

8. Gehrke, S., & Kezar, A. STEM reform outcomes through communities of transformation. *Change: The Magazine of Higher Learning*. 2016. 48 (1). P. 30–38. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/00091383.2016.1121084>
9. Kelley, T.R., Knowles, J.G., Holland, J.D. et al. Increasing high school teachers self-efficacy for integrated STEM instruction through a collaborative community of practice. *IJ STEM Ed*. 2020. 7(14). Retrieved from: <https://doi.org/10.1186/s40594-020-00211-w>
10. Laursen, S. Levers for change: An assessment of progress on changing STEM instruction. *American Association for the Advancement of Science*. 2019. Retrieved from: <https://www.aaas.org/resources/levers-change-assessment-progress-changing-stem-instruction>
11. Lund, T. & Stains, M. The importance of context: an exploration of factors influencing the adoption of student-centered teaching among chemistry, biology, and physics faculty. *International Journal of STEM Education*. 2015. 2 (1). P. 1–21. Retrieved from: doi: <https://doi.org/10.1186/s40594-015-0026-8>
12. Mand Labs. Step by step. Retrieved from: doi: <https://www.mandlabs.com/current-state-of-stem-education-in-us-what-needs-to-be-done/>
13. McConnell, J.R. A model for understanding teachers' intentions to remain in STEM education. *IJ STEM Ed*. 2017. 4 (7). Retrieved from: <https://doi.org/10.1186/s40594-017-0061-8>
14. Reinholz, D. L., Matz, R. L., Cole, R., & Apkarian, N.. STEM is not a monolith: A preliminary analysis of variations in STEM disciplinary cultures and implications for change. *CBE—Life Sciences Education*. 2019. 18 (4). Retrieved from: <https://doi.org/10.1187/cbe.19-02-0038>.
15. Ring-Whalen, E., Dare, E., Roehrig, G., Titu, P., & Crotty, E. From conception to curricula: The role of science, technology, engineering, and mathematics in integrated STEM units. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*. 2018. 6 (4). P. 343–362.
16. Williams, C., Walter, E., Henderson, C. & Beach, A.. Describing undergraduate STEM teaching practices: a comparison of instructor self-report instruments. *International Journal of STEM Education*. 2015. 2 (1). P. 1–14. Retrieved from: doi: <https://doi.org/10.1186/s40594-015-0031-y>

УДК: УДК 377:796]:37.091.212.7
DOI 10.25128/2415-3605.21.2.10

АНДРІЙ ІВЕГЕШ

<https://orcid.org/0000-0002-0957-7290>
ivegeshok@gmail.com

викладач

Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка
вул. Максима Кривоноса, 2, м. Тернопіль

АДАПТАЦІЯ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЛІЦЕЇВ СПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ: ПРОБЛЕМИ І ШЛЯХИ ВИРІШЕННЯ

Вступ до навчального закладу визначається зміною умов життєдіяльності першокурсників, призводить до руйнування вироблених раніше звичок, навичок, ціннісних орієнтацій колишніх школярів. Охарактеризовано шляхи адаптації ліцеїстів першого курсу з огляду на досвід педагогічного колективу Тернопільського педагогічного ліцею спортивного профілю. В результаті проведення теоретичного аналізу визначено, що соціальна адаптація як феномен є процесом і результатом засвоєння індивідом соціального досвіду внаслідок сукупності цілеспрямованого впливу на особистість освітнього середовища ліцею спортивного профілю. Проаналізовано особливості процесу адаптації ліцеїстів-першокурсників до навчання в умовах навчального закладу (підвищені вимоги, злам стереотипів поведінки, підвищення нервово-психічного напруження, нове коло спілкування, почуття ізольованості, інформаційний стрес). Охарактеризовано можливі причини дезадаптації ліцеїстів: відсутність батьківського контролю, нові умови та вимоги до навчання, внутрішньо особистісні конфлікти. Розглянуто фактори, які впливають на процес адаптації та труднощі адаптації ліцеїстів-першокурсників. На основі емпіричного дослідження соціальної адаптації вихованців педагогічного ліцею визначено інноваційні методи та форми роботи із забезпечення соціальної адаптації, до яких належать тренінги, відеоекскурсії, круглі столи, інтерактивні вправи з ліцеїстами, з батьками, педагогами, вихователями та активна робота соціального педагога, розробка відповідної індивідуальної програми розвитку ліцеїста.

