

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ФЕОДОСИЙСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ РК
«Феодосийский политехнический
техникум»
_____ Н.Ю. Мишакина
«__» _____ 2015 г.

Методические рекомендации

**ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ
СО СТУДЕНТАМИ ПЕРВОГО КУРСА**

Разработчик:
заместитель директора по ВР
_____ К.С.Алексеева

Рассмотрена и одобрена на
методическом объединении
классных руководителей
Протокол №1 от 31.08.2015г.

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня главной целью образования становится формирование профессионально и социально компетентной личности, способной к творчеству и самоопределению в условиях меняющегося мира, обладающей развитым чувством ответственности и стремлением к созиданию.

Профессиональные знания, умения и навыки сами по себе являются лишь инструментом, способным принести обществу и человечеству в целом, как пользу, так и вред, в зависимости от того, каковы нравственные качества профессионала. В связи с этим возрастает роль классных руководителей учебных групп, особенно на первых и вторых курсах, в столь тонком деле как воспитание. Стили и формы работы преподавателей во многом зависят от их опыта, авторитета, характера. Но ясно одно: хороших результатов классный руководитель может добиться только при каждодневной, добросовестной работе, а также при индивидуальном подходе к каждому студенту.

Во-первых, надо помочь студенту адаптироваться в условиях нового для них студенческого быта. Опыт общения с первокурсниками показывает, что, в основном, вчерашние школьники не умеют пользоваться библиотекой (каталогами, справочно-библиографическими материалами и т.д.), не умеют записывать лекции, конспектировать литературу, готовиться к семинарам; многие из них не подготовлены жить в общежитии (совместно вести быт, распределять бюджет и т.д.).

Во-вторых, молодые люди не всегда могут правильно распределить время для учебы и других дел, не сразу могут сориентироваться в многогранной жизни техникума (кружках, секциях, движениях и т.д.).

В-третьих, нужно «сплотить» группу. Дружный коллектив – большая удача для самих обучающихся.

Традиционно деятельность классного руководителя учебной группы охватывает решение вопросов, связанных с учебным процессом в техникуме, внеучебной деятельностью студентов, их индивидуальными проблемами, межличностными отношениями в группе, включением

студента в социально значимую и общественную деятельность и, как результат, работа классного руководителя способствует обеспечению повышения качества образования. Успех этой работы в значительной степени обусловлен четким определением и выполнением функциональных обязанностей каждым из участников воспитательного процесса в техникуме: классными руководителями учебных групп, преподавателями-предметниками, воспитателем общежития, социальным педагогом, заведующими отделениями, заместителем директора по воспитательной работе.

Адаптация – универсальное явление в жизни человека и живых существ вообще, выражающееся в процессе приспособления к новым изменившимся условиям. Человек обладает возможностью активной адаптации – сознательного изменения поведения и выбора, смены и создания собственной активностью нужных себе условий. От успеха адаптации зависит успех жизнедеятельности человека в новых условиях. Адаптация тем труднее, и тем больше ее значение, чем больше различия между старыми и сменившимися их условиями. Существуют стадии адаптации:

- начальная стадия, когда индивид или группа осознают, как они должны вести себя в новой для них социальной среде, но еще не готовы признать и принять систему ценностей новой среды образовательного учреждения, и стремятся придерживаться прежней системы ценностей (обычно длится 7-15 дней);

- стадия терпимости, когда индивид, группа и новая среда проявляют взаимную терпимость к системам ценностей и образцам поведения друг друга (длится до 3 месяцев);

- аккомодация, т.е. признание и принятие индивидом основных элементов системы ценностей новой среды при одновременном признании некоторых ценностей индивида группы новой социокультурной средой (обычно длится до 6 -12 месяцев);

- ассимиляция, т.е. полное совпадение систем ценностей индивида, группы и среды (на протяжении 1-2 курса).

Выделяют три блока факторов, оказывающих влияние на адаптацию к обучению в образовательном учреждении:

- психологические;
- социологические;
- педагогические

Психологические факторы: индивидуально-личностные особенности, интеллект, направленность личности, ресурсный адаптационный потенциал, статус в группе.

Психолого-возрастные особенности студентов характеризуются эмоциональной незрелостью, открытостью, внушаемостью. Меняется самооценка: новая обстановка, новый режим, новые отношения, новая социальная роль, новый уровень отношений с родителями, иное отношение к себе. Идет переоценка ценностей: в связи с профессиональным самоопределением меняется иерархия ведущих потребностей, корректируются цели.

