

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГАМ ПО АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ**

Студенческая жизнь начинается с первого курса, поэтому успешная адаптация первокурсника к жизни и учебе в лицее является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, будущего специалиста. Очевидно, что рассмотрение процесса адаптации студентов к обучению в лицее должно включать ряд аспектов:

- психолого-педагогический (связанный с приспособлением студентов к новой дидактической системе, принципиально отличающейся от форм и методов школы);
- социально-психологический (имеющий связь с усвоением обучающимися социальных норм, установлением и поддержанием социального статуса в новом коллективе);
- мотивационно-личностный (определяющий формирование позитивных учебных мотивов и личностных качеств);
- психофизический (предполагающий приспособление функций и реакций организма к требованиям новой среды.)

**Адаптация** – это приспособление самоорганизующихся систем к изменяющимся условиям среды.

Процесс адаптации длительный и не всегда успешный. 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. В понятие адаптации входит мотивация учения и профессионального самоопределения, самостоятельность умственного труда, ценностные предпочтения, отношения с преподавателями и одноклассниками. Преподаватель в своих наблюдениях за студентами может самостоятельно определять уровень адаптации первокурсника, если знает признаки адаптированности:

### **Низкий уровень адаптации:**

- студент равнодушно или отрицательно относится к лицее;
- нередки жалобы на здоровье;
- преобладает подавленное настроение;
- наблюдаются нарушения дисциплины;
- учебный материал усваивается фрагментарно;
- затруднена самостоятельная работа, нет интереса к ее выполнению;
- домашние задания выполняет нерегулярно, необходим постоянный контроль, систематические напоминания со стороны преподавателей, классного руководителя, мастера производственного обучения, родителей;

- для понимания нового и решения задач по образцу требует значительной помощи преподавателей;
- общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен;
- близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одногруппников.

#### **Средний уровень адаптации:**

- студент положительно относится к лицу, посещение не вызывает отрицательных переживаний;
- понимает учебный материал, если преподаватель излагает его подробно и наглядно;
- усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи;
- сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний старших, но при его контроле;
- бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным;
- почти всегда выполняет домашние задания;
- общественные поручения выполняет добросовестно;
- дружит со многими одногруппниками.

#### **Высокий уровень адаптации:**

- студент положительно относится к лицу, предъявленные требования воспринимает адекватно;
- учебный материал усваивает легко;
- глубоко и полно овладевает программным материалом;
- решает усложненные задачи;
- прилежен, внимательно слушает указания и объяснения преподавателей;
- выполняет поручения без внешнего контроля;
- проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе, готовится ко всем занятиям;
- общественные поручения выполняет охотно и добросовестно;
- занимает в группе благоприятное статусное положение.

Основными задачами по содействию адаптации первокурсников к профессиональной образовательной среде лица считаются:

- Подготовка первокурсников к новым условиям обучения.
- Установление и поддержание социального статуса первокурсников в новом коллективе.
- Формирование у первокурсников позитивных учебных мотивов.

- Предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой.

#### **Рекомендации преподавателям по адаптации первокурсников**

1. На первых занятиях ознакомить с системой обучения в лицее и требованиями к знаниям.
2. Учить студентов правильно работать с книгой, методическими пособиями.
3. Учитывать индивидуальный подход к студенту при опросе с учетом психологических и возрастных особенностей.
4. Скорректировать количество домашнего задания и письменных работ по требованиям программ. Оно должно быть минимальным с целью предупреждения перегрузки.
5. Использовать способы воздействия на мотивационную сферу студента: проблемное обучение, приемы активизации, общение, разнообразные педагогические технологии, компьютерное обучение.
6. Проводить менее стрессогенный опрос: письменный, текстовый или групповой.
7. Уделять внимание беседам о нравственности, самовоспитании, об организации режима дня, профилактике заболеваний.
8. Всячески предупреждать повышение тревожности у студентов.
9. Применять такие формы и методы обучения, которые позволили бы студентам эффективно общаться с целью скорейшей адаптации и устранения языкового барьера.
10. Применять методы обучения педагогов - новаторов.
11. Занятия проводить, опираясь на зону актуального и ближайшего развития студента.

Таким образом, выявление трудностей адаптации к новым социальным условиям в лицее на ранних её этапах позволит в несколько раз увеличить эффективность учебного процесса и позволит воспитать человека с добрым и отзывчивым сердцем.