Ключові слова: адаптація, ліцей спортивного профілю, ліцеїст, освітній процес ліцею.

lecturer

Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University
2 Maksym Kryvonis Str., Ternopil**FIRST YEAR STUDENTS' ADAPTATION TO THE EDUCATIONAL PROCESS IN LICEUMS SPORT SCHOOLS: PROBLEMS AND SOLUTIONS**

Admission to an educational institution implies changes the living conditions of first-year students, causes destruction of earlier skills, habits and values of former pupils. The article deals with the ways of first-year students' adaptation taking into account the experience of the teaching staff of Ternopil pedagogical sports lyceum. The carried out theoretical analysis results in determination of social adaptation as a phenomenon that consists of process and result of developing by individual social experience due to purposeful influences of the educational environment of the sports lyceum on a personality. The peculiarities of first-year students' adaptation to study have been analyzed, as far as adaptation period for every student is different, depending on their psychological characteristics, level of preparation for study. Possible reasons for lyceum students' maladaptation have been characterized: lack of parent's control, new conditions and requirements for study, internal personal conflicts. The factors that influence on the process of adaptation and the difficulties of first-year students' adaptation have been considered in the paper. Based on empirical research of students' social adaptation of pedagogical lyceum, there have been defined the innovative methods and techniques on maintenance of social adaptation that include trainings, video lectures, round tables, interactive activities with lyceum students, parents, teachers, educators and active work of the social pedagogue.

Keywords: adaptation, sports lyceum, lyceum student, the educational process at lyceum.

Вступаючи до навчального закладу, перед першокурсниками постає низка проблем, що тісно пов'язані з руйнуванням роками вироблених звичок, навичок, ціннісних орієнтацій.

Навчання у ліцеї спортивного профілю характеризується суттєвою відмінністю навчального матеріалу, критеріями оцінювання знань, впровадженням нових стандартів освіти та педагогічних технологій. За змістом і формою навчання стає складнішим. Тому важливим параметром психологічної готовності ліцеїста до навчання є показник його адаптованості до освітнього процесу навчального закладу.

Перехід до нової соціальної ролі ліцеїста-першокурсника, зміна шкільної обстановки на освітнє середовище нового закладу освіти вимагає часу для адаптації, навіть якщо в його стінах студента зустрічають дружелюбно і привітно.

Проблеми адаптації досліджували О. Безпалько, Н. Заверико Г., Латіонової, А. Мудрик. Соціальна адаптація першокурсників була і залишається питанням вивчення багатьох вітчизняних і зарубіжних учених, зокрема відображена в працях С. Максименка, Г. Балла, Г. Васяновича, В. Рибалки, Т. Яценко та багато інших.

Досягнення українських учених В. Бальсевич, В. Запорожанов, В. Друзь у дослідженні закономірностей адаптації досить вагомі і в галузі спортивної медицини, зокрема під час розробки теоретичних і практичних основ процесу спортивного тренування [6, с. 4].

Водночас, аналіз наукової літератури підтверджує, що проблеми адаптації першокурсників до освітнього процесу ліцеїв спортивного профілю недостатньо вивчені.

Актуальність проблеми дослідження зумовлена недостатньою науковою і практичною розробленістю проблеми адаптації під час переходу до навчання в умовах ліцею випускників загальноосвітніх шкіл, необхідністю виховання спортивно обдарованої людини, яка вміє швидко реагувати на зміни в соціумі.

Метою статті є вивчення особливостей адаптації першокурсників до умов навчання в ліцеї спортивного профілю.

У різних галузях використовують термін «адаптація». Вперше його застосував німецький фізіолог Ауберт у 1865 р. Поступово термін «адаптація» почали застосовувати у різних галузях, зокрема у педагогіці. Проте вченими не визначено єдиного змісту поняття «адаптація». Одні дослідники розглядають адаптацію як взаємодію людини з людиною або з середовищем, інші як пристосування особистості до зовнішнього середовища. Під адаптацією ліцеїста-першокурсника, на нашу думку, слід розуміти як процес приведення параметрів особистісної та соціальної характеристик у відповідність до нових умов обраного освітнього середовища.

Пристосування до принципово інших умов завжди супроводжується низкою негативних явищ, зокрема невпевненістю у своїх силах, психічним перенапруженням, зміною референтної групи, умов середовища, підвищенням рівня тривожності та ін.

