Министерство образования и науки Хабаровского края

Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Хабаровский колледж отраслевых технологий и сферы обслуживания»

«Утверждаю»
Директор КГБ ПОУ ХКОТСО
_____ Е.С.Шелест
«_30_» августа 2016 г

ПРОГРАММА

социально-психологической адаптации студентов первого курса к обучению в колледже

Хабаровск, 2016

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Социально – психологическая адаптация студентов первого курса к обучению в колледже.
Наименование учреждения	КГБ ПОУ «Хабаровский колледж отраслевых технологий и сферы обслуживания»
Автор программы	Губская Наталья Александровна, методист
Цель программы	Осуществление социально - психологических, педагогических, системных мероприятий, способствующих успешной адаптации студентов нового набора к образовательно-воспитательному процессу в колледже.
Задачи	1. Формирование представлений о структуре учебного процесса, выбранной профессии, профессиональных компетенциях. 2. Развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе. 3. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе. 4. Формирование личности физически развитой, ведущей здоровый образ жизни, способной к физическому самосовершенствованию и развитию. 5. Развитие позитивной самооценки, творческих способностей учащихся, способности к рефлексии. 6. Развитие навыков работы в команде, принятие решений, ответственности. 7. Предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой.
Направления программы	1. Просветительское направление: -организационные мероприятия для классных руководителей и мастеров групп, по воспитательной работе со студентами первого курса; -информирование преподавателей, мастеров и классных руководителей о психологических особенностях первокурсников. 2. Диагностическое направление: -изучение индивидуально – психологических особенностей студентов, их интересов, мотивов поступления в колледж, отношения к будущей профессии; -мероприятия по исследованию уровня социально-психологической адаптации и выявление дезадаптации;

	-определение профессиональных склонностей, исследование творческих способностей. 3. Профилактическое направление: -мероприятия в форме классных часов, психологических игр, групповых бесед, часов общения с элементами тренингов направленных на успешное протекание социально-психологической адаптации первокурсников; -организация воспитательной и внеучебной работы с первокурсниками по формированию устойчивого интереса к избранной профессии; -мероприятия по предотвращению стрессовых состояний и состояний нервно-психического напряжения в период адаптации первокурсников. 4. Коррекционно – развивающее направление: -организация психокоррекционной работы при нарушениях протекания процесса социально-психологической адаптации студентов первого курса.
Срок проведения	2016-2017 учебный год
Ожидаемые результаты	1. Создание единой адаптационной среды. 2. Включение всех первокурсников в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации. 3. Осознание первокурсниками трудностей связанных с первыми месяцами обучения, умение справляться с эмоциональными кризисами. 4. Осознание правильности сделанного профессионального выбора, умение «вжиться» и полюбить выбранную профессию. 5. Сохранность контингента.
Исполнители программы	Заместитель директора по УВР Педагог-психолог Социальный педагог Методист Мастера производственного обучения Классные руководители Преподаватели Медицинский работник Руководители кружков колледжа Комендант студенческого общежития Воспитатели общежития

Нормативно-правовое обеспечение программы

Нормативно-правовой базой для разработки программы адаптации первокурсников являются следующие документы:

1. Устав КГ БПОУ ХКОТСО.

3. Правила внутреннего распорядка для обучающихся в КГБ ПОУ ХКОТСО

Пояснительная записка

Каждый год наш колледж гостеприимно распахивает двери для пополнения большого и дружного коллектива студентов, которые поступают из разных сельских и городских школ, становятся первокурсниками нашего учебного заведения. Переход из школы в колледж является для многих обучающихся переломным моментом в жизни, потому что не каждый взрослеющий подросток самостоятельно, без поддержки взрослых может приспособиться к новым, важным для него условиям, а также безболезненно их пережить.

Новый коллектив, новые преподаватели, новый учебный процесс отличающийся от школьного, порой неопределенность в выборе профессии, все это приводит к возникновению психологических проблем, к затруднению в адаптации.

Личная самореализация, профессиональное самоопределение, получение нужной профессии, построение собственной карьеры - может ли вчерашний школьник справиться с этим самостоятельно, при этом спокойно адаптироваться в новой для него социальной среде? Конечно да, но не каждый, и не без помощи взрослых, которые должны сопровождать его на протяжении всего этапа становления, как формирующуюся личность, так и сложившегося профессионала.

А начинаться все должно с адаптации обучающегося в той среде, в которую он пришел, не важно сделал он выбор самостоятельно или при помощи взрослых, которые за него решили. Помогать и сопровождать вчерашнего школьника должны все те же взрослые, которые берут на себя ответственность в данный период его жизни, его жизненного становления, как творческой личности, как будущего профессионала. Поэтому в период адаптации на весь инженерно-педагогический коллектив ложиться большая ответственность в создании условий для успешной адаптации, безболезненного принятия той новой обстановки, которая существует в

учебном заведении и которая благоприятно влияет на психологическое состояние молодого человека.

