|  |
| --- |
|  |

**Паспорт Программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование Программы | Программа адаптации студентов к обучению в колледже «Я – первокурсник» |
| Разработчик Программы | Поплаухина Н.В. – педагог-психолог |
| Сроки реализации Программы | 2018-2019 годы |
| Цель Программы | Создание условий для успешной адаптации студентов первого курса. |
| Задачи Программы | - 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, физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой. |
| Ожидаемые результаты | Приспособленность студентов к новой образовательной среде без ощущения внутреннего дискомфорта и бесконфликтное сосуществование с данной образовательной средой.Оптимизации учебной деятельности студентов. |
| Участники реализации Программы | Студенты 1 курса, классные руководители, преподаватели-предметники, педагог-психолог, социальный педагог, родители. |

Программа является документом, открытым для изменений и дополнений. Корректировка программы осуществляется на основании решений педагогического совета.

**Пояснительная записка**

Успешность профессионального становления будущего специалиста во многом определяется эффективностью его адаптации к образовательному процессу колледжа.

Целью педагогического процесса в БПОУ ОО «Тарский индустриально-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 – это процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. 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.

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, будущего специалиста. На протяжении первого года обучения происходит вхождении 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. Очевидным становится, что ускорение процессов адаптации первокурсников к новому для них образу жизни и деятельности, исследование психологических особенностей, психических состояний, возникающих в учебной деятельности на начальном этапе обучения, а также выявление педагогических и психологических условий активизации данного процесса являются чрезвычайно важными задачами. Дезадаптация проявляется в ощущении внутреннего дискомфорта, напряженности, чувства тревоги, снижении чувства самоценности и уверенности в себе, что блокирует возможность человека успешно взаимодействовать со средой и может послужить нарушения психического здоровья.

Общепринятым является положение о том, что адаптационный процесс не ограничивается первым курсом, но именно в течение этого периода наиболее интенсивно происходит развитие адаптивности как личностного качества, направленного на выработку адаптационных стратегий, новых средств по овладению содержанием учебной деятельности, новых форм отношений и общения. Именно в первый год обучения студент в большей степени нуждается в психолого-педагогическом сопровождении и поддержке процесса его адаптации.

**Цель и задачи Программы**

**Цель Программы**: – создание условий для успешной адаптации студентов первого курса.

**Задачи Программы:**

- создавать условия для развития групповой сплоченности;

- способствовать созданию благоприятного психологического климата в коллективе;

- способствовать развитию навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе;

- создавать условия для установления и поддержания социального статуса первокурсников в новом коллективе;

- способствовать формированию у первокурсников позитивных учебных мотивов;

- способствовать предупреждению и снятию у первокурсников психологического, физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой;

- разработка и проведение психокоррекционных мероприятий.

**Этапы реализации программы**

1. **Аналитико-диагностическая деятельность**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Срок выполнения | Ответственные |
| 1. | Изучение личных дел студентов | Сентябрь | Классные руководители групп нового набора, педагог-психолог |
| 2. | Составление социального паспорта учебных групп | До 15 сентября учебного года | Классные руководители |
| 3. | Выявление студентов «группы риска» | В течение года | Педагог-психолог, зам. директора по ВР, социальный педагог |
| 4. | Диагностика особенностей личности первокурсников с использованием необходимых методик | Сентябрь | Педагог-психолог |
| 5. | Изучение мотива поступления в колледж, на данную специальность/профессию (приложение 2) | Октябрь | Педагог-психолог, социальный педагог |
| 6. | Выявление уровня познавательной активности, тревожности и негативного эмоционального фона студентов первого года обучения | Ноябрь | Педагог-психолог |
| 7. | Социометрическое исследование студенческих групп нового набора | Декабрь | Педагог-психолог |
| 8. | Анкетирование студентов по выявлению уровня комфортности обучения в колледже | Ноябрь, | Педагог-психолог, классные руководители, зав. библиотекой |
| 9. | Степень адаптированности первокурсников (приложение 2-3) | Октябрь, апрель | Педагог-психолог, социальный педагог |
| 10. | Посещение занятий с целью наблюдения за вщаимодействие обучающихся и преподавателей в учебном процессе. (приложение 1) | В течение года | Педагог-психолог |

