

**Приемы повышения адаптации первокурсников к обучению в
колледже по предмету «Естествознание»**

Аннотация: Помощь в комфортном переходе от статуса школьника к студенту при изучении «Естествознания», «Химии», «Экологии» и «Биологии» формирование здоровой атмосферы для развития адаптивных способностей обучающихся.

Ключевые слова: студенты, первокурсники, адаптация, познавательные способности, обучение.

Курс естественных наук преподается для первокурсников нашего колледжа. В основной массе студенты 1 курса – выпускники 9-ых классов общеобразовательных школ. Обучающиеся отличаются по уровню подготовки, выбранным специальностям. Среди студентов много иногородних. Колледж представлен двумя корпусами, расположенными в разных районах города, что представляет определенного рода сложности для городских первокурсников. Перечисленные выше особенности профессионально-технического обучения сказываются на успеваемости и посещаемости учащихся, особенно в первом семестре.

Фактически, первокурсник – старший подросток. «Подростковым» принято считать период развития детей от 11-12 до 15-16 лет. В понимании хронологических границ возраста в психологической литературе нет единства. Мощные сдвиги, происходящие во всех областях жизнедеятельности ребенка, делают этот возраст «переходным» от детства к взрослости. Данный возраст богат драматическими переживаниями, трудностями и кризисами. На психофизическом уровне подростки могут испытывать дискомфорт от: неустойчивости эмоциональной сферы, особенностей высшей нервной деятельности, высокого уровня

ситуативной тревожности». [Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. — Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. — 96 с.]

Не буду подробно останавливаться на проблеме акселерации, когда наблюдается диссонанс между физическим и психосоциальным развитием. Вскользь напомним о таком явлении, как регрессивное развитие, детерминированное рядом факторов. Все вышеназванные особенности поступивших в колледж, затрудняют их адаптивность.

«Адаптивность – врожденная и приобретенная способность к приспособлению ко всему многообразию жизни при любых условиях. Это уровень фактического приспособления человека, уровень его социального статуса и самоощущения – удовлетворенности или неудовлетворенности собой и своей жизнью». [Столяренко Л. Д Психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2010. — 592 с., с. 236-237].

Соответственно, адаптация «рассматривается как процесс вхождения человека в новую для него социальную ситуацию развития», пишет Т. А. Шилова [Шилова Т.А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении. Практическое пособие. - М.: Айрис Пресс, 2004 г., с.41]

Беспокойство, повышенная тревожность, неуспех в новом коллективе, накладывают отпечаток на отношение первокурсника к учебе. В целях развития адаптивной способности первокурсников в колледже проводятся «Дни здоровья» и «Посвящение в студенты» в течение первого учебного месяца. Мероприятия позволяют вновь поступившим ребятам проявить свои способности и влиться в новый коллектив.

В качестве преподавателя естественных наук, я стремлюсь к открытию способности каждого студента, помогаю им адаптироваться к требованиям

рабочей программы, закрепить и развить их познавательные способности, а также коммуникативные навыки.

Содействие адаптации учащихся к обучению в колледже способствуют:

- психологически комфортная атмосфера на уроках;
- создание условий преподавателем для творческого самовыражения студентов;
- поддержание адекватной самооценки студентов;
- формирование навыков конструктивного диалога;
- использование индивидуального подхода для формирования учебных умений и навыков и при выборе оценочных критериев.

В цикле преподавания естествознания, как и других предметов, отправной точкой считается входная контрольная работа. В течение первой пары я знакомлюсь с ребятами, используя упражнение «Снежный ком». Ребята в произвольном порядке рассаживаются за столы и таким образом образуют группы. Сначала представляюсь я, затем по группам идет представление каждого первокурсника, где называется не только официальные имя и фамилия, но и предпочтительное для человека имя – как следует его называть однокурсникам и преподавателю; каждый следующим участник после представления себя повторяет имя предыдущего. Таким образом, создается благоприятная атмосфера в группе, ведь имя для человека – стержень его личности, характеристика его внутреннего «Я».

Вводная лекция о предмете естествознания, его содержания и требованиях предваряет входную контрольную работу. Требования излагаются ясно и четко, при этом спрашивается мнение учащихся о доступности для них новшеств, предлагается дополнить теми, которые для них кажутся важными.

Первая контрольная работа выявляет уровень группы обучающихся в целом и определяет слабые-сильные стороны отдельных учащихся. Влияние на повышение самооценки студентов оказывает такое упражнение, как «Кто похвалит меня лучше всех...». Всем учащимся раздаются их работы, студенты должны найти свои достижения в проделанной работе и проговорить их вслух, а группа аплодирует им.