Оскільки основним соціальним інститутом, через який проходять всі учні у віці від 6 до 17 років є школа, то, говорячи про соціальну адаптацію школярів, насамперед говоримо про шкільну адаптацію та дезадаптацію.

Адаптація, тобто пристосування, звикання до нових умов навчання та проживання – складний тривалий процес. Вона залежить як від індивідуальних якостей особистості, так і від допомоги оточуючих. Гуманістичне трактування терміна «адаптація» виводить на поняття «готовність до розвитку». Адаптуватися – означає бути готовим подолати різноманітні перешкоди при пошуці свого місця в життєвому просторі [3, с. 55-58].

Адаптована людина – це суб'єкт життєдіяльності та свого подальшого розвитку, що здатний використовувати дану йому соціальну ситуацію для вирішення завдань сьогодення та формування передумов руху вперед. Адаптувати дитину до навчального закладу – означає пристосувати її до розвитку, на протигагу до функціонування. Учень повинен відчувати себе в конкретному освітньому середовищі автором свого життя, в нього повинні бути сформовані психологічні якості та вміння, що забезпечують можливість йому відповідати вимогам і нормам, але що значно важливіше – в нього повинна бути сформована здатність розвиватися в цьому середовищі, реалізовувати свої здібності та потреби. Навчальний заклад та учень взаємно адаптуються одне до одного.

Передумовою ефективною соціальною адаптації є психологічне здоров'я як стан, який відображає рівень здатності людини до реалізації та розвитку власного потенціалу. Психологічне здоров'я – це насамперед потреби, інтереси, ціннісні орієнтації, ідентичність, само актуалізація. Окрім цього, психологічне здоров'я визначає потенціал і ресурсність соціальної адаптації [8, с. 58].

Соціальна адаптація – це процес активного пристосування людини до конкретних змін середовища. Основним способом соціальної адаптації є прийняття особистістю цінностей нового соціального середовища (групи, колективу, організації), сформованих у ньому форм соціальної взаємодії (формальних і неформальних зв'язків, стилю керівництва, сімейних і сусідських стосунків і т.п.) [7, с. 19].

До специфіки адаптації першокурників відносять вікові особливості розвитку виховання та початок навчання за обраним профілем. Соціальною потребою віку є самовизначення. Практика свідчить, що, коли обраний профіль відповідає психофізіологічним і особистісним рисам, інтересам і схильностям ліцеїста, то втома спостерігається рідше, підвищується ефективність навчального процесу.

Десятикласники вступають на нову сходинку вікового розвитку – юнацтво. Це перехідний період між підлітковим та дорослим. Загалом, в юнацькому віці завершується фізичний розвиток, але для розвитку психіки юність – це найважливіший час змін. Перетворення відбуваються в розвитку ідентичності та самосвідомості [5, с. 11–12].

Бохонкова Ю.О. виділяє такі основні труднощі, які зустрічаються на шляху першокурників: переживання, які пов'язані з перехідним періодом; неготовність до самостійного життя, зокрема в гуртожитку; психологічна неготовність до відповідальності за власні вчинки; невміння правильно роз приділяти свій час; не сформованість мотивації навчання [2, с. 43–58].

Адаптація першокурників педагогічного ліцею спортивного профілю має свою специфіку, де в принципово інших умовах, ніж у школі проходить становлення, самовизначення юнаків та дівчат. На початковому етапі навчання ліцеїсти іноді відчувають значні труднощі в навчально-пізнавальній діяльності, що вимагає сформованості пізнавальної самостійності, комунікативних умінь, ціннісних орієнтацій щодо обраного профілю. При цьому одночасно зростають протиріччя і виникають труднощі в становленні самооцінки, самосвідомості і формуванні «образу Я». Створення сприятливих психолого-педагогічних умов для подолання студентами педагогічного ліцею труднощів адаптації в означений період забезпечують єдність, неперервність навчально-виховного процесу і наступність у розвитку особистості [4, с. 57].

У ліцеї спортивного профілю умови навчання відрізняються від шкільного навчального процесу. Зокрема, відносини між викладачами будуються по іншому, порівняно з шкільними вчителями; ліцейне мікросередовище відрізняється від шкільного; збільшуються вимоги до навчання. Ліцейст-першокурсник зустрічається з певними особистісними викликами. Зміна звичної ситуації навчання змушує ліцейста змінити стереотипну поведінку і напрацювати нові способи вирішення проблем у навчально-виховній діяльності.