**2. Коррекционно-развивающая деятельность**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Срок выполнения | Ответственные |
| 1. | Проведение адаптационных занятий с элементами тренинга:  - «Давайте познакомимся»;  - «Мы – студенческая группа» | Сентябрь  Декабрь | Педагог-психолог |
| 2. | Организация работы «службы доверия» | В течение года | Педагог-психолог |
| 3. | Индивидуальная работа со студентами, направленная на снятие тревожности и психологического дискомфорта | В течение года | Педагог-психолог |
| 4. | Индивидуальная работа со студентами нового набора, относящимися к категории «группы риска» | В течение года | Педагог-психолог |
| 5 | Работа по урегулированию конфликтных ситуаций между участниками образовательного процесса | В течение года | Служба медиации |
| 6 | Совет по профилактике | Ежемесячно | Члены совета по профилактике |

**3. Внеаудиторная деятельность**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Срок выполнения | Ответственные |
| 1. | Проведение классных часов-знакомства в группах нового набора | Сентябрь | Классные руководители, педагог-психолог |
| 2. | Проведение единого информационного часа с целью ознакомления с локальными документами колледжа | Сентябрь | Классные руководители |
| 3. | Организация встречи-беседы со специалистами правоохранительных органов по теме «Ты и закон» | Октябрь-ноябрь | Зам. директора по ВР, сотрудники полиции |
| 4. | Проведение производственного собрания с целью выбора актива группы и распределения поручений | Сентябрь | Классные руководители |
| 5. | Психологическое консультирование студентов нового набора | В течение года | Педагог-психолог |
| 6. | Проведение познавательного часа по теме «Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу» | Декабрь, май | Педагог- психолог, классные руководители |
| 7. | Привлечение студентов первого года обучения к участию в предметных олимпиадах, конкурсах, конференциях, фестивалях-выставках творческих работ | В течение года | Преподаватели колледжа, педагог-организатор |
| 8. | Подготовка и участие в празднике для первокурсников «Посвящение в студенты» | Октябрь | Педагог-организатор и группа, ответственные за мероприятие |
| 9. | Посещение городского краеведческого музея, городской библиотеки, картинной галереи, выставок | По плану воспитательной работы группы | Классные руководители |
| 10. | Вовлечение студентов в клубы, кружки, спортивные секции | В течение всего периода обучения | Классные руководители, руководители кружков и секций |
| 11. | Участие студентов в муниципальных и региональных спортивных мероприятиях | В течение всего периода обучения | Преподаватели физической культуры |
| 12. | Привлечение студентов к подготовке и участию во внутриколледжных мероприятиях | По плану воспитательной работы колледжа | Зам. директора по ВР, классные руководители |

**4. Работа с родителями**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Срок выполнения | Ответственные |
| 1. | Проведение собрания родителей первокурсников | Октябрь | Зам. директора по ВР, педагог-психолог, классные руководители |
| 2. | Индивидуальные беседы с родителями первокурсников | В течение года | Зам. директора по ВР, педагог-психолог, классные руководители |
| 3. | Психологическое консультирование родителей первокурсников по проблемам оказания помощи в адаптационный период | В течение года | Педагог-психолог |
| 4. | Индивидуальная работа со студентами и семьями «группы риска» | В течение года | Педагог-психолог, зам. директора во ВР |

**5. Профилактическое направление**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1  1. | Классные часы на общение, мотивация к выбранной профессии. | В течение года | Классные руководители, мастера п/о |
| 2  2. | Индивидуальная работа со студентами, направленная на снятие состояния тревожности, агрессии и страхов | В течение года | Педагог – психолог |
| 3  3. | Контроль посещаемости занятий | В течение учебного года | Социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель, мастер п/о |
| 5  4. | Контроль за соблюдением правил проживания в общежитии | В течение учебного года | Социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель, мастер п/о |
| 6  5. | Встречи со специалистами: врачом-наркологом, участковым, инспектором ПДН | В течение учебного года | Социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель, мастер п/о |
| 7  6. | Рекомендации классным руководителям, мастерам по результатам психодиагностики индивидуальных особенностей учащихся. | Ноябрь, декабрь | Педагог – психолог |

**Координация и контроль за реализацией Программы**

Контроль за реализацией Программы осуществляет администрация колледжа:

- анализирует ход выполнения плана реализации Программы, вносит предложения по ее коррекции;

- осуществляет организационное, информационное и методическое обеспечение реализации Программы.

