

Министерство образования Свердловской области
государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
Свердловской области
«Каменск-Уральский педагогический колледж»

УТВЕРЖДАЮ:
директор ГАПОУ СО «КУПедК»
Коурова Н. В.
2025 г.



**ПРОГРАММА
АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА
ГАПОУ СО «КУПедК»
К ОБУЧЕНИЮ В КОЛЛЕДЖЕ**

Паспорт Программы

Наименование программы	Профилактика адаптации студентов первого курса к обучению в колледже
Нормативно-правовые основания для разработки программы	1. Конституция РФ от 12.12.1993г. 2. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ» 3. Устав ГАПОУ СО «КУПедК»
Разработчик программы	Заместитель директора по воспитательной работе
Цель Программы	создание условий для успешной адаптации студентов первого курса к новой образовательной среде.

Аннотация к Программе

ГАПОУ СО «КУПедК» реализует программы среднего профессионального образования. Целью педагогического процесса в колледже является подготовка квалифицированного компетентного специалиста, свободно владеющего своей профессией, ориентированного на сохранение и преумножение нравственных и культурных ценностей общества. Поэтому 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.

Проблема адаптации весьма актуальна для студентов первого курса. Необходимым условием успешной деятельности студента является освоение новых для него особенностей обучения в колледже. На протяжении первого года обучения происходит вхождение 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.

Процесс адаптации первокурсника протекает по следующим уровням:

1. Приспособление к новой системе обучения.
2. Приспособление к изменению учебного режима

В процессе адаптации студентов – первокурсников к обучению в колледже выявляются следующие трудности:

1. Переживания, связанные с уходом из школьного коллектива.
2. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии.
3. Неумение осуществить психологическую саморегуляцию (отсутствие навыков выполнения самостоятельной работы; неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, каталогами).
4. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях.
5. Страх публичных выступлений перед своими однокурсниками и авторитетными вузовскими преподавателями.
6. Социально-экономические проблемы у иногородних студентов: обеспечение себя жильем и финансовыми средствами, незнание города, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких.

Успешное решение этих проблем связано с внедрением такой формы взаимодействия со студентами, которая бы способствовала более эффективной адаптации первокурсников на разных уровнях:

- образовательном – адаптация к учебной деятельности;
- психологическом – развитие мотивации к обучению, уверенности в себе;
- межличностном – обеспечение процессов эффективного межличностного взаимодействия.

Эффективность реализации Программы педагогического сопровождения процесса адаптации студентов 1-го курса к условиям колледжа оценивается по показателям, характеризующим их социальную интеграцию в общество.

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.

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.

обеспечить процесс адаптации студентов нового набора. Этим и объясняется необходимость создания данной программы.

Цель Программы:

создание условий для успешной адаптации студентов первого курса к новой образовательной среде.

Задачи:

1. создать условия для установления и поддержания социального статуса первокурсников в новом коллективе;
2. способствовать формированию у первокурсников позитивных учебных мотивов и созданию благоприятного психологического климата в коллективе;
3. сформировать представление о структуре учебного процесса, внеучебной деятельности и профессиональных компетенциях;
4. развить навыки работы в команде, принятия решений, ответственности;
5. способствовать формированию нравственно и физически здоровой личности.
6. разработка и проведение психокоррекционных мероприятий.

Ожидаемые результаты:

- снижение количества обучающихся, отчисляющихся в течение первого года обучения.
- осознание студентами правильности профессионального выбора;
- приспособленность студентов к новой образовательной среде без ощущения внутреннего дискомфорта и бесконфликтное сосуществование с данной образовательной средой.

