

# АДАПТАЦИЯ



ОБУЧАЮЩИХСЯ

## **Термин «адаптация»**

- возник в рамках физиологической науки в конце 18 века, который в общем виде означает **приспособляемость** - **способность** **сохранять** **свою** **целостность при изменении параметров среды.**

## **Проблема адаптации многогранна:**

*Во – первых, начало учебы в ССУЗе **сложный период не только в учебном процессе, но и в организации жизни.***

*Во – вторых, к нам приходят **не самые сильные учащиеся.** Зачастую это дети менее способные, чаще с **ослабленным здоровьем и «клубком» психологических проблем.***

*В – третьих, в условиях реформирования российского общества, **востребованы люди, способные реализовать свой внутренний потенциал в условиях изменяющейся социальной действительности.***

**Поэтому работа по социально – педагогической адаптации д. б. составной частью социально – воспитательной системы.**



## **Проблема адаптации многогранна:**

*Во – первых, начало учебы в ССУЗе **сложный период не только в учебном процессе, но и в организации жизни.***

*Во – вторых, к нам приходят **не самые сильные учащиеся.** Зачастую это дети менее способные, чаще с **ослабленным здоровьем и «клубком» психологических проблем.***

*В – третьих, в условиях реформирования российского общества, **востребованы люди, способные реализовать свой внутренний потенциал в условиях изменяющейся социальной действительности.***

**Поэтому работа по социально – педагогической адаптации д. б. составной частью социально – воспитательной системы.**

## Согласно концепции А.В.Петровского выделяют три формы адаптации:

- ✓ **Адаптация формальная**, касающаяся познавательно-информационного приспособления, т. е. содержания обучения, требования к своим обязанностям;
- ✓ **Адаптация общественная**, то есть процесс объединения групп студентов;
- ✓ **Адаптация дидактическая**, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в колледже.

# **Выделяют следующие трудности в адаптации студентов:**

## **1. Слабая мотивация к обучению**

*Рекомендуемые мероприятия:*

- ✓ *Проведение психологических тренингов;*
- ✓ *Демонстрации видеоматериалов ;*
- ✓ *Экскурсии в музей колледжа;*
- ✓ *Посвящения в студенты, посвящение в специальность.*





(1931-1939гг)

«...к строя...»

ГОДЫ ТЯЖКИХ ИСПЫТАНИЙ (1941-1945гг)

«Дни и ночи битву трудную вели...»

Преподаватели

ВЕТЕРАНЫ ВОЙНЫ

Выпускники

(1960-1969гг) ВЕХИ НАШИХ ДОСТИЖЕНИЙ (1970-1979гг)  
"Мы проложили пути-дороги по законам своей мечты..."



колледж внесен в Федеральный реестр  
**"Всероссийская Книга Почета",**  
стал лауреатом конкурса **"100 лучших ССУЗов России"**.



***Очень бы хотелось, чтобы ты за годы обучения в колледже впитал в себя все лучшие качества, присущие многим поколениям наших выпускников..***



**30 сентября в колледже прошел праздник  
ПОСВЯЩЕНИЕ В СТУДЕНТЫ!**





# **Трудности в адаптации студентов:**

## **2. Отсутствие готовности к преодолению трудностей**

*Необходимо формирование следующей установки:*

*Учиться будет трудно. Особенно в первый год. Мы сделаем все от нас зависящее, чтобы твое образование стало в дальнейшем прочный жизненный фундамент.*

# Трудности в адаптации студентов:

- 3. Плохая самоорганизация** (привычка рассчитывать на «авось», на «ПОТОМ», на «успею еще», на «работа – не волк, в лес не убежит»);  
**Слабая воля;**  
**Некритичное отношение к себе и завышенная требовательность к другим.**

Данные причины в значительной степени психофизиологические, зависящие от склада характера, типа нервной деятельности.

Необходимо это понять, помочь разобраться в самом себе...

Только в этом случае возможно дальнейшее самосовершенствование, изменение отношения к процессу учебы.