**Прогнозируемый результат реализации Программы**

Реализация Программы «Я – первокурсник» позволит обеспечить:

- приспособленность студентов к новой образовательной среде без ощущения внутреннего дискомфорта и бесконфликтное сосуществование с данной образовательной средой.

-оптимизацию учебной деятельности студентов.

- создание единой адаптационной среды.

- включение всех первокурсников в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации.

- осознание первокурсниками трудностей связанных с первыми месяцами обучения, умение справляться с эмоциональными кризисами.

- осознание правильности сделанного профессионального выбора, умение «вжиться» и полюбить выбранную профессию.

- сохранность контингента.

- снижение количества обучающихся «группы риска».

**Заключение**

Главным в адаптации остается процесс психологической перестройки личности студента, его заинтересованности, а также способности, умение и желание приспосабливаться к новой социальной среде, к условиям обучения в колледже.

И здесь большую роль играет самостоятельная, творческая работа студента. А задачей является, прежде всего, не только быстрее и мягче адаптировать, не только дать профессиональные знания и сформировать умения, но и научить «вжиться», полюбить выбранную профессию, помочь будущему специалисту «войти» в реальные условия современной жизни.

Поэтому и помощь должна осуществляться всеми специалистами колледжа на основе их совместного взаимодействия.

Таким образом, выявление трудностей у студентов и определение путей их преодоления позволит повысить адаптационную активность студентов, успеваемость и качество знаний.

Приложения №1

Посещение уроков обучающихся 1 курса

**Психологический анализ урока**

**в адаптационный период**

Преподаватель……………………………………………………………………………

Предмет…………………………………………………………………………………

Тема…………………………………………………………………………………

Группа…………………........... Дата проведения занятия………………………….

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Параметры** | **Наблюдения** |
|  | **Психологическая оценка урока** |  |
| 1. | Уровень организации урока (доля спонтанности и воздействия преподавателя в настрое обучающихся на урок). |  |
| 2. | Оснащенность урока средствами: аудиальной, визуальной, кинестетической, дигитальной. |  |
| 3. | Использование разных методов и приемов обучения для развития психических процессов: мышления, памяти, внимания, восприятия. |  |
| 4. | Соотношение самостоятельной, творческой деятельности обучающихся. |  |
| 5. | Работоспособность учащихся на уроке, психологический климат в группе. |  |
|  | **Анализ деятельности преподавателя на уроке.** |  |
| 1. | Эмоциональная устойчивость, владение собой, преобладающие  эмоции. Собранность, энергичность, эмоциональность. Умение слушать, проявлять эмпатию. |  |
| 2. | Коммуникабельность, умение устанавливать контакт с группой и каждым обучающимся. Увлеченность преподаваемым предметом. |  |
| 3. | Психологическая дистанция между преподавателем и обучающимися. |  |
| 4. | Внешний облик и культура речи (поза, мимика, пантомимика, одежда, прическа, чувство вкуса, стиля) |  |
|  | **Психологический анализ учебной деятельности студентов:** |  |
| 1. | Проявление у студентов ответственности за свои действия, умение оценивать себя и других |  |
| 2. | Коммуникативные проявления (открытость, индивидуальность, нестандартность речевых проявлений, невербальная – экспрессия, глазной контакт, поза, мимика) |  |
| 3. | Наличие вопросов, дополнений, комментариев со стороны студентов |  |
| 4. | Склонность к взаимодействию (групповая, парная работа, дискуссии, коллективное решение учебных задач, взаимопомощь, сострадание в ситуациях неудач, радость за успехи одногруппников) |  |
| 5. | Отношение студентов к преподавателю (уважительное, равнодушное, подчиненное, недоброжелательное, покровительственное) |  |
| 6. | Преобладающее на уроке самочувствие и настроение группы (напряженность, страх, раздражительность, агрессия, равнодушие,  воодушевленность,  энтузиазм,  мажорность, раскрепощенность или скованность) |  |

Педагог-психолог:

Приложения №2

Анкета

«Определение степени адаптированности студентов»

1.Почему вы выбрали колледж для своего профессионального обучения  
 это мой личный выбор  
 повлияли родители  
 много слышал о колледже  
 узнал от знакомых, друзей

не взяли в школу  
 другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
2.Укажите, пожалуйста, что повлияло на выбор специальности, которую вы получаете в колледже?     
 желание получить выбранную мной специальность  
 недостаток информации о других специальностях  
 мнение родственников, друзей, знакомых  
 специальность соответствует моим интересам   
 востребованность данной специальности на рынке труда  
 другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
3. Получаете ли вы помощь от преподавателей в решении учебных и жизненных вопросов?  
 да  
 нет  
 частично  
 никогда не получаю

4. Испытывали ли вы тревогу в первые дни обучения в колледже?

да

нет  
5. Как вы оцениваете взаимоотношения в вашей студенческой группе?  
 мы все хорошо общаемся  
 мы общаемся, но в мини-группах  
 мы не общаемся совсем  
 мы общаемся только на тему учебы  
 другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
6. Какие черты характера, по-вашему, нужны студенту для успешного обучения в колледже?  
 сила воли  
 целеустремленность

ответственность  
 терпимость  
 активность  
 все вышеперечисленные  
 другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
7. Какие трудности вы сейчас испытываете?  
 в учебе, в условиях обучения  
 в общении с группой  
 в общении с преподавателями   
 в общении с куратором

в общении с мастером  
 в общении с родителями и родственниками  
 другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
8. Участвуете ли вы во внеклассных мероприятиях колледжа  
 активно участвую  
 изредка участвую  
 не участвую совсем  
 нет желания в этом участвовать

9. После двух месяцев в колледже, есть ли у вас желание продолжать учебу?  
 Да

Нет

Незнаю

Хочу обратно в школу

10. В каких кружках и секциях ты хотел бы заниматься в колледже?

Спортивные:

Какие?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Танцевальный

Театральный

Вокальный

Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. Что для вас самое главное в жизни? ( можно выбрать 2 ответа)

Материальное благополучие

Здоровье

Уважение окружающих

Удовольствие, развлечения

Приложения №3

Анкета

«Адаптированность студентов в колледже»

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений. Обведите кружком на каждой строчке варианта ответа в соответствующей графе, в зависимости от того, какое эмоциональное состояние для Вас чаще всего характерно, когда Вы находитесь в колледже (оцените по 4-бальной шкале ниже перечисленные эмоциональные состояния)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Суждения** | **Ответы** | | | |
| **Нет, это не так** | **Пожалуй, так** | **Верно** | **Совершенно верно** |
| 1 | Я спокоен, ощущаю душевный покой | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Мне ничего не угрожает | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Я нахожусь в напряжении | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Бывает, что я чувствую себя неудачником | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Я обычно раздражен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Меня охватывает беспокойство, когда я думаю об учебе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Мне радостно, я чувствую желание учиться | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Часто расстраиваюсь по пустякам, все близко принимаю к сердцу | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Я внутренне скован, закомплексован | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Я чувствую себя свободно «как рыба в воде» | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Я удовлетворен собой и своими учебными успехами | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Я сильно переживаю из-за неприятностей, долго не могу о них забыть | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Я уверен в себе и своих силах | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Часто нервничаю, расстроен, не нахожу себе места | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Меня тревожат возможные трудности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | У меня бывает хандра, апатия, тоска | 1 | 2 | 3 | 4 |

1. Вы с желанием идете в колледж?
   * Да
   * Нет
   * Затрудняюсь ответить
   * Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Что вы скажите о своей учебе?

* Учусь с удовольствием
* Учусь, так как требуют родители
* Учусь, так как это необходимо для моего будущего
* К учебе равнодушен
* Думаю оставить учебу
* Хочу перейти в другую группу
* Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Самые интересные предметы:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. По сравнению со школой:

* Вы стали учиться лучше
* Вы стали учиться хуже
* Все осталось без изменений
* Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Как вы оцениваете взаимоотношения в вашей студенческой группе?

* мы все хорошо общаемся
* мы общаемся, но в мини-группах
* мы не общаемся совсем
* мы общаемся только на тему учебы