

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
«ТОЛЬЯТТИНСКИЙ МАШИНОСТРОИТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»



**Программа «Адаптация первокурсников к системе среднего
профессионального образования в ГАПОУ СО ТМК»**

**Составители:
педагоги-психологи
ГАПОУ СО ТМК
Артеменко А.Г.
Волошенко Ю.В.**

г.о. Тольятти 2019

I. Обоснование программы

Целью педагогического процесса в ГАПОУ СО ТМК является создание условий для формирования гармонично развитой личности, с мировоззренческими позициями и установками в отношении обучения и профессии, обеспечивающие способность и готовность выпускника к достижениям карьерных вершин. 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 колледжа 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. Цели и задачи программы

Целью программы создание условий для успешной адаптации обучающихся нового набора к образовательно-воспитательному процессу в колледже.

Задачи:

- Формирование позитивных учебных мотивов;
- Установление и поддержание социального статуса студентов в новом коллективе;
- Создание дополнительных пространств самореализации личности во внеурочное время;
- Предупреждение и снятие у студентов психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательно-воспитательной средой.

III. 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)	· Оказать социально-психологическую поддержку вхождения бывших абитуриентов в новую образовательно-воспитательную среду; · Оценить соматический, психологический и социальный статус студентов нового набора, их информирование об условиях, организации и содержании учебной деятельности в колледже.
II этап	· Выявить основные проблемы адаптации студентов к новым

(ноябрь-декабрь)	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 работе в новой среде.

IV. Направления работы по реализации программы адаптации первокурсников

Работа по программе адаптации первокурсников реализуется в трех направлениях:

1. Просветительское и профилактическое направление
2. Аналитико-диагностическое направление
3. Коррекционно-развивающее направление

V. План мероприятий на период адаптации

Содержание работы	Сроки	Ответственные
I. Просветительское и профилактическое направления.		
1. Проведение «Дня знаний», знакомство с колледжем, администрацией, куратором, преподавателями	сентябрь	Зам.директора по ВР
2. Родительское собрание (для родителей студентов 1 курса)	сентябрь	Педагог-организатор
3. Профорientационные классные часы	сентябрь - октябрь	Руководители групп
4. Классные часы, посвященные коммуникации и учебной мотивации	сентябрь - октябрь	Педагог-психолог
5. Классные часы, посвященные формированию интереса к выбранной профессии	сентябрь-май	Социальный педагог
6. Проведение мероприятия «Посвящение в студенты»	октябрь	Руководители физического воспитания
7. Проведение Недели здоровья	октябрь	Руководители секций и кружков
8. Групповые профилактические беседы с педагогом-психологом, социальным педагогом и социальными партнерами колледжа	октябрь-май	
9. Участие групп 1 курса в конкурсе «Лучшая группа» и других мероприятиях колледжа.	сентябрь-июнь	
10. Вовлечение студентов 1 курса в деятельность кружков и секций колледжа, а также ознакомление с различными молодежными объединениями города.	сентябрь-июнь	
11. Спортивные соревнования между группами и профессиональными отделениями, для преемственности старших и младших курсов	январь-июнь	

II. Аналитико-диагностическое направление.		
1. Изучение личных дел студентов.	сентябрь	Классные руководители Социальный педагог Педагог-психолог Руководители физической подготовки
2. Выявление обучающихся требующих особого внимания (сироты, стоящие на учете в ПДН и тд.), психологическое обследование.	сентябрь- октябрь	
3. Мониторинг эмоционального состояния обучающихся (1 курса в том числе) (Приложение 1)	сентябрь	
4. Составление социальных паспортов.	сентябрь	
5. Анкетирование «Твои впечатления от колледжа»(Приложение 2)	октябрь	
6. Исследование мотивации обучения первокурсников «Методика диагностики учебной мотивации студентов» (Приложение 3)	сентябрь- декабрь	
7. Выявление разносторонних интересов (спортивных, творческих и тд.)	октябрь	
8. Определение степени установки на ЗОЖ –анкета «Здоровый образ жизни» (Приложение 4)	ноябрь	
9. Определение степени адаптации первокурсников - анкетирование (Приложение 5)	ноябрь- декабрь	
10. Социометрические исследования в группах 1 курса (Приложение 6)	декабрь –	
11. Анкетирование родителей «Оценка эффективности воспитательной работы ТМК» (Приложение 7)	январь	
III. Коррекционно-развивающее направление		
1. Групповые занятия, посвященные развитию навыков саморегуляции	октябрь- май	Педагог-психолог Социальный педагог Социальные партнеры колледжа
2. Групповые занятия, посвященные командообразованию, развитию коммуникативных навыков	январь- май	
3. Групповые занятия, направленные на повышение интереса к профессии	январь- май	
4. Групповые тренинговые занятия с дезадаптированными обучающимися	январь- май	
5. Индивидуальные занятия с дезадаптированными обучающимися	январь- май	

VI. Ожидаемые конечные результаты:

1. Создание единой адаптационной среды, для развития и самореализации гармоничной личности.
2. Осознание обучающимися правильности сделанного профессионального выбора, умение «вжиться» и полюбить выбранную профессию.
3. Сохранность контингента.

