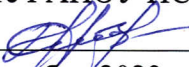


Согласовано

Зам. директора по воспитательной
работе ГАПОУ НСО «НОККиИ»

 Н.И. Соколова
05 сентября 2023 г.

«Утверждаю»
Директор ГАПОУ НСО «НОККиИ»

 А.Б. Козлов
06 сентября 2023 г.



ПРОГРАММА

адаптации к обучению студентов первого курса

**Государственного автономного профессионального образовательного
учреждения Новосибирской области**

«Новосибирский областной колледж культуры и искусств»

Пояснительная записка

Вопрос адаптации весьма актуален для студентов первого курса. Необходимым условием успешной деятельности студента является освоение новых для него особенностей учебы в колледже. На протяжении первого года обучения происходит вхождение студента – первокурсника в студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к выбранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, развиваются и воспитываются профессионально значимые качества личности.

Процесс адаптации первокурсника протекает по следующим уровням:

1. Приспособление к новой системе обучения.
2. Приспособление к изменению учебного режима.
3. Вхождение в новый коллектив.

В процессе адаптации студентов-первокурсников к обучению в колледже выявляются следующие трудности:

1. Переживания, связанные с уходом из школьного коллектива;
2. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии;
3. Неумение осуществить психологическую саморегуляцию (отсутствие навыков выполнения самостоятельной работы; неумение конспектировать, работать с первоисточниками);
4. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
5. Страх публичных выступлений перед своими однокурсниками и авторитетными вузовскими преподавателями;
6. Социально-экономические проблемы у иногородних студентов: обеспечение себя жильем и финансовыми средствами, незнание города, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких.

Успешное решение этих проблем связано с внедрением такой формы взаимодействия со студентами, которая бы способствовала более эффективной адаптации первокурсников на разных уровнях:

1. Образовательном – адаптация к учебной деятельности;
2. Психологическом – развитие мотивации к обучению, уверенности в себе;
3. Межличностном – обеспечение процессов эффективного межличностного взаимодействия.

Для оптимальной адаптации студентов к обучению в колледже важно знать жизненные планы и интересы первокурсника, уровень притязаний и самооценки; способность к сознательной саморегуляции поведения.

Специфика первого курса не у кого не вызывает сомнений. Переходный этап после школы, связан с формированием нового коллектива. Кроме того, для иногородних студентов

накладывается еще факторы общежития и отрыва от родительского контроля. Но самое главное, что именно на первом курсе формируется, закладывается фундамент на последующие годы. Не случайно такие перемены происходят у первокурсников за год, а последующие годы не дают столь больших изменений. Некоторый перепад характера учебного процесса в школе и колледже приводит к тому, что многие студенты, привыкшие ранее к постоянному контролю со стороны родителей и педагогов, расслабляются.

Цель программы адаптации – создание условий для успешной адаптации студентов первого курса.

Внедрение программы психокоррекционного воздействия по адаптации первокурсников нацелено на:

- Создание у студентов адекватного представления о выбранной профессии, осознание общественной значимости профессии и формирование положительного отношения к ней;
- Ознакомление студентов с системой обучения в колледже и требованиям к уровню знаний, специфике обучения в колледже, её отличиях от школьной, довести до каждого студента понятие дисциплины (это достигается контролем всех работающих преподавателей);
- Изучение каждого студента, где и как раскроются его способности;
- Успешную адаптацию, постараться обеспечить возможность студентам занять достойное место в коллективе (через поручения, поощрение малейших успехов, поиск и развитие способностей).
- Выявление студентов, нуждающихся в социальной или психологической помощи. Довести эти сведения до психолога, социального педагога.
- Научение первокурсников выполнению самостоятельной работы, как слушать и писать лекции и др.
- Вовлечение студентов в общественную жизнь колледжа, в работу по самоуправлению.
- Проведение совместных мероприятий в группе во внеурочное время, нацеленных на сплочение группы, создание комфортной психологической среды в студенческом коллективе
- Уделение внимания беседам о нравственности, самовоспитании, организации режима дня, профилактике заболеваний.
- Учитывание индивидуального подхода к студенту (психологические и возрастные особенности).

