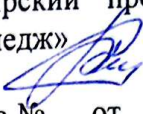




Министерство образования Новосибирской области
ГБПОУ НСО «НОВОСИБИРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

<p>Рассмотрено на заседании педагогического совета ____ Протокол № ____ от _____ года</p>	<p>«УТВЕРЖДАЮ» Директор государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Новосибирской области «Новосибирский профессионально- педагогический колледж» С.С. Лузан  Приказ № __ от ____ года</p>
---	---

Программа по адаптации студентов первого курса

г. Новосибирск, 2023

Пояснительная записка

Актуальность Программы

Целью педагогического процесса в ГБПОУ «Новосибирский профессионально-педагогический колледж» является создание условий для формирования гармонично развитой личности, с мировоззренческими позициями и установками в отношении обучения и профессии, обеспечивающие способность и готовность выпускника к высоким достижениям для общества.

Адаптация как приспособление человека к изменяющимся условиям существования, представляет собой узловой момент его жизнедеятельности. Дезадаптация же проявляется в ощущении внутреннего дискомфорта, напряженности, чувства тревоги, снижении чувства самооценности и уверенности в себе, что блокирует возможность человека успешно взаимодействовать со средой и может послужить нарушения психического здоровья.

Степень социальной адаптации первокурсника в колледже определяет множество факторов: индивидуально-психологические особенности человека, его личностные, деловые и поведенческие качества, ценностные ориентации, академическая активность, состояние здоровья, социальное окружение, статус семьи и т.д. 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.

Студенческая жизнь начинается с первого курса, поэтому успешная адаптация студентов нового набора к жизни и учебе в колледже является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, а также как будущего специалиста. 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 могут возникнуть самые различные трудности, связанные с переживаниями, по поводу ухода из школьного коллектива, недостаточной мотивационной готовностью к выбранной профессии, неумением осуществить психологическую саморегуляцию (отсутствие навыков выполнения самостоятельной работы; неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, каталогами) и многими другими проблемами.

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

- образовательном – адаптация к учебной деятельности;
- психологическом – развитие мотивации к обучению, уверенности в себе;
- межличностном – обеспечение процессов эффективного межличностного взаимодействия.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы по адаптации студентов, обучающихся в колледже являются:

- Конституция Российской Федерации
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.3286-15, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015г. №26;
- Нормативно-методическая документация Министерства образования и науки РФ и других нормативно-правовых актов в области образования;

Целью настоящей программы является создание условий для успешной социально-психологической адаптации студентов нового набора к образовательно-воспитательному процессу в колледже.

Задачи программы:

1. Формирование представлений о структуре учебного процесса, выбранной профессии или специальности, профессиональных компетенциях;
2. Психологическая помощь обучающимся первого курса в процессе адаптации к условиям обучения в колледже, развитие навыков работы в команде, принятие решений, ответственности;
3. Установление и поддержание социального статуса студентов в новом коллективе;
4. Создание дополнительных пространств самореализации личности во внеурочное время;
5. Предупреждение и снятие у студентов психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательно-воспитательной средой.

Возрастная категория обучающихся по программе находится в диапазоне подросткового и юношеского возраста по современным периодизациями возрастного развития. Программа предполагает проведение занятий в аудиторной форме, однако на каждом занятии предполагается проведение упражнений в различной форме (в том числе подвижной, интерактивной и т.д.)

Психологические особенности студентов первого курса

Студенчество – период жизни человека, размещенный онтогенетически между отрочеством и взрослостью, ранняя молодость. Именно в нем происходит становление человека как личности, когда молодой человек, пройдя сложный путь онтогенетической идентификации уподобления другим людям, присвоил от них социально значимые свойства личности, способность к сопереживанию, к активному нравственному отношению к

людям, к самому себе и к природе; способность к усвоению конвенциональных ролей, норм, правил поведения в обществе и др.

Это период наиболее активного развития нравственных и эстетических чувств, становления и стабилизации характера и, что особенно важно, овладения полным комплексом социальных ролей взрослого человека: гражданских, профессионально-трудовых и др. С этим периодом связано начало «экономической активности», под которой демографы понимают включение человека в самостоятельную производственную деятельность, начало трудовой биографии и создание собственной семьи. Преобразование мотивации, всей системы ценностных ориентации, с одной стороны, интенсивное формирование специальных способностей в связи с профессионализацией – с другой, выделяют этот возраст в качестве центрального периода становления характера и интеллекта.

Ожидаемые результаты освоения Программы

Предполагается, что результатом реализации программы будет создание единой адаптационной среды, включение всех первокурсников (особое внимание – относящимся к группе риска) в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации, осознание первокурсниками трудностей, связанных с первыми месяцами обучения, умение справляться с эмоциональными кризисами, а также правильности сделанного профессионального выбора.

Формы организации деятельности обучающихся – групповая, с использованием тренинговых занятий, анкетирование, социологические опросы, дискуссии, беседы. На занятиях применяется дифференцированный, индивидуальный подход к каждому обучающемуся. Наполняемость группы до 30 человек.

Этапы реализации программы

Работа по реализации программы рассчитана на первый год обучения студентов в колледже, осуществляется в 3 этапа.

Сроки реализации	Задачи
I этап (сентябрь, октябрь)	Оценить соматический, психологический и социальный статус студентов нового набора, их информирование об условиях, организации и содержании учебной деятельности в колледже; Оказать социально-психологическую поддержку вхождения бывших абитуриентов в новую образовательно-воспитательную среду. Ознакомить первокурсников с требованиями законодательства к несовершеннолетним подросткам-студентам.
II этап (ноябрь, декабрь)	Выявить основные проблемы адаптации студентов к новым образовательным условиям и указать пути их решения; Определить способы устранения имеющихся противоречий; При необходимости внести коррективы в организацию воспитательного процесса.
III этап (январь, июнь)	Использовать полученную информацию для проведения семинаров классных руководителей, индивидуальных и групповых консультаций педагогов с целью предотвращения проблемных ситуаций в образовательно-воспитательном процессе. Организовать коррекционно-просветительскую работу со студентами для формирования сплоченных студенческих коллективов и помощи не адаптировавшимся к новым условиям студентам. Проводить консультации и просвещение родителей студентов, не адаптировавшихся к работе в новой среде.

Календарно-тематическое планирование

№	Наименование тем	Количество часов	Вид занятия	Дата проведения	
				Планируемая	Фактическая
1	Знакомство. Изучение и сплочение группы	2	Занятие с элементами тренинга, направленное на знакомство	Сентябрь	
2	Проведение первичной диагностики (изучение взаимоотношений студентов в коллективе, самочувствия, активности, настроения)	2	Комплекс психологических методик	Октябрь	
3	Я и коллектив	2	Вовлечение студентов в систему дополнительного образования, общественную жизнь колледжа, общежития.	Ноябрь	

4	Индивидуальная работа со студентами с низким уровнем адаптации		Индивидуальные консультации со студентами и их родителями, тренинги коммуникативных навыков	В течение года	
5	Психологическое занятие «Создание визитной карточки, автопортрета группы»	2	Групповое арт-занятие на формирование сотрудничества в группе.	Декабрь	
6	Повторная диагностика уровня адаптации студентов	2	Диагностика уровня адаптации в колледже	Февраль	
7	Коррекционно-профилактическая работа со студентами с низким уровнем адаптации		Индивидуальные и групповые беседы, тренинги	Февраль-май	