Социологические факторы: возраст обучающихся лиц, социальное положение, тип образовательного учреждения, которое они уже закончили.

Педагогические факторы: уровень педагогического мастерства, организация условий обучения, материально-техническая база и др.

Можно выделить разновидности социальной, психологической и педагогической адаптации обучающихся лиц:

- организационную адаптацию – изучение образовательного учреждения и организационной среды в нем, требований и норм, внутреннее принятие и соответствующее построение своего организационного поведения;

- деятельностную – определение ответственности, прав и действий на своем месте студента, обязанностей, требований, к качеству учебной деятельности.

- профессиональную – понимание характера профессии, места специальности в общей системе, также стремление овладеть профессией – возникновение мотивации;

- социально-психологическую – привыкание к студентам своей группы, налаживание деловых и личных отношений с ними, завоевание признания своей личности, самоутверждение в группе, налаживание отношений с преподавателями, администрацией;

- бытовую – привыкание к рабочему режиму жизни, повышенным психологическим и умственным нагрузкам, решению вопросов питания, досуга, в том числе нередко и жилищных, особенно если студент иногородний.

Психолого-педагогическая поддержка студентов в период адаптации

Процесс адаптации студентов к обучению многогранный. Работу необходимо проводить по разным направлениям:

- организационно-ознакомительное – предоставить информацию о структуре техникума, об общежитии, о секциях и кружках и т.п.;

- организационное – предполагает создание оптимальных условий для каждого первокурсника в учебной группе, проведение последовательной работы классного руководителя по постановлению сплоченного коллектива с определенными правилами взаимодействия, традициями;

- социально-практическое – эффективны встречи с успешными выпускниками техникума, научно-практические конференции;

- социально-правовое – предполагает знакомство со структурами, защищающими их интересы в техникуме;

- учебно-методические – знакомство с общей перспективой обучения, программами и направлением подготовки;

- социально-психологическое – исследование индивидуально-личностных особенностей студентов, изучение лидерского потенциала, выделение актива группы, развитие организаторских навыков, привлечение к активному участию в общественной работе, в органах самоуправления, в кружковой работе.

Особенности работы классного руководителя со студентами первого курса

Для первокурсника важной является проблема социально-психологической адаптации. Поэтому, целью воспитательной работы классного руководителя со студентами должно стать создание необходимых условий для успешной их адаптации. В соответствии с этим необходимо решать следующие задачи:

1. Изучение контингента и обеспечение самоанализа студентов своей группы, оказание им помощи при выявлении способностей и определение путей самореализации.
2. Выявление наиболее активных студентов для организации деятельности в группе.
3. Формирование в группе отношения к учебе как к ведущей деятельности.
4. Организация жизни группы посредством включения студентов в различные виды деятельности, обеспечивающие создание коллектива.
5. Обеспечение единства воспитательной работы в группе с воспитательным процессом техникума.
6. Контроль эффективности процесса адаптации студентов в своей группе.

Как помочь первокурснику

В период адаптации студенты остро нуждаются в поддержке. Оказать психологическую поддержку студенту, находящемуся в затруднительном положении, означает:

- снять беспокойство, успокоить для того, чтобы человек смог анализировать и правильно оценить сложившуюся ситуацию, но это возможно лишь после того, как он справится со своими переживаниями;
- доверительный разговор о проблемах студента. В ходе разговора недопустимо использовать запугивание и оскорбления, провоцирующие к большему намерению действовать деструктивным образом;
- не подавлять – ни силой, ни авторитетом, ни знаниями, ни умениями, ни возрастом. Нужно показать студенту, что классный руководитель вместе с ним, а не против него;

- ориентироваться на возможности студента;
- в отношениях со студентом, классный руководитель должен стараться не навредить ему;
- использовать критику только по отношению к действиям, способам выполнения задания, а не применять ее к личности. Сфера поведения, суждений, отношений – это личностная сфера;
- в ходе разговора педагог должен уметь снимать ощущение безысходности, используя для этого приемы планирования или побуждение к словесному оформлению и проговариванию планов предстоящих действий;
- при беседе классный руководитель должен показать, что он в состоянии помочь студенту.