Стресогенними чинниками постають відірваність учнів від рідної домівки, життя в незвичних умовах гуртожитку, нове коло спілкування, необхідність приймати самостійні рішення морального та побутового характеру без опікування батьків. У вихованців спостерігається психологічне та емоційне напруження, втомлюваність, перевантаження і, як результат, зниження навчальної результативності.

Таким чином, у перші місяці навчання у ліцеї першокурсник постає перед складним випробуванням - адаптацією до нових умов навчання. Якщо адаптаційні здібності ліцейста не високі, незвичні вимоги та ситуації можуть зумовити адаптаційний стрес: почуття ізольованості, самотності, різке підвищення нервово-психічного напруження, депресивні стани. Також першокурсники відчують інформаційний стрес, виникнення якого зумовлене сукупною дією таких факторів: внутрішня мотивація, забагато інформації, брак часу для сприйняття і переробки та внутрішня мотивація, зокрема бажання і необхідність її зрозуміти. Довготривалий інформаційний стрес веде до інформаційного неврозу. Це впливає на успішність навчання, заважає активно включитися в навчальний процес.

Як відомо, далеко не всім учням, властиві адаптивні здібності. Найбільше це стосується випускників із сільських шкіл. Для них стрес адаптації до умов навчального закладу поєднується з стресом адаптації до умов життя у великому місті.

Психологічна діагностика забезпечує можливість розвиватися кожному випускнику в оптимальному режимі, враховуючи особливості інтелектуальної та особистісної сфери, здоров'я і професійного вибору [9, с. 116–119].

Особистість по-різному ставиться до проблеми керування саморозвитком: від наполягання на власній непричетності щодо подій власного життя до прийняття повної відповідальності за мету власного розвитку. Ми розглядаємо саморозвиток як процес, що включає усвідомлення і прийняття своєї особистості та власного досвіду.

На жаль, окремі учні не можуть адаптуватися до навчально-виховного процесу. Забравши документи, повертаються в школу. Педагогічний колектив ліцею спортивного профілю зацікавлений, щоб процес адаптації пройшов успішно та якомога швидше завершився. Адже від цього залежить успішність ліцейстів. Тішить те, що кожне нове покоління ліцейстів-першокурсників соціально адаптованіше, легше сприймає будь-які зміни і, відповідно, швидше соціалізується.

Для того, щоб процес адаптації минув якомога безболісніше, освітяни допомагають зрозуміти кожному, що у ліцеї він у безпеці, тут можна знайти підтримку як з боку інших ліцейстів, так і вчителів.

Для вивчення стану адаптації першокурсників (всього 38 респондентів) Тернопільського педагогічного ліцею спортивного профілю було проведено констатувальний зріз за допомогою таких методів: спостереження, анкетування, бесіди, аналіз процесу і результатів навчальної діяльності учнів. Так, анкета містила комплекс запитань щодо проблеми адаптації першокурсника.

Так, на запитання анкети: Чи задоволені Ви своїми результатами навчання? (Так, ні, не знаю). 62 % ліцейстів першокурсників не задоволені своїми результатами навчання. Серед причин незадоволення вони вказують на нові умови життя, фізичні навантаження втомлюють.

На запитання анкети: Що заважає Вам успішно вчитися на I курсі? – студенти диференціювали причини на такі складові:

- невміння розподіляти свій час (42 %);
- невміння вчитися (34 %);
- надмірні фізичні навантаження (24 %);

• На запитання анкети: Які пізнавальні мотиви можуть забезпечити успішність вашого навчання? (мотиви успіху, саморозвитку, заохочення) учні відповіли таким чином: у 33 % учнів домінують пізнавальні мотиви, вони прагнуть здобути знання, зацікавлені у їх практичному спрямуванні. У більшості прояв цих мотивів знаходиться на середньому рівні. Мотиви саморозвитку спостерігається у 47 % ліцейстів, мотиви досягнень – 36 %, та зовнішні мотиви – 33 %.

На запитання анкети: Який рівень вашої тривожності? (високий, середній, низький) – учні розподілили на такі групи: високий рівень спостерігається у 60 % учнів, середній 30 %, низький 10 %. Причиною високого рівня тривожності є невпевненість у собі через слабе пристосування до нових умов освітнього середовища педагогічного ліцею.