Кадровое обеспечение Программы

Для реализации Программы привлекаются следующие специалисты:

- заместитель директора по ВР
- заведующий отделением
- руководитель центра карьеры
- советник директора по воспитанию и взаимодействию с общественными объединениями
- классные руководители
- педагог-психолог
- социальный педагог
- медицинский работник
- педагоги-доп образования
- педагог-организатор
- члены совета обучающихся (2-4 курсы)
- наставники (2-3 курсы)

Сроки реализации	Задачи
И этап Сентябрь - октябрь	<ul style="list-style-type: none"> - оценить соматический, психологический и социальный статус студентов – первокурсников; - определить насколько студенты мотивированы к освоению профессии; - оказывать социально-психологическую поддержку вхождения бывших абитуриентов в новую образовательно-воспитательную среду; - проведение встреч с родителями (общеколледжные родительские собрания, индивидуальные встречи); - проинформировать об условиях, организации и содержании учебной деятельности в колледже - выработать рекомендации для преподавателей, студентов и родителей и разработать индивидуальные программы для адаптации первокурсников в новой образовательной среде; - составить индивидуальные планы работы с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, детьми участников СВО, детьми-инвалидами. - закрепить за каждым первокурсником наставника из числа студентов старших курсов.
II этап Ноябрь - декабрь	<ul style="list-style-type: none"> - выявить основные проблемы адаптации обучающихся и 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	<ul style="list-style-type: none"> - использовать полученную информацию для проведения семинаров кураторов групп, индивидуальных и групповых консультаций педагогов с целью предотвращения проблемных ситуаций в образовательно-воспитательном процессе;

Направления работы

1. С обучающимися.

Диагностическое направление:

-изучение индивидуально – психологических особенностей обучающихся и студентов, их интересов, мотивов поступления в колледж,

-определение профессиональных склонностей, исследование творческих способностей.

Профилактическое направление:

-мероприятия в форме классных часов, психологических игр, групповых бесед, часов общения с элементами тренингов, направленных на успешное протекание социально-психологической адаптации первокурсников к новой системе обучения, к изменению учебного режима, к обучению в новом коллективе;

-организация воспитательной и внеучебной работы с первокурсниками по формированию устойчивого интереса к избранной профессии и специальности;

-мероприятия по предотвращению стрессовых состояний и состояний нервно-психического напряжения в период адаптации первокурсников.

Коррекционно – развивающее направление:

-организация психокоррекционной работы при нарушениях протекания процесса социально-психологической адаптации обучающихся и студентов первого курса.

2. С родителями.

- Проведение родительских собраний.

- Работа родительского лектория.

- Привлечение родителей для совместного участия со студентами во внеаудиторных мероприятиях.

3. С преподавателями, классными руководителями.

- Организация и проведение семинаров, организационно – методических совещаний и пр.

- Проведение обучающих тренингов с использованием игропрактик.

- Консультации специалистов.

- Проведение психолого – педагогических консилиумов с целью информирования преподавателей и кураторов групп о психологических особенностях первокурсников.

План мероприятий по реализации Программы

№ п/п	Мероприятие	Ответственные	Сроки
1.	Проведение организационно – методического собрания классных руководителей. Постановка целей и задач работы.	Заместитель директора по ВР	Август
2	Общее собрание родителей (законных	Администрация	Август

3.	нового набора из числа студентов - старшекурсников	по воспитанию	
4.	Изучение личных дел студентов с целью составление списков обучающихся категория: опекаемые, сироты, инвалиды, дети участников СВО, из многодетных семей,	Социальный педагог	Август - сентябрь до 10.09
5	Торжественная линейка «День знаний». Классный час: знакомство с Уставом колледжа, правилами внутреннего распорядка, проведение инструктажей.	заместитель директора по ВР Классные руководители	01.09
6.	Составление социальных паспортов групп (на основе анкет, заполненных родителями, Приложение 1)	Классные руководители	До 15.09
7.	Квест для первокурсников: знакомство с колледжем.	Советник директора по воспитанию Педагог-организатор Совет обучающихся	Первая неделя сентября
8.	Собрание Совета обучающихся: знакомство со старостами первых курсов.	Заместитель директора по ВР, Советник директора по воспитанию	Первая неделя сентября
9.	Собрание обучающихся из числа: детей-сирот, находящихся под опекой, инвалидов, детей участников СВО, из малообеспеченных семей, многодетных семей. Доведение информации по льготам и социальным гарантиям.	Заместитель директора по ВР Социальный педагог	Вторая неделя сентября
10.	Зачисление обучающихся 1 курса на дополнительное образование	Советник директора по воспитанию	До 20.09
11	Изучение и анализ медицинских документов	медработник	Сентябрь
12.	Проведение СПТ. Анализ результатов и выработка рекомендаций педагогам.	Педагог-психолог	Сентябрь -ноябрь
13.	Проведение изучения личностного профиля обучающихся	Педагог-психолог	сентябрь