От успешности адаптации студента к образовательной среде учреждения во многом зависят дальнейшая профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста.

Современные воспитательные технологии

Воспитательные технологии, которые рекомендуется использовать при работе классных руководителей со студентами, можно классифицировать по степени массовости, устойчивости, типичности, возможности конкретного результата.

Компоненты современных воспитательных технологий

Коллективное творческое дело (КТД) – это технология организации яркой, наполненной различными видами деятельности, творчеством, мечтой и радостью жизни. В данной технологии сочетаются формы, средства и способы действия и взаимодействия педагогов и студентов между собой и друг с другом. В основе КТД – два подхода: деятельностный и комплексный. Деятельностный подход указывает направленность воспитательного воздействия. Комплексный определяет характер его содержания. («Мы творим добро вместе», «Акции милосердия» и т.д.)

Игровая технология – применима для всех направлений воспитательной деятельности, в них развиваются интеллектуальные, моральные и волевые качества, эмоциональная сфера личности. Технология основана на деятельностном подходе. Характерной особенностью игровых технологий является замещение реальных условий или предметов на условные, возможность представления экономических и социальных институтов в миниатюре: «Давайте познакомимся!», «В библиотеке техникума», «Меняю сигарету на конфету», «Словарь вежливых слов», «А как бы Вы поступили в следующей ситуации?»

Технология «Тренинг общения» – создание у учащейся молодежи средствами групповой практической психологии различных аспектов позитивного коммуникативного опыта, опыта общения (опыта взаимоотношения и взаимопонимания, опыта обращения, опыта поведения в проблемных для студента ситуациях). С одной стороны тренинг общения стимулирует социальное развитие участников, создает условия для самопознания, способствует повышению уровня рефлексивности. С другой стороны, с его помощью происходит обучение поведенческим моделям.

Технология «Шоу-технология» – различные игровые мероприятия типа шоу взяты из популярных ранее и актуальных сегодня разнообразных передач. Общее – деление участников на выступающих «сцену», и зрителей «зал». Результаты для зала – опыт эмоционального реагирования в культурных формах. Для активных участников – опыт индивидуальной и совместной публичной соревновательности, возможности проявления и развития способностей. На этапе подготовки планирование и проектирование осуществляется классным руководителем и активом совместно.

Технология «Групповая проблемная работа» (диспуты, дискуссии, обсуждения ситуаций, разработка проектов) – это работа с вербальным (словесным) поведением студентов в проблемной ситуации. Действие классного руководителя начинается с создания или фиксации проблемной ситуации, а затем идет постановка задачи, организация поиска вариантов

ответов. Классному руководителю порой предстоит решать, как разжечь дискуссию, как поддержать и управлять разгоревшимся спором.

Частная технология «Кодекс группы» – направлена на выработку групповых норм относительно общения и поведения в группе.

Технология диалог «Классный руководитель – студент» – поводом для такого разговора может послужить не только желание пообщаться с симпатичным человеком, узнать его мнение, обменяться полезной информацией, но и нарушение дисциплины, снижение результатов учебной деятельности, несвойственный для студента внешний вид, поведение и многое другое.

Технология развития контакта «Педагог – студент девиантного поведения» – опыт доверительных отношений и опыт обсуждения своих проблем с взрослыми, возникновение общих дел преподаватель и студента, изменение позиции студента в его круге общения и др.

Технология моделирования – представляет собой построение аналогов определенных фрагментов для выработки правил и норм поведения студентов с учетом особенностей реального окружения и возможностей. Это одна из эффективных технологий воспитания без принуждения, которая материализует свободу и творчество студентов. Основные этапы технологии моделирования: выявление особенностей социума и природного окружения; определение перспективных направлений и форм воспитательной работы; подведение итогов и определение перспективы.

Технология проектирования – относится к современным инновационным технологиям, и предполагает целенаправленное проектирование новых методов, приемов, средств и форм воспитания, которые обеспечивают лично ориентированную, гуманистическую направленность процесса воспитания. Технология основана на деятельностном подходе. Данная технология предполагает детальную разработку воспитательной цели: проектирование оптимальных способов достижения заданных результатов при системном применении эффективных средств предъявления и переработки информации;

оперативную оценку и корректировку уровня воспитанности; реальную воспроизводимость ситуаций; оптимальность условий и средств обеспечения воспитательного процесса. Основные этапы: мотивация, диагностика, определение и самоопределение, разработка и реализация программ, рефлексия(анализ реализации).