Вчерашние школьники, поступившие в колледж, ещё только на пути к самоопределению, они по - разному относятся к своей будущей профессии, а также к обучению в колледже. Поэтому очень часто возникают трудности и неудачи, которые приводят к разочарованию, утрате интереса, пассивности, не желанию учить и учиться, а также посещать техникум. Все они очень разные, каждый имеет за плечами свой багаж знаний и умений, каждый обладает определенным уровнем коммуникабельности, уверенности в себе и ответственности, но все они пришли за одним и тем же, за профессией, которую выбрали, поэтому наша главная задача не только адаптировать их, но и сформировать желание получить данную специальность или профессию, чтобы в будущем стать хорошим специалистами, квалифицированным рабочим.

СОДЕРЖАНИЕ

I. Обоснование программы

II. Этапы реализации программы

III. Модель адаптации обучающихся нового набора

IV. План мероприятий на период адаптации

I. Обоснование программы

Целью педагогического процесса в КГБПОУ ХКОТСО 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 личностным достижениям, достижениям для общества и государства. Именно поэтому для нашего педагогического коллектива огромное значение имеет процесс адаптации студентов в колледже.

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. 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. Ведь профессиональная деятельность студентов после окончания техникума во многом зависит от уровня адаптации к новой образовательно-воспитательной среде. Таким образом, становится очевидной необходимость поиска путей активизации социально-психологических и педагогических условий, способных обеспечить процесс адаптации студентов нового набора. Этим и объясняется необходимость создания данной программы.

II. Этапы реализации программы

Работа по реализации программы рассчитана на первый год обучения студентов в колледже и 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.
II этап Ноябрь-декабрь	➢ Выявить основные проблемы адаптации студентов к новым образовательным условиям и указать пути их решения. ➢ Определить способы устранения имеющихся противоречий. ➢ Внести коррективы в организацию учебно-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 дезадаптированным студентам. ➢ Проводить консультации и просвещение родителей студентов, не адаптировавшихся к учебе в новой среде.

III. Модель адаптации обучающихся нового набора

Задачи	Механизм решения задач	Ответственные
Психологическая адаптация		
1. Помочь студентам раскрыть своеобразие своей личности. 2. Воспитывать потребность в самопознании и самооценке. 3. Диагностировать состояние здоровья студентов, их индивидуальные особенности.	1. Психодиагностика: анкеты, тесты; беседы, деловые игры. 2. Знакомство с рациональными способами освоения различных предметов. 3. Индивидуальная работа со студентами: - обсуждение индивидуальных трудностей; - выработка позитивного отношения к временным неудачам.	Педагог-психолог Социальный педагог Классные руководители Преподаватели Преподаватель физического воспитания
Социальная адаптация		
1. Организовать регулярное изучение состояния социально-психологического климата в студенческих группах нового набора. 2. Помочь раскрыть каждому студенту своеобразие и богатство своей личности. 3. Способствовать сплочению коллектива, привлечение органов студенческого самоуправления к адаптации студентов нового набора. 4. Поддерживать и развивать инициативы первокурсников. 5. Способствовать адаптации студентов к жизни в общежитии. 6. Создание положительного эмоционального фона для взаимопонимания с родителями. 7. Вовлечение студентов в работу городского молодежного объединения	1. Ознакомление студентов с молодежной политикой РФ. 2. Знакомство с работой студенческого самоуправления. 3. Включение в деятельность студенческого самоуправления колледжа, выборы актива групп. 4. Вовлечение студентов в систему дополнительного образования, общественную жизнь колледжа, общежития. 5. Групповые и общеколледжевые родительские собрания, индивидуальная работа с родителями.	Заместитель директора по УВР Педагог-психолог Социальный педагог Классные руководители Родители Студенческий совет Администрация Воспитатели Руководители кружков Комендант общежития

Педагогическая адаптация		
1. Выявить уровень правовой культуры, познакомить с нормативно-правовыми документами образовательного учреждения. 2. Провести вводный инструктаж по ТБ. 3. Определить степень сформированности у студентов общеучебных умений и навыков. 4. Выявить уровень адаптации студентов к учебной нагрузке. 5. Взаимодействовать с преподавателями-предметниками с целью изучения особенностей адаптации к ним первокурсников и специфики адаптации каждого педагога к группе студентов нового набора. 6. Обеспечить соблюдение оптимальных санитарно-гигиенических условий в образовательном учреждении и общежитиях. 7. Способствовать выработке сознания студентов на необходимость ведения здорового образа жизни.	1. Знакомство с Уставом образовательного учреждения, правилами внутреннего распорядка, правилами проживания в общежитии и др. 2. Анкетирование, беседы, наблюдения, тесты, соцопросы. 3. Изучение расписания занятий, выявление степени занятости студентов во внеурочное время. 4. Активизация процесса самоподготовки к занятиям. 5. Проведение индивидуальных консультаций с родителями, групповых родительских собраний. 6. Проверка качества выполнения ежедневных и генеральных уборок. 7. Организация здорового питания.	Администрация Заместители директора по УВР, УПР, АХЧ Педагог-психолог Социальный педагог Классные руководители Преподаватели Медицинский работник Родители Студенческий совет
Профессиональная адаптация		
1. Способствовать развитию профессионального самоопределения, формировать качества конкурентоспособного квалифицированного рабочего.	1. Встреча с выпускниками. 2. Проведение мероприятий в рамках «Неделя специальности профессии». 3. Конкурсы профессионального мастерства. 4. Анкетирование, соцопросы, беседы.	Заместитель директора по УВР и УПР Классные руководители Преподаватели Педагог-психолог

