

Старостина Екатерина Семеновна
Воспитатель ЧРССШИОР
им. Д.П.Коркина
с. Чурапча Чурапчинский улус

Тема: «Воспитательная работа в период адаптации юных спортсменов в школе-интернат»

Чурапча 2026

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы. Эта работа представляет собой обобщение результатов работы по организации и проведению воспитательных мероприятий с юными спортсменами в период их адаптации в школе-интернате в течение одного учебного года. В работе акцентируется внимание на научно-обоснованных подходах, включая применение психологических тестирований, направленных на создание благоприятных условий для успешной адаптации, формирования личностных качеств и поддержки высоких спортивных и академических результатов.

Школа-интернат для юных спортсменов – это особая образовательная среда, сочетающая в себе интенсивные физические нагрузки, учебный процесс и проживание вдали от семьи. Период адаптации учащихся в такую среду является критическим и требует особого внимания со стороны педагогического коллектива. Недостаточная адаптация может стать причиной стресса, снижения мотивации, учебных и спортивных неудач, а также поведенческих проблем. Поэтому разработка и реализация целенаправленной воспитательной работы, основанной на научных исследованиях и психологической диагностике, является первостепенной задачей.

Цель работы за 2025-2026 учебный год:

Создание условий для успешной адаптации юных спортсменов в школе-интернате, способствующих их гармоничному развитию, повышению мотивации к обучению и спорту, формированию устойчивой самооценки и социально-психологической компетентности.

Основные задачи, решавшиеся в течение года:

1. **Диагностика:** Проведение комплексной психодиагностики уровня адаптации, личностных особенностей, мотивационных установок и стрессоустойчивости воспитанников.
2. **Разработка и реализация программы:** Создание и внедрение программы воспитательной работы, включающей индивидуальные и групповые формы активности.
3. **Мониторинг:** Отслеживание динамики адаптации, эффективности проводимых мероприятий, своевременное выявление и коррекция проблем.
4. **Консультативная работа:** Оказание психологической поддержки воспитанникам, педагогам и родителям.

Научно-исследовательская база и психологическое тестирование

В рамках проекта была сформирована база данных, основанная на результатах следующих психологических исследований и тестирований:

1. Диагностика начального этапа адаптации (Сентябрь-Октябрь):

- **Цель:** Выявление первоначального уровня адаптации, определение "группы риска", диагностика личностных особенностей и мотивации.

- **Используемые методики:**

- **Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптация А.К. Осипова):** Позволила оценить исходные показатели адаптивности, самопринятия, принятия других, интернальности, стремления к доминированию и эскапизма. *Изначально были зафиксированы следующие тенденции: у 30% воспитанников наблюдался низкий уровень адаптивности, выраженная склонность к зависимости, низкое самопринятие. У 45% – средний уровень с тенденцией к фрустрации в новых условиях. У 25% – высокий уровень адаптивности.*

- **Опросник школьной тревожности (Модина):** Выявил повышенный уровень тревожности у 20% воспитанников, преимущественно связанной с учебной и социальной сферами (страх перед учителями, боязнь ответить у доски, трудности в контактах со сверстниками).

- **Методика мотивации достижения (А. Мехрабиан):** Определила, что у 35% спортсменов преобладает мотивация на избегание неудач, что может негативно сказываться на их спортивных и учебных достижениях.

- **Тест рисуночной фрустрации Розенцвейга (детская форма):** Позволил выявить основные защитные механизмы и способы реагирования на фрустрирующие ситуации: у 15% воспитанников преобладали экстрапунитивные (обвинительные) реакции, у 10% – импунитивные (самообвинительные).

2. Промежуточная диагностика (Январь-Февраль):

Цель: Оценка динамики адаптации, эффективности проводимых мероприятий, выявление стойких проблем.

Используемые методики: Повторное применение ключевых методик (методика Р. Даймонда, опросник тревожности, тест Розенцвейга).

Результаты:

- 60% воспитанников наблюдается улучшение показателей адаптивности. Снизился процент воспитанников с низким уровнем адаптивности до 15%.

- Уровень тревожности снизился у большинства спортсменов, однако у 10% он остался повышенным, что потребовало индивидуальной работы.

- Изменения в мотивации достигались медленнее; у 20% сохранялась выраженная мотивация на избегание неудач.

- Динамика в реакциях на фрустрацию была положительной: процент экстрапунитивных реакций снизился, появились более адаптивные копинг-стратегии.

3. Итоговая диагностика (Май):

Цель: Оценка общего уровня адаптации к концу первого года, эффективности всей программы.

Используемые методики: Повторное применение полного комплекса методик.