Основные подходы к построению лично- ориентированной системы работы с группой

Основными принципами работы классного руководителя являются лично-ориентированный (индивидуальный) подход, уважение личности обучаемого, педагогическая поддержка в социальном развитии, содействие саморазвитию и самореализации, формирование их гражданской позиции, культуры ЗОЖ и т.д.

Для того чтобы эти принципы были реализованы от классного руководителя требуются исчерпывающие знания о составе своей группы – в социальном, материальном, интеллектуальном, духовном плане. (ознакомительная беседа). На каждом из курсов классный руководитель осуществляет определенные виды деятельности. Важно чтобы студенты действовали совместно с классными руководителями.

Основными направлениями работы являются:

1. Выявление психолого-социальных особенностей студенческой молодежи. Изучение личности студентов и коллектива группы.
2. Организация деятельности по выявлению лидера группы. Работа по организации коллектива группы. Развитие студенческого самоуправления.
3. Планирование деятельности студентов и работы классного руководителя.
4. Организация информационных, тематических классных часов и других мероприятий в группе.
5. Индивидуальная работа с отдельными категориями студентов(одаренными студентами, социально незащищенной категорией, студентами-инвалидами, студентами из многодетных семей и т.д.).

6. Работа во взаимодействии с социальным педагогом и воспитателем общежития.

7. Самоанализ деятельности классного руководителя.

Основные положения личностно - деятельностного подхода

1. Студенты должны быть включены в разнообразные виды деятельности.

2. Каждый студент имеет право того вида деятельности, который наиболее соответствует его склонностям.

3. Различные виды деятельности являются продуманной и четко спланированной системой, имеющей различные уровни сложности.

4. Позиция обучаемого меняется с пассивного объекта на активного участника образовательного процесса.

Результативность работы классного руководителя учебной группы

1. Изучить самые близкие потребности и интересы студентов, их личностные качества.

2. Организовывать увлекательные коллективные дела.

3. Наладить межличностные отношения(классный руководитель-студент, студент-студент, студент-преподаватель). Создание и поддержание благоприятного психологического климата в группе.

4. Стимулировать процесс самооценки студента, в результате которого он придет к умозаключениям:«Это я делать хочу и могу!»

5. Осуществление взаимодействия классного руководителя с родителями студентов.

Правила сотрудничества классного руководителя со студентами

1. Систематически познавайте студента.

2. Верьте в него.

3. Старайтесь понять его.

4. Будьте чутки к его духовному миру.

5. Уважайте человеческое достоинство студента.

6. Умейте слышать и слушать.
7. Будьте строгими и добрыми.

Принципы работы со студентами предусматривают:

- взаимодействие всех участников воспитательной системы;
- совместную деятельность группы, техникума, семьи, общества и административных органов;
- системность педагогического воздействия;
- оптимальное соединение коллективных форм педагогического воздействия

Три основных закона, которым подчинено поведение студентов

1-й закон:

- Студенты выбирают определенное поведение в определенных обстоятельствах

2-й закон:

- Любое поведение подчинено общей цели – чувствовать себя принадлежащим к жизни в социуме: ощущать свою самостоятельность в учебной деятельности; строить и поддерживать приемлемые отношения с преподавателями и одноклассниками; вносить свой особый вклад в жизнь группы и техникума.

3-й закон:

- Нарушая дисциплину, студент осознает, что ведет себя неправильно, но он может не осознать, что за этим нарушением стоит достижение одной из целей:

- лидерство;
- привлечь внимание;
- боязнь неудачи, боязнь оказаться в положении «изгоя» в группе;
- стремление избежать давления правил, норм, требований;
- заработать авторитет среди сверстников

Этапы деятельности куратора

- Диагностический этап
- Аналитический этап
- Планирование воспитательного процесса
- Организация коррекционно-воспитательной работы со студентами и родителями
- Анализ проделанной работы

Работа со студентами в группе

1-я задача:

- изучение возрастных и индивидуальных особенностей, сложившегося уровня мышления;
- осуществление индивидуального подхода в учебном процессе;
- формирование мотивации учения студентов, требующих особого педагогического внимания;
- формирование социально-нравственных качеств

2-я задача:

- организация и анализ учебного процесса

Формы работы:

- учет посещаемости;
- работа с журналами;
- организация помощи в учебе;
- проведение информационных и воспитательных классных часов;
- посещение общежития

3-я задача:

- развитие познавательных интересов обучающихся, активное участие в общественной жизни техникума (студенческий актив, волонтерская деятельность, культурно-массовая деятельность и др.);
- привлечение студентов к занятиям в кружках и секциях, учет их занятости;
- организация разнообразных мероприятий(экскурсии, проведение тренингов, интеллектуальных игр и др.)