На основе результатов контрольной работы корректируется рабочая программа, ставятся задачи обучения, дифференцируются задания. Я предпочитаю рассаживать студентов по парам: сильный-слабый учащийся, выявляю лидера, который становится помощником преподавателя на лекциях и практических занятиях. В процессе зачетов неуверенные в своих знаниях ученики отвечают не преподавателю, а лидеру, первому получившему «зачет» у преподавателя.

Для снижения уровня тревожности и формирования уверенного поведения студентов я формулирую вопрос, на который все обучающиеся должны дать краткий письменный ответ в тетради, а затем по очереди подхожу к учащимся и выслушиваю ответ шепотом. В первую очередь стремлюсь опросить импульсивных ребят, для того, чтобы дать им реализовать потребность в вербальном взаимодействии. Рефлексивные учащиеся отличаются низким темпом мыслительной деятельности. Так формируются мои доверительные отношения со студентами.

Длительность занятий 1, 5 часа оказывает воздействие на утомляемость учащихся, снижение внимания и уровня запоминания. Я стараюсь модулировать голосом, уделяю внимание интонациям и темпу своей речи. В ходе лекции стремлюсь учитывать все типы восприятия учащихся и использую средства обучения, направленные на аудиалов, визуалов и кинестетиков. Отмечая различные виды памяти, готовлю соответствующую плакатную наглядность и мультимедиа.

Статистические данные свидетельствуют о проблемах физического здоровья у большинства студентов. Для разрядки внимания студентов, для повышения психологического комфорта и, конечно же, для сохранения здоровья, предлагаю ребятам пятиминутки физических упражнений. Здесь могут быть произвольные движения для разминки и дыхательные упражнения, а также задания, способные развить творческие способности учащихся. Например: 1) Сложите руки так, как вы ещё ни разу не складывали. А теперь сложите их ещё раз, как вы их никогда не складывали. И ещё раз так, как вы их никогда-никогда не складывали. 2) Похлопаем ладонями, круглыми ладонями, тыльной стороной ладоней. Чередуем хлопки по-разному сложенных ладоней.

Креативности мышления способствует работа в ЭКО-группах. Создаются творческие группы по 5-6 человек. Перед ним ставится задача – изобразить плакат и защитить свою идею перед остальными группами по темам, предложенным преподавателем. Данная работа направлена на повышение срабатываемости студентов, на формирование коллективного мышления.



Фото1. Группа 811



Фото 2. Группа 411

на занятиях по предмету «Экология»

После прохождения каждой темы учащимся предлагается составить вопросы для кроссворда. Разгадывать кроссворд будет другая группа. Такое мероприятие не только повышает самооценку студентов, но и формирует у них чувство ответственности. Все творческие работы находятся в открытом доступе, все используются для обучения. Самовыражения учащихся достигается также через подготовки презентации.

Конечно, в процессе групповых работ имеет место соревновательный мотив, но грамотный подход преподавателя дает понять, что здоровое соперничество на благо всем обучающимся. Примеры можно взять из мира животных. Иерархическая структура свойственна многим видам млекопитающих. Но лидерство не все особи способны проявить.

В то же время, готовясь к промежуточной ежемесячной аттестации, я учитываю способности и навыки своих студентов и за неделю до срока предлагаю им вопросы и задания, а также право выбора формы аттестации: тест или устные ответы. Используя знания зоологии, я напоминаю ребятам, что все насекомые прокладывают свою тропу там, где оптимально короткое расстояние от точки А к точке Б. Так и люди всегда будут стремиться к тому, чтобы сократить расстояние к цели.

Список использованной литературы:

1. Резвцов Д.Б. Моделирование социально-профессиональной деятельности учителя: дис. . канд. пед. наук. /Д. Б. Резвцов. — Ярославль, 2000. - 219 с.
2. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Гума-нит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. — Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. — 384с.

3. Столяренко Л. Д Психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2010. — 592 с.
4. Турмасова А. А., Юдеева Т. В. Особенности адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 2. – С. 461–465. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/46110.htm>.
5. Шамардина М.В. Система интенсивной адаптации студентов в системе ССУЗов // Мат-лы конф., Бийск, 2003. - Бийск, 2003. - С.23-25.
6. Шилова Т.А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении. Практическое пособие». М.: Айрис Пресс, 2004 г. – 171 с.