Результати дослідження дозволили констатувати, що у студентів нашої вибірки підвищена тривожність, яка пов'язана з фрустрацією потреби в досягненні успіху, тривожністю, страхом самовираження та невідповідності очікуванням оточуючих. Зокрема підвищений рівень особистісної тривожності у ліцеїстів сприяє виникненню напруженості в навчально-виховних ситуаціях. Тому, перспективою подальшої роботи над вищезазначеною проблемою, а саме для реалізації потреби ліцеїстів-першокурсників в активній діяльності і спілкуванні, формуванні позитивних емоцій, регулюванні емоційних проявів та поведінки, є розробка психологічної програми корекції адаптації ліцеїстів першокурсників.

На запитання анкети: Що зумовлює ваш стан тривожності? (Вимоги викладачів, складний зміст навчальної дисципліни, проживання в гуртожитку...) учні відповіли таким чином:

- для 20 % учнів стан тривожності зумовлений високими вимогами викладачів;
- для 70 % – складним і не зрозумілим змістом навчальних дисциплін;
- для 10 % – відірваністю від дому, рідних, звичних умов життя.

На запитання анкети: Чим зумовлена ваша невдоволеність освітнім процесом? ліцеїсти відповіли:

- великим обсягом навчального матеріалу (56 %);
- не цікавим змістом матеріалу (10 %);
- браком часу для навчання, оскільки надмірна кількість тренувань (34 %).

На запитання анкети: Що допомогло би вам швидко прилаштуватися до нових умов життя і навчання? (менше домашніх завдань, більше вільного особистого часу, зменшення кількості предметів) – ліцеїсти відповіли таким чином: доступний виклад змісту навчального матеріалу (22 %), комфортне середовище (34 %), позитивна атмосфера в колективі (12 %), підтримка батьків (32 %).

Таким чином, високий рівень емоційної напруженості простежується у 20 % юнаків. Ці першокурсники більшою мірою, ніж інші їхні одногрупники, схильні до прояву нервозності, глибокого переживання невдач, невпевненості у своїх силах, необ'єктивної самооцінки. Середній рівень емоційної напруженості виявлений у 38% респондентів. Дана група юнаків відчуває помірну інтенсивність емоційної напруженості у повсякденній (в т.ч. навчальній) діяльності. У 42 % першокурсників діагностовано низький рівень емоційної напруженості. Для них характерна завищено-об'єктивна самооцінка, впевненість у собі, низький рівень особистісної та ситуативної тривожності, а також високий рівень розвитку навичок саморегуляції. Отже, для 58% першокурсників необхідно проєктивно створювати більш оптимальні психолого-педагогічні умови, що сприятимуть зниженню рівня їхньої емоційної напруженості.

За результатами проведеного дослідження виявлено достатній рівень (44 %) соціально-психологічної адаптованості ліцеїстів Тернопільського педагогічного ліцею спортивного профілю до нових умов навчання за усіма її складовими. У більшості ліцеїстів спостерігається стриманість, довірливість, деяка прямолінійність, впевненість у собі, залежність від групи, а також емоційна стійкість, осмислене додержання норм і правил поведінки, соціальна сміливість, активність. В цілому новоприбулі учні, з позиції їх соціально-психологічної адаптованості, характеризуються середнім рівнем (34 %) тривожності, домінуванням зовнішньої мотивації над внутрішньою, наявністю позитивних емоцій та високими показниками задоволеності щодо атмосфери в класі. За даними досліджень низький рівень проявили 22 % ліцеїстів по таких факторах як стриманість-експресивність (розсудливість, обережність, деяка занепокоєність, песимістичність у сприйнятті дійсності); довірливість – підозрливість (відвертість, довірливість, доброзичливість щодо інших людей, терпимість, поступливість); прямолінійність – дипломатичність (прямолінійність, наївність, природність, безпосередність поведінки); впевненість у собі – тривожність (холоднокровність, спокій, безтурботність, впевненість у собі); конформізм – нонконформізм (залежність від групи людей, важлива суспільна думка та соціальне схвалення); розслабленість – напруженість (спокій, лінь, безмотиваційність, надмірне задоволення та не зворушливість). Учніям притаманні стриманість, легке напруження, зосередженість. У поведінці з однолітками та вчителями проявляють помірний рівень нервозності, хвилювання, тривоги.

