пространство. Из школьника города Городовиковска он превращается в иногороднего студента большого города и одновременно - в «мигранта».

3. Пожелания будущим выпускникам

Будущим выпускникам, бывшие наши выпускники советуют быть находчивыми во всем. Не бояться новых трудностей и проявлять больше уверенности. Заводить новые знакомства и как можно больше общаться.

3.1. В учёбе

Необходимо приложить большие усилия, чтобы по всем предметам иметь хорошие знания и иметь высокие оценки. Баллы, на ЕГЭ и оценки в аттестате, важны для поступления в ВУЗ и дальнейшего обучения. Ну и надо помнить, что иногда небольшая недоработка влечет большие последствия. Поэтому забрасывать одни предметы совсем и концентрироваться на других не стоит. В жизни нам не всегда приходится делать то, что нравится и то, что приносит пользу... Совет будущим выпускникам: чтобы дойти до цели, надо прежде всего идти».

3.2. Взаимоотношения с однокурсниками.

Нужно смело проявлять себя и узнавать, кто и что собой представляет в данном коллективе. А выяснить это можно только путём общения. Стараться отмечать для себя как можно больше информации об однокурсниках: как он или она реагируют на те, или иные моменты жизни, что они любят рассказывать, как они думают, какие они. И важно помнить, что если вы не заявите о себе, не покажете себя, то они тоже не будут знать, кто вы есть на самом деле и как с вами обращаться и поступать в тех или иных ситуациях.

Во-первых, не нужно замыкаться и тихо сидеть в своей комнате общежития и плакать в уголке. Старайтесь как можно больше гулять, узнавать что-то новое о городе, в который вы приехали, и о его жителях.

Во-вторых, попробуйте узнать, нет ли кого из земляков на вашем курсе. Если нет, то найдите человека близкого вам по духу и в первое время, каким – то образом помогайте и поддерживайте друг друга.

3.3.Общежитие

«Семья в несколько тысяч человек » именно так иногда называют общежития. Там свои законы. Многое зависит от того, кто окажется соседями по комнате. У каждого из нас свои бытовые привычки, и перевоспитывать человека в 17–18 лет не имеет никакого смысла, проще смириться. С другой стороны, необходимо не забывать следить и за собой, потому что не все наши привычки нравятся окружающим. Например, никому не понравится оставленная на столе невымытая посуда или неубранные крошки. Тут до тараканов и мышей недолго останется. Ну а для знакомства правила всё те же. Главное — общение. И помните, что вы такой же полноправный житель данной комнаты, как и ваши соседи. [3].

3.4.Жизнь в городе

Постарайтесь понять, что вас пугает или что вас не устраивает. Большие и плотно стоящие рядом дома? Незнакомые люди на улице? Есть такая народная мудрость «Человек ко всему привыкает», поэтому нужно настроить себя на то, что необходимо выждать время, и всё наладится. Не стесняйтесь знакомиться с соседями, в первое время больше гуляйте по микрорайону, узнайте, где находится поликлиника, какие магазины поблизости, где парикмахерская и т.д. Старайтесь сделать для себя новую местность своей. Практически в каждом регионе есть землячества, постарайтесь в интернете или ещё каким-то путём узнать, где находится ваше землячество. Общаться с земляками вдали от дома — это очень здорово.

4. Участие школы в воспитании выпускников.

Наша школа ориентируется на теоретическую и практическую подготовку выпускника школы к жизни, на воспитание профессионально ориентированного и социально зрелого выпускника, способного адаптироваться в социуме, умеющего реализовать себя как личность.

Главная цель – создание условий, способствующих успешной социальной адаптации выпускника школы – включает решение следующих задач:

- создание условий, способствующих воспитанию здорового выпускника, ведущего здоровый образ жизни;

- формирование у выпускника школы знаний, умений, навыков (правовых, экономических, психологических, нравственно-эстетических, этических, экологических, валеологических, социальных, практических), способствующих его успешной социальной адаптации;

- создание условий, формирующих личность выпускника, духовно стойкого, нравственно воспитанного, социально активного, способного к самореализации и самосовершенствованию;

- подготовку учащихся к осознанному выбору профессии;

- обеспечение осознания учащимися семейных ценностей, нравственно этических норм и традиций семейного уклада, необходимости ответственного отношения к созданию в будущем своей семьи.

- воспитание общественно активного выпускника;

- воспитание грамотного потребителя.

Заключение

Проблема адаптации выпускников в условиях города для меня очень актуальна, т.к. школу я заканчиваю через год. Согласно полученным ответам, все ребята очень любят свою малую родину, большинство учащихся волнует вопросы, связанные с жильем, обучением и дальнейшим трудоустройстве.

По результатам анкеты я увидел, что не все выпускники могут быстро адаптироваться в городе. Для успешной адаптации нужно:

1. Нужно смело проявлять себя и узнавать, кто и что собой представляет в данном коллективе. Главное — общение.

2. Не нужно замыкаться и тихо сидеть в своей комнате общежития и плакать в уголке. Старайтесь как можно больше гулять, узнавать что-то новое о городе, в который вы приехали, и о его жителях.

3. Найдите человека близкого вам по духу и в первое время помогайте и поддерживайте друг друга.

4. Необходимо не забывать следить за собой в общежитии, потому что не все наши привычки нравятся окружающим.

5. Нужно настроить себя на то, что необходимо выждать время, и всё наладится.

6. Не стесняйтесь знакомиться с соседями.

7. Старайтесь сделать для себя новую местность своей.

Если выпускники нашей школы будут придерживаться советов, которые в данной работе озвучены, то им в период адаптации в условиях города будет намного легче.

1. Андреева, Д.А. Проблема адаптации студента / Д.А. Андреева // Молодежь и образование. М.: Молодая гвардия, 1972. - С. 194-203.
2. Березин С.В., Козлов Д.Д., Лисецкий К.С. и др. Адаптация студентов в вузах г. Самары (опыт практической работы). Самара. 2004.
3. Бабахан Ю.С. Основные психологические механизмы адаптации студентов к учебной деятельности // Психологический журнал. 2003. №6.
4. Сухоруков, А.А. Педагогический вуз как среда адаптации первокурсников. // Известия. ТулГУ. Серия. Педагогика. Вып. 3. – Тула: Изд-во ТулГУ, 2006.