

**Министерство образования, науки и молодежной политики  
Краснодарского края  
Государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение Краснодарского края  
«Венцы-Заря сельскохозяйственный техникум»  
(ГБПОУ КК ВЗСТ)**

ПРИНЯТО

на заседании

педагогического совета

Протокол от «30» 08. 2024 год

№ 1



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК ВЗСТ

Шайгородский В.А.

Приказ от «23» 09. 2024 год № 280

№ 247

**ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ПЕРВОГО КУРСА К ОБУЧЕНИЮ В ТЕХНИКУМЕ**

п.Венцы  
2024 г.



## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Этапы реализации программы
3. Модель адаптации обучающихся и обучающихся нового набора
4. План мероприятий на период адаптации
5. Ожидаемые результаты

### 1. Пояснительная записка

Целью педагогического процесса в ГБПОУ КК «Венцы - Заря сельскохозяйственный техникум» является создание условий для формирования гармонично развитой личности, с мировоззренческими позициями и установками в отношении обучения и профессии, обеспечивающие способность и готовность выпускника к высоким личностным достижениям, достижениям для общества и государства. Именно поэтому для нашего педагогического коллектива огромное значение имеет процесс адаптации обучающихся в техникуме.

Адаптация — это процесс изменения характера связей, отношений обучающегося к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. Степень социальной адаптации первокурсника в техникуме 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.

Студенческая жизнь начинается с первого курса, поэтому успешная адаптация обучающихся нового набора к жизни и учебе в техникуме является залогом дальнейшего развития каждого обучающегося как человека, будущего специалиста. 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. Ведь профессиональная деятельность обучающихся после окончания техникума во многом зависит от уровня адаптации к новой образовательно-воспитательной среде. Таким образом, становится очевидной необходимость поиска путей активизации социально-психологических и педагогических условий, способных обеспечить процесс адаптации обучающихся нового набора. Этим и объясняется необходимость создания данной программы.

**Цель программы:** Целью воспитательной деятельности в ГБПОУ КК «Венцы - Заря сельскохозяйственный техникум» является формирование у обучающихся гражданственности, ответственности за свою профессиональную подготовку, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье, формирование человека физически и духовно развитого, адаптированного к современным условиям жизни, конкурентоспособного на рынке труда.

#### **Задачи программы:**

1. Формирование представлений о структуре учебного процесса, выбранной профессии или специальности, профессиональных компетенциях.
2. Развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе.
3. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе.
4. Формирование личности физически развитой, ведущей здоровый образ жизни, способной к физическому самосовершенствованию и развитию.
5. Развитие позитивной самооценки, творческих способностей обучающихся, способности к рефлексии.
6. Развитие навыков работы в команде, принятие решений, ответственности.
7. Предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой.

#### **Направления программы:**

1. Просветительское направление:  
-организационные мероприятия для классных руководителей групп, по воспитательной работе с



обучающимися и обучающимися первого курса;

-информирование преподавателей, классных руководителей групп о психологических особенностях первокурсников.

2. Диагностическое направление:

-изучение индивидуально - психологических особенностей обучающихся, их интересов, мотивов поступления в техникум, отношения к будущей профессии и специальности;

-мероприятия по исследованию уровня социально-психологической адаптации и выявление дезадаптации;

-определение профессиональных склонностей, исследование творческих способностей.

3. Профилактическое направление:

-мероприятия в форме классных часов, психологических игр, 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 и специальности;

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

4. Коррекционно - развивающее направление:

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

#### **Исполнители программы:**

Заместитель директора по УВР

Педагог - психолог

Социальный педагог

Методист

Классные руководители групп

Преподаватели

Медицинский работник

Руководители кружков и секций техникума



## 2. Этапы реализации программы

Работа по реализации программы рассчитана на первый год обучения студентов в техникуме и осуществляется в 3 этапа.

