МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ

ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное

профессиональное образовательное учреждение

Иркутской области

**«ИРКУТСКИЙ ГИДРОМЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»**

***программа***

***адаптации обучающихся нового набора в гбпоу ио «иркутский гидрометеорологический техникум»***

***на 2018-2019 уч.год***

Составил: педагог-психолог

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Любавская О.В.

Иркутск 2018

**Пояснительная записка**

С поступлением в профессиональную образовательную организацию, юноши и девушки переходят новый жизненный этап. Этот этап включает в себя не только места учебы, места жительства, но и смену уже устоявшегося коллектива. Первокурснику нужно привыкнуть адаптироваться как к новой группе, где им придется находиться в течение 3-4 лет, так и к новым правилам и нормам учебного заведения. Переход из школы в техникум является для многих учащихся 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 пережить их.

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.

Начало обучения в профессиональной образовательной организации, принятие учеником школы новой социальной роли-роли студента, наиболее значимый период, влияющий на возможности самореализации, профессионального самоопределения и построения карьеры. Именно в этот период происходит первая встреча студента с той психологической средой, которая создана в учебном заведении, и с которой ему предстоит в различных формах и по разным поводам взаимодействовать все годы обучения. Адаптация- это процесс изменения характера связей, отношений обучающегося к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. Под адаптационной способностью понимают способность человека приспосабливаться к различным требованиям ( социальным и физическим) среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой.

**Успешную адаптацию студентов можно рассматривать как их включенность**:

- в новую социальную роль

- в учебно-познавательный процесс

- в новую систему отношений

Бывшие школьники, поступающие в техникум- только на пути к самоопределению. Многие осознанно выбрали специальность, по которой хотели бы получить образование и трудиться в будущем, но есть и такие, у которых жизненные планы не определены. От того, как произойдет приобщение к новым условиям вхождения в социальную среду, насколько будут преодолены трудности с приобретением профессиональных навыков, зависит, как сформируется у студентов умение найти способы самореализации не только в рамках профессии, но и вне ее.

Адаптация студентов к обучению в техникуме имеет свои особенности. Вхождение молодых людей в новую систему обучения, приобретение ими нового социального статуса требует от них выработки новых способов поведения, позволяющих им в наибольшей степени соответствовать своему новому статусу .Такой процесс приспособления может проходить достаточно длительное время, что может вызвать у человека перенапряжение как на психологическом, так и на физиологическом уровнях, вследствие чего у студента снижается активность, и он не может не только выработать новые способы поведения, но и выполнить привычные для него виды деятельности.

Специфика процесса адаптации в техникуме определяется различием в методах обучения и в его организации, чем в средней школе, что порождает своеобразный отрицательный эффект-дидактический барьер. Первокурсникам не достает различных навыков и умений, которые необходимы в техникуме для успешного овладения программой .Попытки компенсировать это усидчивостью не всегда приводят к успеху. Проходит немало времени, прежде чем студент приспособится к условиям обучения в техникуме. Первокурсники еще только на пути к самоопределению, они по – разному относятся к своей будущей профессии, а также к обучению в техникуме. Поэтому очень часто возникают трудности и неудачи, которые приводят к разочарованию, утрате интереса, пассивности, не желанию учить и учиться, а также посещать занятия. Отсюда и низкая успеваемость на первом курсе. Приспособление к новым условиям требует много сил, из-за чего возникают существенные различия в деятельности и результатах обучения в школе и техникуме.

Вновь прибывшие студенты очень разные, каждый имеет за плечами свой багаж знаний и умений, каждый обладает определенным уровнем коммуникабельности, уверенности в себе и ответственности, 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 профессию, чтобы в будущем стать хорошим специалистом.