VII. Контроль за реализацией программы

«Адаптация первокурсников к системе среднего профессионального образования в ГБОУ СПО ТМК» осуществляет заместитель директора по ВР.

Приложения

Мониторинг эмоционального состояния студентов ТМК

Диагностика эмоциональных состояний обучающихся построена на основе метода цветовых выборов, проводится в начале и в конце учебного года.

Исследование проводится посредством выбора понравившегося цвета обучающимися, в начале и в конце учебного дня, в понедельник, среду и пятницу.

Цветодиагностика эмоциональных состояний проводится с целью изучения динамических особенностей групповых эмоциональных состояний. Теоретической основой данной методики является представление о том, что отношение к тем или иным людям, событиям, объектам или явлениям отражается в цветовых ассоциациях к ним. То есть каждый цвет спектра является условным знаком определенного настроения:

- красный – восторженное;
- оранжевый – радостное, теплое;
- желтый – светлое, приятное;
- зеленый – спокойное, уравновешенное;
- синий – неудовлетворительное, грустное;
- фиолетовый – тревожное, напряженное;
- черный – полный упадок, уныние;
- белый – символизирует ответ типа: «трудно сказать».

Приложение 2

Анкета «Каковы твои впечатления о колледже?»

1) Из каких источников вы узнали о существовании ТМК?

- а) от друзей и знакомых
- б) предпрофильные курсы
- в) от родителей
- г) узнали из СМИ
- д) профориентационная работа в школах
- е) нашел в Интернете сам

2) Что запомнилось больше всего в первые дни пребывания в колледже?

(выберете и допишите нужное)

- а) Концерт на 1 сентября (если какой-то определенный артист, то какой?)

- б) Преподаватели (если да, то чем именно?)

- в) Столовая (если да, то чем именно?)

- г) Утренняя линейка (нравится/не нравится?) _____

Свой вариант

Диагностика учебной мотивации студентов.

Инструкция к тесту : Оцените по 5-балльной системе приведенные мотивы учебной деятельности по значимости для Вас: 1 балл соответствует минимальной значимости мотива, 5 баллов – максимальной.

Тест

1. Учусь, потому что мне нравится избранная профессия.
2. Чтобы обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности.
3. Хочу стать специалистом.
4. Чтобы дать ответы на актуальные вопросы, относящиеся к сфере будущей профессиональной деятельности.
5. Хочу в полной мере использовать имеющиеся у меня задатки, способности и склонности к выбранной профессии.
6. Чтобы не отставать от друзей.
7. Чтобы работать с людьми, надо иметь глубокие и всесторонние знания.
8. Потому что хочу быть в числе лучших студентов.
9. Потому что хочу, чтобы наша учебная группа стала лучшей в институте.
10. Чтобы заводить знакомства и общаться с интересными людьми.
11. Потому что полученные знания позволят мне добиться всего необходимого.
12. Необходимо окончить институт, чтобы у знакомых не изменилось мнение обо мне, как способном, перспективном человеке.
13. Чтобы избежать осуждения и наказания за плохую учебу.
14. Хочу быть уважаемым человеком учебного коллектива.
15. Не хочу отставать от сокурсников, не желаю оказаться среди отстающих.
16. Потому что от успехов в учебе зависит уровень моей материальной обеспеченности в будущем.
17. Успешно учиться, сдавать экзамены на «4» и «5».
18. Просто нравится учиться.
19. Попав в институт, вынужден учиться, чтобы окончить его.
20. Быть постоянно готовым к очередным занятиям.
21. Успешно продолжить обучение на последующих курсах, чтобы дать ответы на конкретные учебные вопросы.
22. Чтобы приобрести глубокие и прочные знания.
23. Потому что в будущем думаю заняться научной деятельностью по специальности.
24. Любые знания пригодятся в будущей профессии.
25. Потому что хочу принести больше пользы обществу.
26. Стать высококвалифицированным специалистом.
27. Чтобы узнавать новое, заниматься творческой деятельностью.
28. Чтобы дать ответы на проблемы развития общества, жизнедеятельности людей.
29. Быть на хорошем счету у преподавателей.
30. Добиться одобрения родителей и окружающих.
31. Учусь ради исполнения долга перед родителями, школой.
32. Потому что знания придают мне уверенность в себе.
33. Потому что от успехов в учебе зависит мое будущее служебное положение.
34. Хочу получить диплом с хорошими оценками, чтобы иметь преимущество перед другими.