Сроки реализации	Задачи
I этап Сентябрь - октябрь	<ul style="list-style-type: none"><li>-Оценить соматический, психологический и социальный статус обучающихся и студентов нового набора, их информирование об условиях, организации и содержании учебной деятельности в техникуме.</li><li>- Оказать социально-психологическую поддержку входящих абитуриентов в новую образовательную среду.</li><li>-составить индивидуальные планы работы с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей.</li></ul>
II этап Ноябрь - декабрь	<ul style="list-style-type: none"><li>-Выявить основные проблемы адаптации обучающихся и студентов к новым образовательным условиям и указать пути их решения.</li><li>-Определить способы устранения имеющихся противоречий.</li><li>-Внести коррективы в организацию учебно-воспитательного процесса.</li></ul>
III этап Январь-июнь	<ul style="list-style-type: none"><li>-Использовать полученную информацию для проведения семинаров кураторов групп, индивидуальных и групповых консультаций педагогов с целью предотвращения проблемных ситуаций в образовательно-воспитательном процессе.</li><li>-Организовать коррекционно-просветительскую работу с обучающимися и студентами для формирования сплоченных студенческих коллективов и помощи дезадаптированным студентам.</li><li>-Проводить консультации и просвещение родителей обучающихся и студентов, не адаптировавшихся к учебе в новой среде.</li></ul>





### 3. Модель адаптации обучающихся нового набора

Задачи	Механизм решения задач	Ответственные
<p>1. Помочь обучающимся и студентам раскрыть своеобразие своей личности.</p> <p>2. Воспитывать потребность в самопознании и самооценке.</p> <p>3. Диагностировать состояние здоровья обучающихся и студентов, их индивидуальные особенности.</p>	<p>Психологическая адаптация</p> <p>1. Психодиагностика: анкеты, тесты; беседы, деловые игры.</p> <p>2. Знакомство с рациональными способами освоения различных предметов.</p> <p>3. Индивидуальная работа с обучающимися и студентами: - обсуждение индивидуальных трудностей; - выработка позитивного отношения к временным задачам.</p>	<p>Социально-психологическая служба</p> <p>Кураторы групп</p> <p>Преподаватели</p> <p>Преподаватель физического воспитания</p>
<p>1. Организовать регулярное изучение состояния социального-психологического климата в студенческих группах нового набора.</p> <p>2. Помочь раскрыть каждому студенту своеобразие и богатство своей личности.</p> <p>3. Способствовать сплочению коллектива, привлечение органов студенческого самоуправления к адаптации студентов нового набора.</p> <p>4. Поддерживать и развивать инициативы первокурсников.</p> <p>5. Способствовать адаптации обучающихся и студентов к жизни в общежитии.</p> <p>6. Создание положительного</p>	<p>Социальная адаптация</p> <p>1. Ознакомление обучающихся и студентов с молодежной политикой РФ.</p> <p>2. Знакомство с работой студенческого самоуправления.</p> <p>3. Включение в деятельность студенческого самоуправления техникума, выборы актива групп.</p> <p>4. Вовлечение обучающихся и студентов в систему дополнительного образования, общественную жизнь техникума, общежития.</p> <p>5. Групповые и общетехникумовские родительские собрания, индивидуальная работа с родителями.</p>	<p>Заместитель директора по УВР</p> <p>Социально-психологическая служба</p> <p>Кураторы групп</p> <p>Родители</p> <p>Студенческий совет</p> <p>Воспитатели</p> <p>Руководители кружков</p> <p>Комендант общежития</p>