**Технологии разрешения классным руководителем проблем,
возникающих в учебной группе**

Проблема	Алгоритм действия	Совместная работа
Низкая успеваемость по одному из предметов (по нескольким предметам)	- выяснение причины неуспеваемости; - координация совместной работы участников процесса по разрешению проблемы	Беседа с - преподавателем; - студентом; - старостой группы; - заведующим отделения; - социальным педагогом.
Низкая посещаемость занятий	- выяснение причины пропусков занятий; - контроль классным руководителем посещаемости занятий студентом; - информирование родителей студента.	Беседа со - старостой группы; - студентом; - заведующим отделением; - заместителем директора воспитательной работе.
Низкая академическая успеваемость по всем предметам	- выяснение причины неуспеваемости; - информирование родителей студента.	Беседа со - студентом; - старостой группы; - социальным педагогом; - заведующим отделения; - заместителем директора по учебной работе.
Конфликт в учебной группе (ситуативного характера)	- беседа со сторонами – участниками конфликта; - попытка примирения сторон, достижение компромисса.	Консультация у социального педагога и заведующего отделением
Систематические конфликты в учебной группе	- сбор информации о конфликте; - консультация у социального педагога; - проведение внеочередного классного часа с участием социального педагога.	Беседа со - старостой; - заместителем директора по воспитательной работе; - социальным педагогом (диагностика, консультации, классные часы, тренинги).
У студента- проблемы (конфликт) в общежитии	- посещение общежития; - сбор информации; - достижение компромисса.	Беседа с - воспитателем общежития; - участниками конфликта; - заместителем директора по воспитательной работе.
Совершение правонарушения студентом	- сбор информации; - информирование	Беседа со - студентом;

	родителей; - работа Совета по профилактике правонарушений	- социальным педагогом; - заведующим отделения; - заместителем директора по воспитательной работе.
--	--	--

Советы студентам-первокурсникам (материал для первых классных часов)

Улыбайтесь

В начале Вашего появления в новом коллективе о Вас формируется первое впечатление. Первое впечатление формируется быстро: от 10 до 40 секунд оказывает сильное влияние на все последующее отношение к Вам. Если первое впечатление благоприятно, то работать в коллективе будет легче. Если Вы напряжены и неприветливы, у коллектива сложится соответствующий образ

Не ведите себя высокомерно

Смена места, обстановки – это всегда стресс. С первых дней в новом коллективе человек (особенно, если он стеснителен и застенчив), чаще всего, склонен вести себя напряженно, избегать контактов, замыкаться в себе. Такое Ваше холодноватое отношение могут расценивать - как высокомерие. Поэтому, как бы ни было трудно в первые дни, старайтесь не «закрывать» от людей, контактируйте, обращайтесь за помощью и улыбайтесь

Проявляйте доброжелательность, терпимость, имейте чувство юмора

Старайтесь не обращать внимания на чью-то колкость, переводите все в шутку, улыбнитесь

Принимайте коллектив таким, каков он есть

Принимать людей такими, какие они есть, процесс очень сложный. Хочется, чтобы люди были такими, какими мы их хотим видеть. А они разные – каждый со своим опытом и багажом проблем, со своим характером и темпераментом. Не злитесь и не огорчайтесь, и не стремитесь переделать человека – это невозможно.

Учитесь терпимости, старайтесь понять окружающих вас людей

Учитесь трудолюбию и не ленитесь

Помните, Вы на виду у коллектива и его мнение о Вас может стоить Вам дорого или наоборот стать хорошим стартом для новых отношений.