Анкета «Здоровый образ жизни»

1. Как Вы понимаете термин «Здоровье»?

- 1) отсутствие болезни
- 2) двигательная активность, сила, выносливость
- 3) нормальное развитие организма
- 4) хорошее психологическое состояние

2. Что включает в себя здоровый образ жизни?

- 1) правильное питание
- 2) регулярные занятия спортом
- 3) отсутствие вредных привычек

3. Что может Вам дать здоровый образ жизни?

- 1) красоту
- 2) долголетие
- 3) крепкое здоровье
- 4) успех у противоположного пола
- 5) свой вариант _____

4. Какие пагубные привычки присутствуют в Вашей жизни?

- 1) табакокурение
 - 2) употребление алкоголя
 - 3) употребление ПАВ
 - 4) свой вариант _____
-

5. Что из перечисленного присутствует в Вашем распорядке дня? Поставьте подходящую цифру в соответствии с вариантами ответов: Всегда-1, Иногда – 2, Никогда - 3

- 1) Регулярное питание _____
- 2) Прогулка на свежем воздухе _____
- 3) Занятия спортом _____
- 4) Водные процедуры _____
- 5) Сон не менее 8 часов _____
- 6) Утренняя зарядка _____

Анкета «Уровень адаптации и комфортности в колледже»

1 Насколько Вы удовлетворены обучением в ТМК?

- а) доволен;
- б) не доволен;
- в) мне безразлично.

2 Возникло ли у Вас желание оставить учебу в ТМК, если возникало желание оставить учебу, то укажите причину:

- а) нет;
- б) да.
 - стремление быстрее начать работать;
 - разочарование в избранной профессии;
 - трудности в учебе;
 - материальные трудности.

3 Укажите причины, затрудняющие обучение в ТМК:

- а) утомляемость;
- б) проблемы в группе;
- в) нехватка знаний;
- г) сложная обстановка в семье;
- д) отношения с учителями;
- е) ваш вариант.

4 Как Вы себя чувствуете в атмосфере ТМК?

- а) чувствую себя комфортно;
- б) чувствую себя плохо;
- в) лучше, чем в школе;
- г) сложно оценить.

5 Вы поступили в колледж

- а) по своему желанию;
- б) по совету близких, друзей;
- в) где-то нужно учиться, учатся все;
- г) обучение в техникуме - это подготовка к самостоятельной жизни.

6 Необходима ли Вам помощь преподавателей и классного руководителя в процессе обучения, если необходима, то какая?

- а) нет;
- б) иногда;
- в) да.
 - объяснения преподавателя;
 - организация работы;
 - проверка и анализ работы;
 - помощь в решении личных проблем.

7 К кому бы Вы могли обратиться за помощью в решении личных проблем?

- а) родители, близкие родственники;
- б) друзья;
- в) я решаю все самостоятельно;
- г) классный руководитель;
- д) психолог, социальный педагог;
- е) ваш вариант.

Социометрическое обследование обучающихся ТМК

Бланк социометрии

ФИО _____ группа _____

1. Кого из членов группы Вы пригласили на день рождения? _____
2. Кого из членов группы Вы не пригласили на день рождения? _____
3. С кем из членов группы Вы вместе стали бы решать общую задачу (производственное, учебное задание)? _____
4. С кем из членов группы Вы не стали бы решать общую задачу (производственное, учебное задание)? _____

Опросник для родителей
Оценка эффективности воспитательной работы в ТМК

№ п/п	Характеристика образовательного учреждения	ОЦЕНКА				
		1	2	3	4	5
1.	Колледж даст хорошие прочные знания по основным предметам					
2.	В Тольяттинском машиностроительном колледже действуют кружки, факультативы, где можно расширить свои знания по предметам					
3.	Тольяттинский машиностроительный колледж готовит профессиональных квалифицированных специалистов					
4.	В Тольяттинском машиностроительном колледже достаточно кружков, секций, клубов, где можно развить свои способности					
5.	В Тольяттинском машиностроительном колледже проводятся соревнования, конкурсы, смотры, где можно реализовать свои умения, навыки, проявить свою индивидуальность					
6.	В Тольяттинском машиностроительном колледже действует самоуправление, каждый студент имеет возможность стать организатором того или иного дела					
7.	В трудный момент всегда придут на помощь: учителя, родители, товарищи и т.д.					
8.	В колледж Ваш ребенок ходит с удовольствием, ему там интересно					
9.	В другое образовательное учреждение я бы не перевел (а) своего ребенка					
10.	В колледже царит доброжелательная атмосфера, ученики и учителя вежливы, внимательны друг к другу					
11.	<u>Предложения (или замечания) родителей:</u>					