15.	Анкетирование первокурсников с целью выявления творческих способностей (Приложение 2)	Классные руководители	До 15.09
16.	Вовлечение обучающихся и студентов в систему дополнительного образования, общественную жизнь колледжа	Советник директора по воспитанию Педагог-организатор	Сентябрь
17.	День первокурсника: - Построение индивидуальных маршрутов, - Посвящение в студенты, - Презентация групп 1 курса.	Руководитель центра карьеры Педагог-организатор Классные руководители	4 неделя сентября
18.	Выбор внутригруппового проекта. Составление паспорта проекта.	Классные руководители Методист по УИД	до 15.09
19.	Реализация мероприятий группового проекта. Публикация информации на сайте, ВК	Классные руководители	В течение года
20.	Проведение входного тестирования по предметам. Определить степень сформированности у обучающихся и студентов общеучебных умений и навыков.	Заместитель директора по ООП, преподаватели.	Сентябрь
21.	Консультация обучающихся 1 курса по ведению листов достижений	Заместитель директора по ВР	Сентябрь
22.	Проведение мероприятий, способствующих выработке сознания у студентов на необходимость ведения здорового образа жизни. Организация здорового питание.	Классные руководители	В течение года
23.	Организация работы Совета профилактики.	Заместитель директора по ВР	В течение года (по плану)
24.	Организация работы Совета классных руководителей	Заместитель директора по ВР	В течение года (по плану)
25.	Индивидуальное консультирование родителей	Администрация Классные руководители	В течение года
26.	Посещение иногородних студентов,	Классные	В течение

28.	Профессиональная адаптация студентов – первокурсников. Проведение «Недель специальностей», посещение карьерных форумов и т.д.	Заведующий ИМЦ, руководитель ЦК, преподаватели	В течение года
29.	Тестирование студентов на выявление смысловых ориентаций (СЖО) (тест Д.А. Леонтьева, адаптирован Дж. Крамбо и Л. Махолика)	Педагог-психолог	Декабрь
30.	Организация работы консультативной помощи педагога-психолога	Педагог-психолог	В течение года
31.	Организация и проведение «Недели знакомства со специальностью: профильная смена»	Советник директора по воспитанию Руководитель центра карьеры	4 неделя октября
32.	Проведение тренинга адаптивности или личностного роста студентов 1 курса	Педагог-психолог	Октябрь – ноябрь
33	Тестирование студентов по выявлению уровня удовлетворенности результатами зимней сессии (Приложение 3)	Классные руководители	Январь
34	Опрос (анонимный) с целью определения уровня удовлетворенности эмоционально-психологической атмосферой в колледже (Приложение 4)	Заместитель директора по ВР	Май
35	Фестиваль проектов	Заместитель директора по ВР Методист по УИД	Май
36	Подведение итогов программы наставничества.	Советник директора по воспитанию	май
37	Участие групп 1 курса в Последнем звонке	Педагог-организатор	Май
38	Анкетирование кураторов по выявлению уровня сплоченности коллектива после реализации программы адаптации студентов (Приложение 5)	Заместитель директора по ВР Педагог-психолог	Июнь
39	Составление сводной ведомости по итогам диагностики социальной адаптивности обучения в колледже студентов-первокурсников	Заместитель директора по ВР Педагог-психолог	Июнь
40	Собрание классных руководителей по заместителю	Заместителю	Июнь