# Трудности в адаптации студентов:

## 4. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях

### *Рекомендации:*

- ✓ Свой день планируйте с вечера это позволит быть дисциплинированным, появится свободное время;
- ✓ День начинайте вовремя, лишние 5 или 10 минут, которые проводите в постели, не помогут выспаться
- ✓ Собирайтесь на занятия заранее. С вечера сложить в сумку необходимые вещи, подготовить туфли и костюм.
- ✓ Расположение предметов. Старайтесь поддерживать порядок это сэкономит ваше время.

# НАШ ТРУД



# УЧЁБА

# Трудности в адаптации студентов:

## 5. Отсутствие навыков рациональной учебы

Первокурсникам не достает различных навыков и умений, которые необходимы для успешного овладения программой. Попытки компенсировать это усидчивостью не всегда приводят к успеху.

### Рекомендации:

#### а) Система сокращений:

- ✓ математические знаки или знаки относящиеся к какому-либо курсу:  $>$ ,  $<$ ,  $=$ ,  $f$ ,  $\min$ ,  $\max$ , млн, тыс,  $t$ -время,  $T$ - температура,  $p$ - давление;
- ✓ ключевые слова в определенной дисциплине: ЭВМ, ПО, ОС, и т. д.;
- ✓ общепринятые сокращения: м.б., см., т.к., , к-л. –какой-либо, и др.;
- ✓ сокращения длинных слов: к-та – кислота, ПрСт – прибавочная стоимость, с/с-себестоимость,  $\omega$ /б.с – центробежная сила, эн-я – энергия,
- ✓ знак. симв., выражающая личное отношение к материалу: !, ?, ого!, ?!;

## **а) Рекомендации: КАК ЗАПОМНИТЬ МАТЕРИАЛ**

- ✓ Заучивай с желанием знать и помнить. Ставь цель запомнить надолго.**
- ✓ Когда учишь, записывай, рисуй схемы, черти графики, изображай то, что усваиваешь, сравнивай с тем, что знал раньше - действуй.**
- ✓ Пользуйся смысловыми опорами, соотношением, группировкой – кто хорошо осмыслит, тот хорошо запоминает и долго помнит.**
- ✓ Память любит разнообразие, после математики учи историю, после физики – литературу.**
- ✓ Заучивай и повторяй небольшими дозами. Старайся воспроизвести не дожидаясь полного заучивания, если что-нибудь забыл, постарайся припомнить сам, не обращаясь к конспекту.**

**Способности, как и мускулы, растут при тренировке.**

**В.А. Обручев**

# **Трудности в адаптации студентов:**

## **6. Самостоятельная работа.**

*Отличительной особенностью обучения в колледже является необходимость постоянно работать самостоятельно, без контроля со стороны преподавателей и родителей.*

*Главное заниматься регулярно. Пропущенные дни будут потеряны безвозвратно, компенсировать их без снижения качества и производительности невозможно.*

***Как справляться с трудностями?***

***Самое важное в каждом деле –  
пересилить момент, когда вам  
не хочется работать.***

***И.П.Павлов***

# Трудности в адаптации студентов:

## 7. Искусство общения

- ✓ с окружающими очень непростое и требует тренировки и терпения. Постарайся сохранять доброжелательные отношения со всеми одногруппниками, не обижай никого, но общайся по большей части с теми, кто тебе нравится.
- ✓ проблема «отцов и детей» существует уже достаточно давно. Не повышай голос в споре со своими родителями. Любой спор, в котором кто-нибудь повышает голос, может запросто перерасти в крупную ссору. Если ты постарайся говорить спокойно и убедительно, родители, скорее всего, прислушаются к твоим доводам.

**Если ты с детства не научился смотреть в глаза матери и видеть в них тревогу или покой, мир и смятение, - ты на всю жизнь останешься нравственным невеждой.**

**В.А. Островский**

- ## 8. Налаживание быта и самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие.

A top-down view of several hands stacked in a circle on a green plastic table. Each hand has a name written on the back in black marker. The names visible are ANNI, Anna, Ryan, MATT, Nancy, and Tamara. The hands are adorned with various colorful beaded and braided bracelets. The word 'ЗНАКОМСТВО' is overlaid in the center in a bold, purple, sans-serif font.

# ЗНАКОМСТВО













**ВСЕ МЫ РАЗНЫЕ,  
НО КАЖДОМУ НУЖНО  
ВНИМАНИЕ И ТЕПЛО!!**

**Все будет хорошо!!**