IV. План мероприятий на период адаптации

Содержание работы	Сроки	Ответственные
I. Аналитико-диагностическое направление		
1. Изучение личных дел студентов. 2. Анкетирование родителей. 3. Составление социальных паспортов. 4. Определение мотивации обучения. 5. Выявление разносторонних интересов, коммуникативных навыков. 6. Определение степени установки на ЗОЖ.	Сентябрь Декабрь-январь Май-июнь	Педагог-психолог Социальный педагог Классные руководители Мастера п/о
II. Организация учебного процесса		
Взаимодействие с педагогами-предметниками с целью изучения особенностей социально-психологической адаптации к специфике учебных предметов: ➢ анализ объема домашнего задания; ➢ изучение расписания занятий; ➢ посещение уроков; ➢ анализ срезовых контрольных работ.	В течение года	Председатели МК Классные руководители Методист
III. Организация воспитательной деятельности		
1. Вовлечение студентов в деятельность секций, кружков колледжа. 3. Формирование и развитие духовно-нравственных ценностей. 4. Формирование правовых знаний первокурсников. 5. Воспитание гражданина, патриота своей Родины. 6. Формирование навыков ЗОЖ. 7. Формирование эстетических ценностей. 8. Привитие трудовых навыков. 9. Участие в мероприятиях в рамках недели специальности, конкурсах по профессии, т.д. 10. Участие в общественной жизни колледжа, спортивных эстафетах, турнирах по волейболу, баскетболу.	В течение года	Преподаватель физического воспитания Руководители кружков Классные руководители Мастера п/о Заместитель директора по УВР и УПР Методист Педагог-психолог Социальный педагог Студенческий совет

IV. Привлечение органов студенческого самоуправления к адаптации первокурсников		
1. Вовлечение первокурсников в деятельность студенческого самоуправления. 2. Выпуск стенгазет.	В течение года	Студенческий совет Классные руководители
V. Взаимодействие с родителями		
1. Родительские собрания (групповые, общеколледжевые). 2. Индивидуальные консультации. 3. Взаимодействие родительского комитета группы и колледжа со всеми структурными подразделениями.	В течение года	Классные руководители Педагог-психолог Социальный педагог Зам. директора по УВР Члены родительского комитета
VI. Организационные мероприятия по адаптации студентов к новым жилищно-бытовым условиям проживания в общежитии		
1. Заселение в студенческое общежитие. 2. Ознакомление с правилами и нормами проживания в общежитии. 3. Контроль за соблюдением правил проживания в общежитии.	Сентябрь-октябрь В течение года	Зам.директора по УВР Мастера п/о Воспитатели общежития Комендант общежития Социальный педагог
VII. Социально-психологическое сопровождение студентов, родителей		
1. Психолого-педагогическая поддержка первокурсников на этапе адаптации. 2. Анкетирование «Мотивация к обучению». 3. Родительские собрания, тематические беседы. 4. Разработка буклета «Памятка для родителей». 5. Консультирование по вопросам семьи на базе колледжа.	В течение года Сентябрь-октябрь В течение года	Педагог-психолог Социальный педагог
VIII. Контроль за реализацией программы адаптации первокурсников к системе среднего профессионального образования в КГБПОУ ХКОТСО		
Заслушивание отчета педагога – психолога на заседании классных руководителей	Декабрь Июнь	Педагог-психолог

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. Задачей педагогического коллектива является, прежде всего, не только дать профессиональные знания и сформировать умения, но и научить «вжиться», полюбить выбранную профессию, помочь будущему квалифицированному рабочему «войти» в реальные условия современной жизни.

Поэтому 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 их знаний.

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф. Анн - Питер, 2008. - 272 с.
2. Выготский Л.С. Психология.-М: Изд-во Эксмо-Пресс, 2000. – 108 с. (Серия «Мир психологии»)
3. Грецов А.Г., Жукова Е.В. Из школы в жизнь: социально психологическая адаптация старшеклассников / Грецов А.Г., Жукова Е.В.: журнал «Психология и школа», 2002 -№ 1. – 34-43 с.
4. Грецов А., Бедарева Т. Психологические игры для старшеклассников и студентов. – СПб.: Питер, 2008 – 165 с.
5. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков / А.Г. Грецов - Питер, 2005. - 160 с.
6. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб., 2000. – 198 с.
7. Митина Л.М. Психологическое сопровождение выбора профессии. М., “Флинта”, 2003. - 181 с.
8. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. - М., 2001. – 180 с.
9. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - М.,1996. – 201 с.
10. Психологический тренинг с подростками /Л.Ф. Анн. - СПб., 2003. – 110 с.
11. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М.,2001. – 215 с.