**Паспорт программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование программы | Социально-психологическая адаптация и мотивация первокурсников в техникуме |
| Наименование учреждения | ГБПОУ ИО «Иркутский Гидрометеорологический техникум» |
| Цель программы | Сопровождение первокурсника в учебно-образовательном процессе техникума. Создание условий для успешной социально-психологической адаптации, гармоничного развития личности студента, мотивации на успешное освоение профессиональных компетенций. |
| Задачи | 1. Сформировать представление о структуре учебного процесса, выбранной профессии, профессиональных компетенциях. 2. Создать благоприятный климат в образовательном процессе для успешной адаптации первокурсников в техникуме 3. Развить групповую сплоченность, создать благоприятный психологический климат в коллективе 4. Развить навыки эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе 5. Сформировать личность физически развитой, ведущей здоровый образ жизни, способной к физическому самосовершенствованию и развитию 6. Развить позитивную самооценку, творческие способности студентов, способности к рефлексии. 7. Развить навыки работы в команде, принятии решений, ответственности. 8. Предупредить и снять у первокурсников психологический и физический дискомфорт, связанный с новой образовательной средой 9. Выявить первокурсников с дезадаптацией и разработать коррекционные маршруты. |
| Направления программы | **1**.. Методическое направление:  -обработка личных дел первокурсников  -подбор диагностического материала  -подбор коррекционно-развивающих материалов  **2**. Просветительское направление:  -организационные мероприятия с кураторами по воспитательной работе со студентами 1 курса  -информирование преподавателей и кураторов о психологических особенностях первокурсников  -просвещение родителей  **3**.Диагностическое направление:  -изучение индивидуально-психологических особенностей обучающихся, их интересов, мотивов поступления в техникум, отношения к будущей профессии;  - мероприятия по исследованию уровня социально-психологической адаптации и выявление дезадаптации первокурсников  -выявление группы риска  -определение профессиональных склонностей, выявление творческих способностей.  4.Профилактическое направление:  -мероприятия в форме 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.  5. Коррекционно-развивающее направление:  -организация психокоррекционной работы при нарушениях протекания процесса социально-психологической адаптации студентов первого курса. |
| Срок реализации | **2018-2019 учебный год** |
| Ожидаемые результаты | 1. Создание единой адаптационной среды 2. Включение всех первокурсников в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации. 3. Осознание правильности сделанного профессионального выбора, умение « вжиться» и полюбить выбранную профессию 4. Сохранить контингент |
| Исполнители программы | Заместитель директора по УВР, Медицинский работник,Педагог-психолог, Социальный педагог, Кураторы, Преподаватели, воспитатель, педагог-организатор |

**Нормативно-правовое обеспечение программы**

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

1.Устав ГБПОУ ИО «Иркутский гидрометеорологический техникум»

2. Программа развития воспитательной работы в техникуме.

3. Правила внутреннего распорядка для обучающихся в техникуме

4.Положение о социально-психологической службе в техникуме

5.Программа работы с обучающимися «группы риска»

**Этапы реализации программы**

**1 этап начальный «Нулевой семестр» (сентябрь-октябрь)**

Цель: сформировать психологическую готовность студентов нового набора к учебно-воспитательным условиям техникума

Задачи:

-подготовить студентов нового набора к новым условиям обучения, сформировать у них положительную мотивацию к обучению

-предупреждать у студентов нового набора психологический, физический дискомфорт, связанный с новой образовательной средой

-разработать и провести учебно-воспитательные мероприятия, направленные на успешную адаптацию студентов.

**2-ой этап «Адаптационный» (1 семестр)**

Цель: Создать условия для успешной адаптации и гармоничного развития личности студента.

Начало обучения в профессиональной образовательной организации очень значимый этап вчерашних школьников, именно этот период влияет на дальнейшее развитие, профессиональное самоопределение и личную самореализацию. В этот период происходит встреча студента и учебного заведения, которое он выбра, а также с той психологической средой, которая существует в этом заведении и с которой ему предстоит взаимодействовать все годы обучения.

В период адаптации первокурсников обычно выявляются следующие трудности: неопределенность мотивации выбора профессии. Недостаточная психологическая готовность к ней( пошел учиться вместе с другом, отправили родители и т.д.) В этот момент важно не только успешно адаптировать, но еще и мотивировать на будущую профессию, о которой студент знает очень мало или не знает ничего совсем.