<p>эмоционального фона для взаимопонимания с родителями.</p>	<p>Педагогическая адаптация</p>	
<p>1. Выявить уровень правовой культуры, познакомить с нормативно-правовыми документами образовательного учреждения.</p> <p>2. Провести вводный инструктаж по ТБ.</p> <p>3. Определить степень сформированности у обучающихся и студентов общеучебных умений и навыков.</p> <p>4. Выявить уровень адаптации обучающихся и студентов к учебной нагрузке.</p> <p>5. Взаимодействовать с преподавателями-предметниками с целью изучения особенностей адаптации к ним первокурсников и специфики адаптации каждого педагога к группе обучающихся и студентов нового набора.</p> <p>6. Обеспечить соблюдение оптимальных санитарно-гигиенических условий в образовательном учреждении и общежитиях.</p> <p>7. Способствовать выработке сознания у обучающихся и студентов на необходимость ведения здорового образа жизни.</p>	<p>1. Знакомство с Уставом образовательного учреждения, правилами внутреннего распорядка, правилами проживания в общежитии и др.</p> <p>2. Анкетирование, беседы, наблюдения, тесты, социологические опросы.</p> <p>3. Изучение расписания занятий, выявление степени занятости обучающихся и студентов во внеурочное время.</p> <p>4. Активизация процесса самоподготовки к занятиям.</p> <p>5. Проведение индивидуальных консультаций с родителями, групповых родительских собраний с родителями, групповых родительских собраний с родителями.</p> <p>6. Проверка качества выполнения ежедневных и генеральных уборок.</p> <p>7. Организация здорового питания.</p>	<p>Заместители директора по УВР, УР. Социально-психологическая служба Кураторы групп Преподаватели Медицинский работник Родители Студенческий совет</p>





Профессиональная адаптация	
1. Способствовать развитию профессионального самоопределения, формировать качества конкурентоспособного квалифицированного рабочего и специалиста.	1. Встреча с выпускниками. 2. Проведение мероприятий в рамках «Неделя специальности профессии». 3. Конкурсы профессионального мастерства. 4. Анкетирование, соцопросы, беседы.
	Заместители директора по УВР, УР. Социально-психологическая служба Курагоры групп Преподаватели Медицинский работник Родители

#### 4. План мероприятий

Содержание работы	Сроки	Ответственные
<b>Аналитико-диагностическое направление</b>		
1. Изучение личных дел обучающихся и студентов. 2. Составление социальных паспортов. 3. «Анкета для первокурсника» 4. «Адаптационная диагностика для обучающихся» 5. Составление индивидуальных планов работы с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей	Сентябрь	Социальный педагог Курагоры групп
1. Социологический опрос студентов первокурсников. 2. Анкетирование студентов по выявлению творческих интересов	Октябрь-ноябрь	Педагог-психолог Курагоры групп
1. Тестирование студентов по выявлению уровня удовлетворенности результатами зимней сессии	февраль	Педагог-психолог Курагоры групп
1. Итоговое исследование адаптации первокурсников в техникуме	Март апрель	Педагог-психолог Курагоры групп
<b>Организация воспитательной деятельности</b>		
Взаимодействие с педагогами-предметниками с целью изучения особенностей социально-психологической адаптации к специфике учебных предметов: <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализ объема домашнего задания;</li> <li>• изучение расписания занятий;</li> <li>• посещение уроков;</li> <li>• анализ среза контрольных работ.</li> </ul>	В течение года	Курагоры групп Заместители директора по УВР, УР Методист



Организация воспитательной работы		
	В течение года	Руководители кружков, спортивных секций Кураторы групп Заместитель директора по УВР
1. Вовлечение студентов в деятельность секций, кружков техникума. 2. Формирование и развитие духовно-нравственных ценностей. 3. Формирование правовых знаний первокурсников. 4. Воспитание гражданина, патриота своей Родины. 5. Формирование эстетических ценностей. 7. Привитие трудовых навыков. 8. Участие в общественной жизни техникума, спортивных эстафетах, турнирах по волейболу, баскетболу. 9. Собрание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей с представителем органов опеки и попечительства.	Взаимодействие с родителями	
1. Родительские собрания (групповые, общетехникумские). 2. Индивидуальные консультации. 3. Создание социальных групп в сети «Интернет» – родительских чатов	В течение года	Кураторы групп Зам. директора по УВР Социальный педагог

### 5. Ожидаемые результаты

1. Создание единой адаптационной среды.
2. Включение всех первокурсников в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации.
3. Осознание первокурсниками трудностей, связанных с первыми месяцами обучения, умение справляться с эмоциональными кризисами.
4. Осознание правильности сделанного профессионального выбора, умение «вжиться» и полюбить выбранную профессию.
5. Сохранность контингента.





\*12. Какими качествами на Ваш взгляд должен обладать современный студент?

