

Рекомендации по адаптации студентов 1 курса техникума

1. Создать у студентов адекватное представление о выбранной профессии , осознание общественной значимости профессии и формирование положительного отношения к ней.
2. На первых занятиях ознакомить студентов с системой обучения в техникуме и требованиям к уровню знаний , специфике обучения в техникуме, её отличиях от школьной , довести до каждого студента понятие дисциплины(это достигается жестким контролем всех работающих преподавателей).
3. Убедить студентов начать жизнь «с чистого листа», «найти свое место под солнцем», завоевать авторитет и уважение первокурсников.
4. Изучив студента по документам, найти ответственное занятие для каждого студента , где раскроются его способности и которое он будет выполнять с удовольствием.
5. Для успешной адаптации постарайтесь обеспечить возможность студентам занять достойное место в коллективе (через поручения, поощрение малейших успехов, поиск и развитие способностей). Проявляйте и подтверждайте свое доверие к студенту, доверив ответственное поручение или выступление от лица коллектива.
6. Выявить студентов , нуждающихся в психологической помощи , довести до сведения психолога, совместно с психологом составить план проведения индивидуальных консультаций и групповых тренингов.
7. В учебные программы детей с ограниченными возможностями здоровья включить программу социальной адаптации подростков.
8. Ознакомить студентов с Памятками для первокурсников(по выполнению самостоятельной работы , как слушать и писать лекции и др.).
9. Вовлечь студентов в общественную жизнь техникума .в работу по самоуправлению.
10. Проводить совместные мероприятия в группе во внеурочное время. нацеленные на сплочение группы, создание комфортной психологической среды в студенческом коллективе и облегчение, таким образом, процесса адаптации студентов к новым для них социальным условиям.
11. Уделять внимание беседам о нравственности, самовоспитании, организации режима дня, профилактике заболеваний.
12. Учитывать индивидуальный подход к студенту при опросе с учетом психологических и возрастных особенностей.
13. Не сравнивать между собой студентов, хвалить их за успехи и достижения. Подход к анализу поведения подростков не должен носить оценочный характер, нужно находить положительные, отрицательные моменты поступков и предлагать альтернативные способы поведения.

14. Используйте способы воздействия на мотивационную сферу студента: проблемное обучение (самоанализ покажет студенту эффективность его деятельности и поможет самостоятельно выявить свои сильные и слабые стороны по предмету).

15. Задействовать во время занятий такие методы опроса, как письменный, текстовый и групповой, которые помогут снизить уровень эмоционального напряжения для студентов со страхами перед публичным выступлением.

Рекомендации для родителей

1. Следите за тем, чтобы ваш ребёнок соблюдал режим дня: ложился спать не позднее 23 часов, правильно организовал свой быт, поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену;

2. По возможности создайте условия для полноценного обучения – исключите отвлекающие факторы;

3. Контролируйте посещаемость и успеваемость обучающегося на протяжении всех лет обучения;

4. Будьте внимательны к тем, изменениям, которые вы замечаете в своем ребенке;

5. Опирайтесь на сильные стороны ребенка, не подчеркивайте его промахи;

6. В общении используйте такие слова поддержки, как: «Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо», «Ты делаешь это очень хорошо», «Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему». И избегайте следующих фраз: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты», «Я так и знала».

Рекомендации для студентов техникума

1. Соблюдайте режим дня .

2. Следуйте правилам здорового образа жизни.

3. Планируйте собственную деятельность.

4. Уделяйте больше времени самостоятельному обучению, для вас это залог успешного непрерывного образования.

5. Следите за культурой речи, практикуйте бесконфликтное общение.
6. Преодолевайте возникающие трудности, не бойтесь преград.
7. Занимайтесь любимыми делами, спортом, хобби, это поможет вам развить творческий потенциал и даст возможность на некоторое время переключиться с ведущей (учебной) деятельности и поможет снять эмоциональное напряжение.