Для ефективної адаптації ліцеїстів необхідно спрямувати роботу на розширення системи психолого-педагогічних заходів. Також для адекватної адаптації до ліцейного життя вихованець повинен розширити самосвідомість, переборювати невпевненість, тривоги, страхи. Тобто самовдосконалюватися.

Завдання, що ставляться перед колективом в перші місяці навчального року, – скорочення періоду адаптації учнів для їх якнайшвидшого включення у виконання намічених навчальних програм та планів, створення максимально сприятливих умов для самореалізації особистості. Робота працівників (класні керівники, вчителі-предметники, соціально-психологічна служба, адміністрація ліцею, батьки) націлена на більш успішну і безболісну адаптацію ліцеїстів першокурсників.

У ході вивчення процесу адаптації ліцеїстів-першокурсників враховують особливості темпераментів. Наприклад, сангвінік та холерик адаптуються декілька тижнів, а меланхоліку потрібен місяць [1, с. 19].

Щодо професійної зорієнтованості першокурсників, то зі слів ліцеїстів – вони задоволені своїм вибором. Природно, є вихованці «групи ризику» з якими потрібна індивідуальна робота. Зрозуміло, анкетування і методики можуть показати частину реальної картини тому, що на результати дослідження впливає емоційний стан, правдивість відповідей і потрібно враховувати похибку. Ефективним способом вивчення думки ліцеїстів є спостереження за їх навчальною діяльністю.

Першокурсники переживають, коли виникають конфлікти з одногрупниками, вчителями, а також внутрішньоособисті конфлікти. В таких ситуаціях вони часто поведуться неприродно. Для цього віку притаманна вже дещо доросла поведінка, але під час найменших труднощів вони знову починають поводитися як підлітки. Вони довго і тяжко звикають до статусу ліцеїста, графіку роботи ліцею, нових умов проживання в гуртожитку, незнайомих людей.

Створити власний імідж – це один із аспектів адаптаційного періоду ліцеїста. Наприклад, учень з хорошою базою знань, прийшовши у ліцей, намагається не виявляти лишньої активності. Він боїться справити погане враження. Сумлінно вчить уроки, але руку підняти і відповісти не наважується. Відповідає погано біля дошки, через свою невпевненість і розгубленість. А коли вчитель задає ще додаткові питання, взагалі замовкає. Водночас інший учень, який у школі не відрізнявся особливими здобутками, бешкетував, зовсім не боїться помилитися, піднімає руку, часом відповідає правильно, часом – ні. Проте, він поступово досягає успіху. Тому слід звернути на це увагу і забезпечувати розвиток різних категорій учнів.

Часом першокурсники легко піддаються під вплив соціальних факторів. Багато залежить від самого учня та його вміння робити вибір і відповідати за це. Ліцеїсти дуже вразливі. Вони відчувають найменшу зверхність, сарказм. Часто відповідають тим же. Коли педагогічний колектив ставиться до ліцеїстів із розумінням, то натомість отримують повагу та шану.

Проблема виховання спортивно обдарованих дітей безпосередньо пов'язана з вимогами швидко мінливого світу, який породив ідею організації цілеспрямованої освіти для тих хто має яскраво виражені здібності в певній галузі.

В результаті проведення теоретичного аналізу визначено, що соціальна адаптація як феномен являє собою процес і результат засвоєння індивідом соціального досвіду внаслідок сукупності цілеспрямованого впливу на особистість освітнього середовища ліцею спортивного профілю.

Життєдіяльність ліцеїста відрізняється від учнівської; відмінною є міжособистісна та соціальна ситуація; соціальна позиція вимагає належної самовіддачі та самоконтролю.

На основі емпіричного дослідження соціальної адаптації вихованців педагогічного ліцею спортивного профілю визначено інноваційні методи та форми роботи із забезпечення соціальної адаптації вихованців, до яких належать тренінги, відеолекторії, круглі столи, інтерактивні вправи з учнями, з батьками, педагогами, вихователями та активна організаторська робота соціального педагога, розробка відповідної індивідуальної програми розвитку учня.