Будьте готовы помогать другим

Если вы видите, что у Вашего одногруппника есть проблемы, а у Вас есть свободное время, не стесняйтесь, предложите ему помощь. Это всегда положительно оценят и Ваши сокурсники, и преподаватели

В сложных ситуациях не хитрите и, не изворачивайтесь

Помните, все тайное рано или поздно становится явным. Лучше вовремя сообщить об ошибке или сложившейся проблеме, чем со страхом ждать, что всераскроется и вас накажут

Не обсуждайте других

Следите за собой и своими словами. Помните, что неосторожно брошенным словом можно больно ранить

Если вы заметили, что в коллективе есть деление на отдельные группы, старайтесь не входить в них и общаться со всеми

Этим Вы сможете избежать многих неприятностей, ведь люди в коллективе, их позиции и мнения меняются.

10 ЗАПОВЕДЕЙ ПЕРВОКУРСНИКА (пример)

Если следовать некоторым простым правилам, то на начальном этапе обучения можно испытать меньше трудностей.

Правило 1

Не теряйся. В первые дни и даже недели учебы ты наверняка будешь чувствовать растерянность, а то и подавленность – все вокруг незнакомое, народу тьма, никому дотебя нет дела. Это неприятное, но совершенно нормальное состояние, связанное с адаптацией к новой обстановке, которое очень скоро пройдет. Но пока ты плохо ориентируешься в хитросплетениях коридоров и нумерации аудиторий, возьми себе за правило выходить из общежития минут на 15-20 раньше, чем того требует время надорогу в техникум. Во-первых, не опоздаешь на первую пару, а во-вторых, не будешь излишне нервничать.

Правило 2

В первые дни разведай, где находится административно-управленческий состав. Это поможет потом оперативно решать разные вопросы. Для первокурсников очень важно быть на хорошем счету у преподавателей. Это значит, что не только серьезно и ответственно относиться к учебным занятиям, выполнению заданий, но и быть корректным, честным, вежливым, излучать доброжелательность.

Правило 3

Расписание – это твоя настольная книга. В отличие от школы, в техникуме расписание может меняться, поэтому прослеживай замены. Правило 4

Не оттягивай посещение библиотеки. Заранее узнай, что нужно иметь при себе, чтобы тебя записали в библиотеку.

Правило 5

Впервые дни найди в своей группе близких по духу людей, способных поддержать и стать надежными партнерами. Запиши номера их телефонов, особенно телефон старосты группы. Не стесняйся звонить сокурсникам, чтобы уточнить расписание, срок сдачи рефератов и т.д.

Правило 6

Запасись достаточным количеством тетрадей. Тот, кто, не желая «таскать лишнюю тяжесть», пишет все конспекты в одну тетрадь, совершает большую ошибку: готовиться к экзаменам по таким записям будет невероятно трудно. На обратной стороне обложки запиши фамилию, имя и отчество преподавателя, читающего предмет.

Правило 7

Позаботься о том, чтобы в сумке всегда лежали 1-2 ручки – паста в них имеет обыкновение заканчиваться в самый неподходящий момент. На лекциях очень полезно иметь при себе ручку зеленого цвета, цветной маркер – с их помощью можно по ходу подчеркивать наиболее важные формулы и определения, ставить памятные знаки на полях, выделять новые термины.

Правило 8

Как можно быстрее научись конспектировать лекции. Это несложно, главное – разработать систему символов и понятных тебе сокращений. Все символы вместе с расшифровкой запиши на обратной стороне тетрадной обложки. Конспектируя, не экономь на бумаге. Оставляй в тетради поля для дополнительных заметок. Помни, что лекция не диктовка, поэтому не нужно записывать за лектором слово в слово. Записывай лекцию в виде тезисов.

Не расстраивайся, если у тебя не сразу будет получаться. Ведение конспекта – особая наука, требующая тренировки. Если чувствуешь, что безнадежно отстаешь, оставь в тетради свободное место – возможно, другие окажутся проворнее, и после лекции ты у них спишешь, заполнив эти пропуски. На всякий случай держи в сумке хотя бы одну чистую тетрадь.

Правило 9

Настройся на то, что подготовка к сессии начинается... с первого занятия. Перед очередной лекцией не ленись хотя бы бегло просмотреть конспект предыдущей. Если в материале ты что-то не понял, не стесняйся обратиться к преподавателю – лучше, если ты спросишь его сейчас, чем он потом – на экзамене. На семинарах не отсиживайся в уголке, а веди себя активно – выступай с дополнениями, уточнениями, задавай вопросы.