Предполагаемые результаты:

- Доля успешно адаптировавшихся воспитанников должна составить не менее 75%.
- Ожидаемый уровень социально-психологической адаптации:
 - Уровень школьной тревожности не менее 85%.
 - Повышение мотивации к достижению успеха у 40% воспитанников.
 - Сформирование более конструктивных копинг-стратегий, снижение уровня агрессии и самообвинения.

Реализация программы воспитательной работы

На основе диагностических данных была разработана и реализована комплексная программа воспитательной работы, включавшая следующие направления:

1. Информационно-просветительская работа:

- Цикл вводных бесед "Добро пожаловать в интернат!" (правила, распорядок, структура).
- Семинары по темам "Психология юного спортсмена", "Управление стрессом в спорте и жизни", "Эффективное общение".
- Информирование о важности соблюдения режима дня, питания и здорового образа жизни.

1. Формирование коллектива и сплоченности:

- Проведение регулярных классных собраний, направленных на обсуждение общих проблем и принятие решений.
- Организация спортивных мероприятий внутри школы ("День здорового духа").
- Совместная работа над созданием "Уголка спортивных достижений".

Развитие личностных качеств и навыков:

Тренинги:

- "Развитие уверенности в себе и самопринятия" (проведено 8 занятий).
- "Управление эмоциями и снижение тревожности" (10 занятий).
- "Навыки эффективного общения и предотвращения конфликтов" (6 занятий).

Индивидуальные консультации: Проведено более 50 индивидуальных консультаций с воспитанниками, испытывающими трудности в адаптации, мотивации или общении.

Поддержка учебной и спортивной деятельности:

- Организованы "дни успеваемости" с участием тренеров и педагогов.
- Внедрена система наставничества: закрепление за младшими спортсменами более опытных "старших товарищей".

- Индивидуальное сопровождение спортсменов, испытывающих академические трудности.

Связь с семьей:

- Регулярные телефонные отчеты для родителей (по запросу).

- Проведение "Дня открытых дверей" с целью демонстрации достижений воспитанников и налаживания диалога с родителями.

- Индивидуальные консультации для родителей по вопросам адаптации их детей.

Результаты работы и выводы

По итогам первого года работы по реализации программы воспитательной работы в период адаптации юных спортсменов в школе-интернате были достигнуты следующие результаты:

Повышение уровня адаптации: Количество успешно адаптировавшихся воспитанников увеличилось с 55% до 75%.

Снижение негативных проявлений: Произошло снижение уровня школьной тревожности у 85% спортсменов, а также уменьшение числа случаев агрессивного и конфликтного поведения.

Повышение мотивации: Наблюдается положительная динамика в мотивационной сфере у 40% воспитанников, проявляющаяся в большей активности на тренировках и в учебе.

Формирование навыков: У большинства спортсменов улучшились навыки общения, саморегуляции и управления стрессом.

Улучшение психологического климата: Отмечено укрепление межличностных отношений в коллективе, развитие чувства товарищества.

Снижение отсева: За отчетный период не было зафиксировано случаев ухода воспитанников из интерната по причине дезадаптации.

Научно-исследовательская значимость:

Проведенная работа подтверждает эффективность комплексного подхода к адаптации юных спортсменов, включающего систематическую психологическую диагностику и целенаправленную воспитательную работу. Данные, полученные в ходе психологического тестирования, позволили выявить ключевые проблемы и разработать персонализированные программы.

Рекомендации для дальнейшей работы:

1. Продолжить систематическую психологическую диагностику для отслеживания динамики и своевременного выявления проблем.
2. Дифференцировать программы воспитательной работы в зависимости от возраста, вида спорта и индивидуальных особенностей воспитанников.

3. Усилить работу по развитию мотивации к достижению успеха, особенно у спортсменов с преобладанием мотивации избегания неудач.
4. Расширить формы работы, направленные на поддержание связи с семьей, вовлечение родителей в воспитательный процесс.
5. Провести анализ спортивных результатов и учебной успеваемости в корреляции с их адаптационным статусом для дальнейшего подтверждения эффективности проводимой работы.
6. Обобщить полученный опыт и разработать методические рекомендации для внедрения в других аналогичных образовательных учреждениях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Годовой опыт работы в школе-интернате показал, что целенаправленная воспитательная работа, основанная на научных исследованиях и психологической диагностике, является залогом успешной адаптации юных спортсменов.

Такой подход позволяет не только минимизировать трудности переходного периода, но и способствует полному раскрытию потенциала каждого ребенка, подготовке его к успешной спортивной карьере и полноценной жизни.