Важливо звернути увагу на те, щоб у навчально-виховному процесі використовувались проблемні методи навчання і виховання; особливо контролювалися випадки вибуття ліцеїстів з навчального закладу; соціологічним і психологічним лабораторіям надавалась кваліфікаційна допомога з вивчення проблем, пов'язаних з адаптацією першокурсників; вдосконалювалась система заохочень у навчанні. Таким чином, швидка і якісна адаптація ліцеїстів першокурсників є головною умовою для їхнього подальшого успішного навчання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Адаптація дитини до школи / упоряд. С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. К.: Мікрос-СВС. 2003. 111 с.
2. Бохонкова Ю. О. Можливості корекції особистісних чинників соціально психологічної адаптації. *Соціальна психологія*. 2005. № 2 (10). С. 43–58.
3. Гладіш М. О. Наукові підходи до проблеми адаптації студентів з особливими освітніми потребами в умовах закладу вищої освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Запоріжжя : КПУ, 2019. № 63. Т. 2. С. 55–58.
4. Гуменюк О. Психологія Я-концепції. Монографія. Тернопіль: Економічна думка. 2017. 130 с.
5. Дубейко Л. Адаптація десятикласників до навчання (психологічний супровід у профільних класах). *Психолог*. 2010. № 42. С. 11–12.
6. Енциклопедія сучасної України / Інститут енциклопедичних досліджень НАН України. 2006. URL: https://esu.com.ua/search_articles.php?id=42642
7. Казміренко В. П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молодій людині до навчання у ВНЗ та майбутньої професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2016. № 3. С. 17–24.
8. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Косенко А. Ф., Кочергіна Т. І. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навчальний посібник / заг. ред. М. С. Корольчука. К. ІНКOS, 2002. 272 с.
9. Оржеховська В. М., Хілько Т. В., Кириленко С. В. Посібник з самовиховання. К.: ІЗМН. 1996. 192 с.

REFERENCES

1. Adaptatsiia dytyny do shkoly./ Adaptation of the child to school / Comp. S Maksymenko, K. Maksymenko, O. Hlavnyk. K.: Mikros -SVS, 2003. 111 s.
2. Bokhonkova Yu. O. Mozhyvosti korektsii osobystisnykh chynnykiv sotsialno psykholohichnoi adaptatsii [Possibilities of correction of personal factors of social and psychological adaptation]. *Sotsialna psykholohiia*. 2005. № 2 (10). S. 43–58.
3. Hladysh M. O. (2019). Naukovi pidkhody do problemy adaptatsii studentiv z osoblyvymy osvritnimy potrebamy v umovakh zakladu vyshchoi osvity. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh*, Pedagogy of formation of creative personality in higher and secondary schools [Scientific approaches to the problem of adaptation of students with special educational needs in the conditions of higher education institution]. Zaporizhzhia: KPU, 2019. № 63. T. 2. S. 55–58.
4. Gumeniuk O. Psykholohiia Ya-konceptsiia. Monohrafiia. [Psychology of I-concept. Monograph]. Ternopil. Ekonomichna dumka, 2017. 130 s.
5. Dubeiko L. Adaptatsiia desiatyklasnykiv do navchannia (psykholohichniy suprovid u profilnykh klasakh). [Adaptation of ten-graders to studying (psychological supremacy in professional classes)]. *Psykholog*. 2010. № 42. S. 11–12.
6. Enetsyklopediia suchasnoi Ukrayiny [Encyclopedia of Successful Ukraine]. Instytut entsyklopedychnykh doslidzhen NAN Ukrayiny, 2006. URL: https://esu.com.ua/search_articles.php?id=42642.
7. Kazmirenko V. P. Programa doslidzhennia psykho-sotsialnykh chynnykiv adaptatsii molodoi liudyny do navchannia u VNZ ta maibutnoi profesii. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota* [The program for the improvement of psycho-social officials in the adaptation of young people to the new one at the VNZ and the future profession. Practical psychology and social work]. 2016. № 3. S. 17–24.
8. Korolchuk M. S., Krainiuk V. M., Kosenko A. F., Kocherhina T. I. Psykholohichne zabezpechennia psykhichnoho i fizychnoho zdorovia. *Navchalnyi posibnyk* [Psychological illness of mental and physical health: manual]. K.: INKOS, 2002. 272 s.
9. Orzhehovska V. M., Khilko T. V., Kyrylenko S. V. Posibnyk z samovyhovannia [Manual of self-upbringing]. K.: IZMN, 1996. 192 s.