

Адаптация – это приспособление человека к изменяющимся условиям. Адаптация первокурсников проходит в 3 этапа.

Первый этап адаптации относится к тому периоду, когда первокурсник привыкает к учебному процессу, к условиям и методам обучения, к системе опросов, зачётов, экзаменов. В этот период адаптация первокурсника особенно затрудняется «невниманием» к нему педагога, количественной неопределенностью подлежащего усвоению материала, необходимостью синтезировать материалы лекций, учебника и заданной литературы, необходимостью работать самостоятельно.

Второй период адаптации связан с укреплением статуса первокурсника в коллективе (называется межличностной адаптацией). На данном этапе обучающийся проявляет чувство принадлежности к группе, между учащимися начинают возникать симпатии, дружеские, доверительные отношения. Этот процесс связан непосредственно с общественной жизнью обучающихся техникума.

На третьем периоде процесса адаптации начинают развиваться установки оценивания своих возможностей, личностных качеств, формируется собственная самооценка, развивается самоконтроль и самоанализ своих действий и поступков. Однако наиболее сложным как для первокурсников так и для педагогов

является, безусловно первый этап адаптации. Для успешной адаптации первокурсников большую роль играет комплексная помощь и поддержка со стороны педагогическим коллектива и родителей. Преподаватель или куратор в своих наблюдениях за обучающимися может самостоятельно определять уровень адаптации первокурсника, если знает признаки адаптированности:

Низкий уровень адаптации:

- студент равнодушно или отрицательно относится к техникуму;
- нередко жалобы на здоровье;
- преобладает подавленное настроение;
- наблюдаются нарушения дисциплины;
- учебный материал усваивается фрагментарно;
- затруднена самостоятельная работа, нет интереса к ее выполнению;
- домашние задания выполняет нерегулярно, необходим постоянный контроль, систематические напоминания со стороны преподавателей, классного руководителя или родителей;
- для понимания нового и решения задач по образцу требует значительной помощи преподавателей;
- общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен;
- близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одногруппников.

Средний уровень адаптации:

- студент положительно относится к техникуму, посещение не вызывает

отрицательных переживаний;

- понимает учебный материал, если преподаватель излагает его подробно и наглядно;
- усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи;
- сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний старших, но при его контроле;
- почти всегда выполняет домашние задания;
- общественные поручения выполняет добросовестно;
- дружит со многими одногруппниками.

Высокий уровень адаптации:

- студент положительно относится к техникуму, предъявленные требования воспринимает адекватно;
- учебный материал усваивает легко;
- решает сложные задачи;
- прилежен, внимательно слушает указания и объяснения преподавателей;
- выполняет поручения без внешнего контроля;
- проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе, готовится ко всем занятиям;
- общественные поручения выполняет охотно и добросовестно;
- занимает в группе благоприятное статусное положение.

**Рекомендации педагогам по
адаптации студентов**