Приложение 1

Анкета для родителей первокурсников

ФИО ребенка	
Дата рождения	
Место фактического проживания/ с кем проживает по данному адресу?	
Наличие дополнительного образования	Музыкальная школа/художественная школа/спортивная школа/иное (вписать)
ФИО матери/дата рождения	
Место проживания	
Сотовый телефон	
Место работы, должность	
Образование (ВО, СПО, НПО)	
ФИО отца	
Место проживания	
Сотовый телефон	
Место работы, должность	
Образование (ВО, СПО, НПО)	
Жилищные условия (нужное подчеркнуть)	Собственная квартира/съемное жилье/частный дом/общежитие/иное (вписать)
Наличие у ребенка отдельной комнаты	Да/нет/ делит с братом(сестрой)
Наличие у семьи статуса (подтверждено документально)	Многодетная /малообеспеченная /полная/неполная Беженцы/переселенцы/мигранты ребенок под опекой
Наличие инвалидности у ребенка	Данные справки
Наличие родственников, имеющих статус «Участник СВО»	
Наличие инвалидов в семье (из числа ближайших родственников)	
Заболевания ребенка, о которых вы считаете нужным сообщить	
Какую сумму ваша семья планирует выделять ребенку ежедневно на обеды?	
Наличие у ребенка Персонального компьютера	
Какую помощь вы готовы оказать колледжу?	

Приложение 2

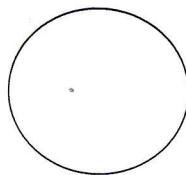
Анкета студентов – первокурсников для определения творческих интересов

Просим Вас принять участие в анкетировании, цель которого выявить ваши творческие и спортивные интересы. Выбранные Вами варианты ответов отметьте любым значком, а также подчеркните, где требуется, отдельные положения. На каждый вопрос может быть несколько ответов.

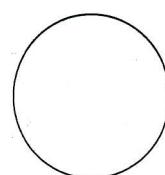
1. Назовите Вашу фамилию, имя _____;

2. Специальность _____;

3. **Каковы Ваши творческие и спортивные интересы?** Закрасьте кружок на тот процент, на который вы считаете себя творческим и спортивным. Рядом укажите направление творческих и спортивных интересов.



творчество



спорт

4. **В каких кружках/секциях Вы занимались (занимаетесь)?**

5. Есть ли у вас опыт организации вечеров, концертных номеров, подготовки и руководство командой?

6. Какое направление музыки вам больше нравится?

7. Расставьте в порядке приоритета, что вы предпочтете на досуге?

Чтение книги

Просмотр фильма

Посещение театра

Прогулка с друзьями

Компьютерные игры

Просто полежать с телефоном

Тренировка

8. Обучались ли Вы музыке?

а) да (укажите музыкальный инструмент) _____;
б) нет.

9. Занимались ли вы туризмом?

а) да

б) нет

в) нет, но хотела(а) бы

10. Занимались ли вы в военно-спортивных клубах?

а) да

б) нет

в) Нет, но хотел(а) бы

11 В каких ролях вы хотели бы себя видеть?

а) староста группы

б) волонтер

в) участник спортивной команды

- 3) участник театральной студии
- и) участник команды МедиаЦентра
- к) участник команды КВН
- л) участник танцевальной студии
- м) председатель Совета обучающихся
- н) командир отряда Движения Первых

Приложение 3

Анкета по итогам первой сессии студентов – первокурсников

Просим Вас ответить на наши вопросы. Выбранные Вами варианты ответов отметьте любым значком, а также подчеркните, где требуется, отдельные положения. На каждый вопрос может быть несколько ответов.

1. Ваша оценка прошедшей сессии:

- а) прошла очень трудно, результатами неудовлетворен;
- б) прошла трудно, но результатами доволен;
- в) прошла без напряжения, результаты хорошие;
- г) прошла легко, результаты низкие, преимущественно «уд»;
- д) не все экзамены сданы в сессию.