**План мероприятий**

**1-ый этап начальный «Нулевой» семестр**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п\п | Мероприятие | Срок проведения | Ответственный |
| 1 | Проведение «Дня знаний»  Встреча с администрацией  Техникума, кураторами | 3 сентября | Администрация, кураторы |
| 2 | Знакомство с техникумом, преподавателями | 3 сентября | Кураторы |
| 3 | Час общения с кураторами, с одногруппниками, ознакомление с Уставом техникума,  Правилами внутреннего распорядка | 3 сентября | Кураторы |
| 4 | Знакомство с обучающимися 1-ого курса | сентябрь | Педагог-психолог, соц. педагог, кураторы |
| 5 | Психологические часы общения (тренинги на знакомство, сплочение, умение работать в коллективе) | Сентябрь-октябрь | Педагог-психолог, кураторы |

**Диагностическое направление**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Посещение занятий (с целью наблюдения за взаимодействием обучающихся и преподавателей в учебном процессе) | Сентябрь-октябрь | Кураторы, соц.педагог, педагог-психолог |
| 2 | Изучение индивидуальных особенностей личности учащихся нового набора с использованием необходимых методик: выявление уровня тревожности и других | сентябрь | Педагог-психолог, соц. педагог, кураторы |
| 3 | Выявление группы риска | сентябрь | Педагог-психолог |
| 4 | Тест на склонность к девиантному поведению. Тест самооценки психических состояний по Айзенку | октябрь | Педагог-психолог |
| 5 | Изучение психологического климата в группах( беседа, наблюдение) Социометрия Дж. Морена | октябрь | Педагог-психолог, кураторы |

**Профилактическое направление**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 5 | Посещение занятий ( с целью наблюдения за взаимодействием обучающихся и преподавателей в учебном процессе) | Сентябрь,октябрь  Ноябрь, декабрь | Педагог-психолог |
| 6 | Неделя первокурсника | Сентябрь, 1 неделя | Кураторы, зам по УВР |
| 7 | Психологические часы общения с эл. тренинга по программе адаптации обучающихся групп нового набора. 8 занятий для каждой группы | Сентябрь. Октябрь 9( по расписанию) | Педагог-психолог , кураторы |
| 8 | Тематический час общения «Человек среди людей» | октябрь | Педагог-психолог, соц. педагог |
| 9 | Тренинг коммуникативных умений «Наше общее житие» (в общежитии) | октябрь | Педагог-психолог, Воспитатель |

**Коррекционно-развивающее направление**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 10 | Индивидуальная работа со студентами, направленная на снятие состояния тревожности, агрессии, страхов | Сентябрь,октябрь | Педагог-психолог |
| 11 | Консультация и просвещение родителей в период адаптации | Сентябрь, октябрь | Педагог-психолог, соц.педагог, зам. по УВР |
| 12 | Консультации педагогического коллектива по различным вопросам в период адаптации | По запросу | Педагог-психолог |

**Диагностическое направление**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 13 | Определение степени адаптированности первокурсников (СПА Роджерс) | ноябрь | Педагог-психолог, зам по УВР, кураторы |
| 14 | Выявление уровня интернет-зависимости. Тест | ноябрь | Педагог-психолог |
| 15 | Выявление уровня дезадаптированных студентов | ноябрь | Зам. Директора по УВР, педагог-психолог |

**Профилактическое направление**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 16 | Беседы и тематические часы:  -«Алкоголь: мифы и реальность»  -«ВИЧ\СПИД: мы знаем как себя защитить»  -«Наркотики: не влезай-убьет!» | Ноябрь  декабрь | Соц.педагог, педагог-психолог |
| 17 | Тематические часы общения для студентов группы риска:  -Я обсолютно спокоен в стрессовой ситуации  -Разрешение конфликтов  Кризис: выход есть | Ноябрь  декабрь | Кураторы,педагог-психолог |
| 18 | Индивидуальная работа со студентами, напрвленная на снятие состояния тревожности, агрессии, страхов | Ноябрь, декабрь | Кураторы, педагог-психолог |
| 19 | Индивидуальные консультации студентов по различным вопросам | По запросу | Педагог-психолог |
| 20 | Педагогический консилиум по адаптации | декабрь | Педагогический коллектив |
| 21 | Консультации и просвещение родителей в период адаптации | В течение года | Педагог-психолог |

**Коррекционно-развивающее направление**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 22 | Предупреждение и проведение занятий на снятие у студентов психологического дискомфорта, связанного с учебной деятельностью | По запросу | Педагог-психолог |
| 23 | Индивидуальная и групповая работа с дезадаптированными студентами и работа со студентами «группы риска» | По необходимости | Педагогический коллектив |
| 24 | Повышение интереса к выбранной профессии путем игровых ситуаций, упражнений тренингов | В течение года | Зам. Директора по УВР, педагог-психолог |
| 25 | Индивидуальные и групповые консультации с родителями | По запросу | Члены совета по профилактики |

**3 этап основной «Мотивационный » (2 семестр)**

Цель: направить студентов на успешное освоение профессиональных компетенций.