№ п/п	Личные качества	Да	Нет	Затрудняюсь ответить
1	Профессиональная компетентность			
2	Коммуникабельность			
3	Дисциплинированность			
4	Патриотизм			
5	Рационализм			
6	Терпимость			
7	Жизнерадостность			
8	Уверенность			
9	Предприимчивость			
10	Порядочность			
11	Самокритичность			
12	Рискованность			
13	Трудолюбие			
14	Ответственность			

13. Данные о вашей семье:

Фамилия, имя, отчество, место работы и должность Ваших родителей:  
 матери \_\_\_\_\_  
 отца \_\_\_\_\_

14. В какой семье Вы проживаете:

- в полной;
- в неполной: с одним из родителей (Мама/Папа), бабушкой или бабушкой)  
(нужное подчеркнуть)

- уже имею свою семью
- имею ребенка

15. В вашей семье:

- вы единственный ребенок
- двое детей
- трое и больше детей

16. Вы проживаете:

- с родителями
- снимаете квартиру

(Адрес: \_\_\_\_\_)

*Большое спасибо!*

## Приложение 1

### АНКЕТА ПЕРВОКУРСНИКА Уважаемый студент!

Просим Вас ответить на вопросы предложенной анкеты.

Символом (\*) отмечены те вопросы, на которые можно давать несколько ответов.

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата рождения /день, месяц, год/ \_\_\_\_\_

Домашний адрес, телефон \_\_\_\_\_

Телефон родителей \_\_\_\_\_

Факультет, № группы \_\_\_\_\_

\*1. Вы выбрали «ГБПОУ КК ВЗСТ»:

- потому что здесь обучались родители, родственники
- по совету взрослых или друзей
- по рекламным материалам;
- потому, что мечтал поступить именно сюда
- из-за близости к дому
- из-за наличия военной кафедры
- Другое (что именно) \_\_\_\_\_

2. Что привлекло Вас в избранной Вами специальности (укажите наименование специальности): \_\_\_\_\_

- планирую работать по данной специальности
- выбрал случайно
- считаю ее одной из самых престижных
- на эту специальность было легче поступить
- считается одной из самых перспективных в будущем
- Другое (что именно) \_\_\_\_\_

\*3. В студенческой жизни Вас больше всего привлекает:

- возможность приобретения профессиональных знаний
- возможность расширения общего кругозора и эрудиции
- возможность развития творческих способностей
- возможность заниматься научной работой
- возможность заниматься общественной деятельностью
- возможность приобретения новых друзей
- Другое (что именно) \_\_\_\_\_

4. Вам более свойственно:

- всегда быть в центре большой компании
- не расставаться с одним – двумя лучшими друзьями



- постоянно поддерживать нейтральные отношения со студентами в учебной группе
- ни с кем не сближаться, соблюдать дистанцию в отношениях
- активно участвовать в общественных делах
- сосредоточиться только на выполнении учебных заданий
- другое (что именно) \_\_\_\_\_

\*5. Какими профессиональными навыками Вы обладаете (укажите в какой степени)

- водитель (категория) \_\_\_\_\_
- умение профессионально фотографировать
- владею компьютером - пользователь, программист, (подчеркнуть)
- другое (что именно) \_\_\_\_\_

\*6. Какими творческими и другими навыками Вы обладаете:

- обладаю вокальными данными
- умею рисовать
- обладаю актерскими навыками
- приходилось заниматься режиссурой тематических вечеров, праздников.
- умею играть на музыкальных инструментах (каких именно) \_\_\_\_\_

- умею аккомпанировать (укажите инструмент) \_\_\_\_\_
- имею хореографическую подготовку
- умею писать плакатным пером
- пишу стихи
- пишу заметки и статьи в газету
- имею опыт ведения праздничных программ
- хорошо пишу и читаю стихи
- имею высокие спортивные достижения (в каком виде спорта) \_\_\_\_\_
- другое (что именно) \_\_\_\_\_

\*7. Имеете ли вы опыт общественной деятельности:

- да, участвовал в работе общественной организации (укажите какой) \_\_\_\_\_
- да, принимал участие в подготовке мероприятий в школе в качестве организатора
- нет
- другое \_\_\_\_\_

