

## **Адаптация учащихся нового набора**

Итак, Вы поступили. Отзвучали поздравления, поменялись статусы, выложены фото и начались будни. Как же построить свою учебную деятельность, чтобы она проходила максимально эффективно? Вашему вниманию предлагается несколько простых советов по плановой адаптации.

### **Персоналии**

Составьте для себя своеобразный список «Кто есть кто». Запомните, или запишите ФИО тех педагогов, которые непосредственно с Вами работают. Довольно сложно бывает найти человека или даже просто объяснить, кто именно Вам нужен, если Вы не можете сказать, как его зовут и кто он по должности. Посмотрите на стенде с фотографиями, чтобы знать их в лицо. Выясните, каковы их функции и в каком конкретном случае лично Вы к ним сможете обратиться.

### **Локации**

Зафиксируйте в памяти или на носителе кабинеты, аудитории и корпуса, где проходят занятия и другие мероприятия. Полезно знать, где находятся кабинеты основных специалистов, которые могут Вам понадобиться. Спросите у товарищей, у куратора или просто устройте себе экскурсию по зданию колледжа.

### **Расписание и важная информация**

Вы должны чётко знать, где находятся основные информационные точки – расписание занятий, информационные стенды, текущие объявления, адрес сайта колледжа и другие ресурсы удалённого доступа, на которые следует периодически заглядывать. Помните: если информация обнародована, но Вы её пропустили из-за собственной невнимательности, это не является уважительной причиной не исполнения какой-то деятельности.

### **Куратор и педагоги**

Перефразируя известное высказывание, можем сказать: если педагог говорит Вам что-либо сделать – значит это зачем-то нужно. Помните – Вам не дают ненужных указаний. Кроме того, Ваши педагоги – это источник не только сугубо предметной информации, но и множества полезных сведений. Не ленитесь задавать вопросы - всегда лучше спросить и сделать правильно, чем постесняться задать вопрос и потом исправлять ошибку.

### **Обязанности и дисциплина**

Вы должны назубок знать «Правила внутреннего распорядка для учащихся». В этом документе отражены Ваши основные права и обязанности в качестве учащегося данного колледжа.

Выделим отдельно, что пунктуальность – это тоже Ваша обязанность. Опоздания мешают прежде всего Вам самим. Эти «лишние» пять минут оборачиваются для Вас упущенными материалом, замечаниями преподавателей, неудобством товарищей и, как следствие, отрицательными эмоциями. А зачем они Вам?

### **Общежитие и быт**

Истина, что все люди разные, вроде бы общеизвестна. Но каждый коллектив переоткрывает её для себя заново. Вы происходит из разных семей, со своими укладами и бытовыми традициями. У каждого из Вас индивидуальные особенности и привычки. То, что очевидно и привычно для Вас, совершенно может не быть таковым для Ваших соседей. Поэтому, дабы в Вашем доме-общежитии царил мир и покой, старайтесь договариваться между собой. Элементарное обсуждение правил проживания в Вашей комнате, принятие некого свода домашних законов значительно снизит количество конфликтов. Договоритесь, что у Вас в комнате можно, а что нельзя, как будут организованы ежедневные бытовые вопросы, например, побудка, организация питания, визитёры из других комнат, подготовка к занятиям – всё это можно решить цивилизованным путём и заранее.

### **И, напоследок, несколько советов по учебному процессу:**

- ✓ Чем усерднее Вы работаете на занятиях, тем меньше работы остаётся на дом.
- ✓ Носите с собой необходимые для учёбы вещи – канцелярию, запасные тетради, нужные учебники и пособия.
- ✓ Не откладывайте на потом. Это касается как подготовки к каждому конкретному занятию, так и сессии в целом. Помните, время летит очень быстро.
- ✓ Спокойно воспринимайте критику. Не забывайте, что критика – это анализ Вашей деятельности. Указанная Вам ошибка не есть унижение Вас как человека, а ресурс для личностного роста.
- ✓ Не ленитесь изучать материалы об эффективном обучении. Рациональный подход к процессу овладения материалом сбережёт Вам и время, и силы.
- ✓ И последнее. Помните, что учитесь Вы для себя. Поэтому именно Вы должны быть для себя самым строгим куратором на свете.

Если у Вас возникли трудности в адаптации или появились вопросы по материалу статьи, Вы можете обратиться к педагогу-психологу Барташевич Ирина Фёдоровна каб.209