Неудовлетворенность реально наступившим будущим стимулирует развитие рефлексии – осознание собственного «Я» (Кто я?, Каковы мои способности? Каков мой жизненный идеал? Почему я выбрал эту профессию?, А что я о ней знаю? Смогу ли я работать по этой профессии?). Все эти вопросы не дают покоя, волнуют и тревожат неокрепшую психику учащихся и в то же время заставляют размышлять, искать ответы, начинать действовать. Иногда студентам трудно самим ответить на эти вопросы, поэтому важно в этот момент протянуть им руку помощи, помочь разобраться и направить в правильное русло.

**План мероприятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** | **Ответственный** |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Методическое направление** | | | |
| 1. | Подбор и психологических методик диагностики. | В течении года | Педагог-психолог  методист |
| 2. | Подбор методической литературы. | В течении года | Педагог-психолог  методист |
| 3. | Изучение и разработка методических материалов для стендов | В течении года | Педагог-психолог  Методист |
| **Диагностическое направление** | | | |
|  |  |  |  |
| 1. | Диагностика профессионально важных качеств. | Февраль | Педагог - психолог |
| 2. | Диагностика готовности к профессиональной деятельности. | Апрель - май | Педагог - психолог |
| 3. | Анкетирование для родительских собраний. Влияние родителей на профессиональное становление личности. |  | Педагог – психолог |
| **Профилактическое направление** | | | |
| 1. | Работа по программе профилактики ПАВ | В течении года | Педагог-психолог  Соц. Педагог, кураторы |
| 5. | Консультирование и направление по результатам диагностики | В течение года | Педагог-психолог |
| 6. | Оформление информационных стендов для обучающихся и родителей. | В течение года | Педагог-психолог |
| 7. | Цикл встреч и просветительских бесед посвященных нравственному воспитанию | В течение года | Воспитательный отдел |
| 8. | Контроль за соблюдением правил проживания в общежитии. | В течение года | Зауч. В.Р.  Педагог-психолог,  Кураторы, воспитатель |
|  | Занятие со студентами «группы риска» | В течение года | Зауч. В.Р.  Педагог-психолог,  Кураторы, воспитатель  Соц.педагог |
| **Коррекционно- направляющая работа** | | | |
| 1. | Проведение занятий с элементами тренинга на снятие эмоционального напряжения | В течение  года | Педагог-психолог,  кураторы |
| 2. | Индивидуальные направляющие консультации с студентами | В течение  года | Зауч. В.Р.  Педагог-психолог,  Кураторы |
| 3. | **Тренинг на сплочение** «Наше общее житие» | В течение года | Педагог-психолог, кураторы |
| 4. | **Занятие с элементами тренинга на развитие профессиональной мотивации** | В течение года | Педагог-психолог, кураторы |

**Предполагаемые результаты реализации программы**

Эффективность программы оценивается результативностью мероприятий по адаптации первокурсников к обучению в техникуме, повышению их мотивации и сохранность контингента. Ожидается уменьшение симптомов дезадаптации, своевременное предупреждение возможных нарушений психологического здоровья, развитие психологической готовности к профессиональному обучению.

1. Создание единой адаптационной среды, а так же сплочение студентов внутри группы

2. Включение всех первокурсников в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации.

3. Снижение уровня эмоциональной тревожности у первокурсников, развивать умение справляться с эмоциональными кризисами.

5. Адаптация студентов-первокурсников к общественно-культурной жизни техникума

6. Осознание правильности сделанного профессионального выбора, умение «вжиться» и полюбить выбранную профессию.

5. Сохранность контингента.

6. Снижение количества студентов «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 техникуме.

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 техникума 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.