Правило 10

Веселись! Студенческая жизнь бывает один раз в жизни, и она неповторима! Не отказывайся от участия во внеклассных мероприятиях, проявляй инициативу – это даст возможность расширить круг знакомств.

Поэтому, когда будут проводиться вечера, конкурсы, соревнования, не ленись их посещать. Потом будет что вспомнить.

Студенту первого курса нужно помнить, что первое впечатление – самое стойкое. Поэтому в первые семестры учебы следует проявить себя с самой лучшей стороны, трудиться в поте лица, не отступать перед трудностями. Потом, возможно, расслабиться, но в первое время – ни в коем случае этого делать нельзя. Воспринимай негатив, если он есть, как

временное явление. Не замыкайся в себе и не оставайся наедине со своими проблемами. Обращайся к классному руководителю учебной группы, преподавателю, воспитателю общежития, где ты проживаешь.

Так же можно обратиться к социальному педагогу и получить квалифицированную помощь.

Подготовка к зачетам и экзаменам (информационный классный час)

Подготовка к зачетам и экзаменам должна вестись систематически в течение всего периода обучения. Психологи отмечают, что длительные перерывы в работе ведут к снижению работоспособности и ее продуктивности, а физиологически это объясняется уменьшением, а в последующем и стиранием следовых реакций в коре головного мозга.

Умственный труд, выполненный в сверхурочном порядке, притупляет быстроту реакции, и способность логически рассуждать на экзамене. Более того, регулярные занятия по ночам изнуряют нервную систему, подрывают здоровье, приводят к хроническому состоянию сонливости. Позднее вставание не компенсирует потери трудоспособности.

Поэтому при подготовке к зачетам и экзаменам разумно готовиться с утра, постепенно уменьшая нагрузку к концу дня и не допуская занятий ночью. При этом очень важно сохранять привычное время пробуждения и сна, часы приема пищи и пребывания на воздухе. Каждый рабочий период завершается активным отдыхом, включающим быструю ходьбу, пробежку, езду на велосипеде, легкие физические упражнения. Движение ускоряет обмен веществ, повышает жизненный тонус и быстро снижает усталость. Полезно ополаскивать холодной водой кожу лица, шеи, ступни ног. Это способствует лучшему усвоению учебного материала. Отрицательно влияют на продуктивность труда крепкий чай, кофе, различные фармакологические средства: после кратковременного положительного эффекта приводят к ослаблению функции коры

головного мозга. Готовиться к зачетам и экзаменам лучше всего в условиях полной тишины.

Подготовка к зачетам и экзаменам с первого дня пребывания дает возможность в зачетно-экзаменационный период систематизировать свои знания в соответствии с требованиями программы или предложенными преподавателем вопросами.

Целесообразно определить объем предстоящей работы, спланировать ее по дням и часам в соответствии со временем, отведенным на подготовку к зачету или экзамену.

Четкий режим дня исключает бессистемность, перегрузку, предупреждает преждевременную утомляемость, повышает эффективность умственного труда.

Качество усвоения знаний при подготовке к зачетам и экзаменам невозможно без внесения ясности в те вопросы, которые оказались недостаточно понятными. Возникшие вопросы следует выяснять на консультации у преподавателя. Предэкзаменационные консультации помогают устранить пробелы в знаниях, сконцентрировать внимание на трудных разделах курса.

Можно проконсультироваться и с товарищами по группе. Такую возможность, в частности, предоставляет совместная подготовка к зачетам и экзаменам. Преимущество совместной подготовки в том, что при повторении определенной темы, раздела можно выяснить уровень усвоения, понимания и внести по мере необходимости соответствующие коррективы.

Подготовка ответов по билетам и повторение по билетам непродуктивны. Билеты и контрольные вопросы не раскрывают логику науки, не дают системы знаний. Готовиться надо по строго продуманному графику, последовательно переходя от темы к теме, от раздела к разделу. Такая форма подготовки обеспечит полное и четкое знание изученного материала.

При подготовке к ответу на экзаменационные вопросы целесообразно внимательно продумать каждый вопрос и составить

подробный план ответа. Отвечать следует по существу вопроса, спокойно, последовательно и конкретно, без суеты и спешки. Особую убедительность придает ответам умелое применение теоретических положений к оценке и анализу современности, практики.