\*8. В каких формах социально-ориентированной студенческой деятельности вы хотели бы принять участие (выберите из предложенных вариантов наиболее подходящие для себя):

- работа в органах студенческого самоуправления
- работа в составе студенческого отряда (нужное подчеркнуть):
- педагогический
- ветеринарный

- волонтерский
- участие в организации городских, районных, внутривузовских культурно-массовых и спортивных мероприятий различного профиля
- журналистская работа (технические и молодежные СМИ)
- участие в различных формах художественной самодельности (укажите какие) \_\_\_\_\_
- участие в работе молодежного научного общества
- участие в организации спортивных и туристических мероприятий
- другое (что именно) \_\_\_\_\_

\*9. Во внеучебной сфере студенческой жизни вы:

- смогли бы организовать деятельность небольшой группы людей
- выполнять работу самостоятельно, но под чьим-либо руководством
- предпочитаете исполнять разовые поручения
- другое (что именно) \_\_\_\_\_

\*10. По-вашему, годы обучения в техникуме пройдут для Вас с наибольшей пользой и интересом, если (нужное подчеркните):

- вы будете принимать участие в организации общеуниверситетских, факультетских, групповых мероприятий;
- вы будете принимать участие в работе творческих студий (вокальной, театральной, танцевальной, поэтической, художественной)
- вы будете принимать участие в организации спортивных мероприятий
- вы будете принимать участие в спортивных соревнованиях
- вы будете участником других форм деятельности (каких?) \_\_\_\_\_
- вы будете только зрителем или болельщиком
- другое \_\_\_\_\_

11. Что бы Вы хотели видеть в техникуме? (Чтобы Вы и другие студенты активно и с интересом участвовали в общественной жизни техникума)

Напишите, что для этого необходимо? Что вы готовы сделать для реализации?:

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



**Адаптационная диагностика  
для обучающихся  
Методика «Шкала тревожности».**

*( по принципу «Шкалы социально-ситуационной тревоги» Кондаша)*

Инструкция. Ниже перечислены ситуации, с которыми вы часто встречаетесь в жизни. Некоторые из них могут быть для вас неприятными, вызывать волнение, беспокойство, тревогу, страх.

Если ситуация совершенно не кажется вам неприятной, то поставьте — 0. Если она немного волнует, беспокоит — 1. Если ситуация достаточно неприятна и вы хотите избежать её, то поставьте — 2. Если ситуация неприятна, вызывает беспокойство, тревогу, страх — 3. А если ситуация крайне неприятна, вызывает очень сильный страх — 4. (проводится коллективно, целым классом).

Текст методики.

1. Отвечать у доски.
2. Пойти в дом к незнакомым людям.
3. Участвовать в конкурсах, соревнованиях, олимпиадах.
4. Разговаривать с директором техникума.
5. Думать о своём будущем.
6. Преподаватель смотрит по журналу, кого бы спросить.
7. Тебя критикуют, в чём-то упрекают.
8. На тебя смотрят, когда ты что-нибудь делаешь (наблюдают за тобой во время работы, решения задачи и т.п.)
9. Пишешь контрольную работу.
10. После контрольной преподаватель называет отметки.
11. На тебя не обращают ни какого внимания.
12. У тебя что-то не получается.
13. Ждёшь родителей с родительского собрания.
14. Тебе грозит неудача, провал.
15. Слышишь за своей спиной смех.
16. Сдаёшь в техникуме зачётную работу.
17. На тебя сердятся, но ты не знаешь почему.
18. Выступать перед большой аудиторией.
19. Тебе предстоит важное, решающее дело.
20. Не понимаешь объяснений преподавателя.
21. С тобой не соглашаются, противоречат тебе.
22. Сравниваешь себя с другими.
23. Проверяются твои способности.
24. На тебя смотрят как на маленького (-ую).
25. На уроке преподаватель неожиданно задает тебе вопрос.
26. Замолчали, когда ты подошёл, подошла.
27. Оценивается твоя работа.
28. Думаешь о своих делах.
29. Тебе надо принять для себя решение.
30. Не можешь справиться с домашним заданием.