2. Какие обстоятельства, на Ваш взгляд, помешали добиться хороших результатов в прошедшей сессии:

- а) ничего не мешало, результаты соответствуют моему уровню;
- б) помешала болезнь, недомогание в самый неподходящий период;
- в) помешали семейные обстоятельства, сложные отношения с родителями, необходимость помогать семье материально (подчеркнуть);
- г) работал по собственной инициативе, из желания быть независимым, обеспеченным;
- д) просто не сумел организовать свой труд в учебе;
- е) много времени затратил на другие увлечения, на друзей, на отдых, на развлечения

3. Как Вы провели зимние каникулы:

- а) готовился к пересдаче, отдохнуть не удалось;
- б) работал (по необходимости, по собственному желанию);
- в) уезжал к родственникам;
- г) был дома, спал и гулял.

4. Ваше настроение в начале очередного семестра:

- а) готовы с удовольствием продолжить обучение;
- б) спокойное; уверены, что все будет в порядке на Вашем уровне;
- в) расстроены, ибо прошедшая сессия показала, что у Вас есть проблемы в обучении;
- г) подавлены, не уверены в том, что следующий семестр сложится благополучно;
- д) готовы принять решение о прекращении обучения, ибо затягивать такое положение еще на годы бессмысленно и мучительно.

5. Кого Вы видите своими помощниками в преодолении трудностей в учебе:

- а) надеетесь только на себя;
- б) надеетесь на родителей;
- в) товарищей по учебе;
- г) куратора группы;
- д) других лиц.

6. Ваши взаимоотношения с преподавателями:

- а) хорошие, взаимно доброжелательные;
- б) считаете, что преподаватель Вас не понимает;
- в) комплексуете в общении с отдельными преподавателями.

7. Назовите Ваших любимых преподавателей по итогам прошедшего

8. Кому из преподавателей Вы хотели бы выразить некоторое неудовольствие, замечания по ведению занятий, по приему зачетов и экзаменов, по отношению к студентам: _____

9. Вы сделали для себя предварительный вывод:

- а) вам нравится колледж, вы сделали правильный вывод и продолжите учебу.
 - б) при первой же возможности переведетесь в другой колледж.
 - в) возможно, совсем бросите учебу, так как учиться очень сложно.
 - г) другой вывод (сформулируйте) _____
-

Приложение 4

Опрос (анонимный) с целью определения уровня удовлетворенности эмоционально-психологической атмосферой в колледже

1. Оцените от 0 до 10:

- А) уровень сплоченности вашей группы
- Б) уровень приложенных вами усилий для завершения 1 курса
- В) объективность предъявляемых в колледже требований
- Г) качество проводимых мероприятий
- Д) уровень поддержки от специалистов и классных руководителей

2. Отметьте знаком, если в вашей группе имело место:

- А) буллинг
- Б) выделение любимчиков
- В) отказ классного руководителя в помощи
- Г) нарушение правил внутреннего распорядка
- Д) воровство
- Е) эпизодические конфликты

3. Что более всего вызывает в вас тревогу?

4. Что следовало бы изменить/исправить/улучшить в колледже, чтобы атмосфера стала более комфортной?

5. Какие меры воздействия позволяют студентам быть успешными в учебе и общественной деятельности?

6. Какие традиционные мероприятия вам наиболее всего запомнились?

7. продолжите фразу:

- моя группа всегда...
- моя группа никогда...

Приложение 5

**Анкетирование кураторов по выявлению уровня сплоченности коллектива
после реализации программы адаптации студентов**

1. Как Вы оцениваете студенческие отношения в группе?

№	Значения	знак ответа (+ или -)
1	сложился дружный коллектив	
2	выделились активные, но большинство пассивных	
3	все разделились на компании	
4	равнодушные, у многих интересы в не группы	
5	присутствуют конфликтные ситуации	

2. Что является мотивов для участия в общем деле для студентов ваше группы?
3. Какие традиции сложились в вашей группе?
4. С чем были связаны большие трудности при организации группой?