Формы работы:

- Анкетирование;
- Диагностирование;
- Лекционно-практические занятия;

- Тренинги;
- Беседы;
- Социально-педагогическое сопровождение;
- Психологокоррекционное воздействие;
- Включение студентов во внеучебную деятельность.

Механизм реализации:

1 этап – социально-психологическое воздействие

Цель: Знакомство студентов в группе

Проводятся тренинги адаптации для студентов 1 курса (в рамках проведения Классного часа)

2 этап – диагностика адаптации к процессу обучения

Цель: Выявление студентов с нарушением социально-психологической адаптации.

Проводится комплексная диагностика с целью выявления проблемной области, связанной с адаптацией первокурсников:

Диагностический опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной (Корчагина С.Г. Психология одиночества: учебное пособие. – М.: МПСИ, 2008.)	Назначение теста: диагностика глубины переживания одиночества.
Шкала безнадёжности Бека (англ. Beck Hopelessness Inventory, сокр. ВНИ)	Назначение шкалы: измеряет выраженность негативного отношения по отношению к субъективному будущему у взрослых и подростков.
Определение индекса групповой сплоченности Сिशора (Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. С.179-180.)	Назначение: определение индекса групповой сплоченности

На основании комплексного психодиагностического обследования формулируются цели и задачи психокоррекционной работы со студентами по адаптации. Педагог –психолог проводит беседы с классными руководителями о способах адаптации и планировании индивидуального консультирования студентов, имеющих низкие показатели адаптации.

3 этап – разработка комплекса мер по успешной адаптации студентов до конца первого курса

Цель: способствовать успешной адаптации студентов.

Индивидуальная работа: диагностика познавательных процессов студентов как показателя готовности к обучению, наблюдение и тестирование учащихся со слабым уровнем мотивационной готовности к обучению и сниженной способностью к сознательной саморегуляции поведения, Диагностика уровня притязаний и коммуникативных особенностей студентов – первокурсников. Психокоррекционные мероприятия по результатам диагностики.

Групповая работа: организация Т-групп, тренингов в учебных группах первокурсников при тесном взаимодействии с классным руководителем по темам: «Освобождение от когнитивных искажений», «Тайм-менеджмент», «Управление ресурсами», «Тренинг командообразования» и прочие.

4 этап - итоговая диагностика

Цель: Оценка успешной адаптации студентов.

Заключительное социально-психологическое обследование студентов-первокурсников после проведения психокоррекционных мероприятий. Оценка эффективности проведения социально-психологической работы.

Диагностический опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной (Корчагина С.Г. Психология одиночества: учебное пособие. – М.: МПСИ, 2008.)	Назначение теста: диагностика глубины переживания одиночества.
Шкала безнадёжности Бека (англ. Beck Hopelessness Inventory, сокр. BHI)	Назначение шкалы: измеряет выраженность негативного отношения по отношению к субъективному будущему у взрослых и подростков.
Определение индекса групповой сплоченности Сишора (Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. С.179-180.)	Назначение: определение индекса групповой сплоченности
Тест-опросник «Оценка настроения» (облегченная версия опросника «САН»)	Назначение: определение настроения, преобладающего в момент обследования
Анкета «Итоговое исследование уровня адаптации студентов – первокурсников»	Назначение: определение удовлетворенности различными сторонами жизни в колледже

Календарно-тематическое планирование по реализации программы адаптации студентов-первокурсников

Номер мероприятия	Наименование мероприятия и форма проведение	Сроки проведения	Ответственный
1	Тренинг адаптации для студентов 1 курса (в рамках проведения Классного часа)	Сентябрь-октябрь	Педагог-психолог, классный руководитель

2	Диагностика социально-психологической адаптации к процессу обучения	октябрь-ноябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
3	Индивидуальная и групповая работа по успешной адаптации студентов до конца первого курса	ноябрь-май	Педагог-психолог, социальный педагог, классный руководитель
4	Итоговая диагностика социально-психологической адаптации к процессу обучения	май	Педагог-психолог, классный руководитель

Составители:

Педагог – психолог _____

Социальный педагог Никулина Т. Н.

Ознакомлены:
