**Приложение 8**

**Цикл адаптационных классных часов для первокурсников**

**Занятие 1**

**ПЕРВЫЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ ОТ ТЕХНИКУМА**

Ход занятия

*1) «Ассоциации» (цель — актуализация представлений об обучении в техникуме).*

Каждый записывает на листочках свои ассоциации на слово «техникум» (анонимно). Листочки собираются, ведущий зачитывает ассоциации, обобщает их, делая выводы о том, какие изменения сопровождают поступление в техникум.

*2) Игра «Привет всем тем, кто…» (цель — работа на сплочение группы).*

Выбирается входящий. Он произносит фразу: «Привет всем тем, кто…», и заканчивает её с каким-либо признаком, который может объединять нескольких ребят в группе (например: «…кто родился летом»). Те, к кому этот признак имеет отношение, встают и отвечают хором: «Привет!». Выбирается следующий входящий, и игра продолжается.

Для лучшей организации входящие меняются по цепочке. Если называются только сугубо внешние признаки, ведущий классного часа может предложить вариант, касающийся личностных качеств, настроения и так далее.

*3) Анкетирование (цель—выявление особенностей процесса адаптации к техникуму).*

Студентам предлагаются бланки анкет. Работа выполняется индивидуально.

АНКЕТА

Уважаемые первокурсники!

Нам, вашим преподавателям и администрации техникума, важно узнать ваши первые впечатления от учёбы в техникуме. Ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов. Старайтесь отвечать искренне: здесь нет «хороших» и «плохих», «правильных» и «неправильных» ответов.

1. Почувствовали ли Вы, что возросла учебная нагрузка по сравнению со школьной?

-Да,

-нет

-трудно сказать.

2. Сколько времени в среднем Вы каждый день тратите на выполнение домашнего задания?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Как Вы считаете, с чем могут быть связаны пропуски учебных занятий первокурсниками?

-Слишком большая нагрузка,

-на уроках неинтересно,

-не все предметы нужны,

-в техникуме должно вводиться право свободного посещения занятий

-администрация должна жёстче следить за посещаемостью,

-другое; что именно? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Многие преподаватели говорят, что на занятиях у первокурсников возникают проблемы с дисциплиной. Так ли это?

-Да,

-нет

-не знаю.

5.Если проблема дисциплины действительно существует, чем по-Вашему мнению, она может быть вызвана?

- преподавателям и администрации нужно вести себя более требовательно,

- на занятиях неинтересно,

- за день в техникуме сильно устаёшь, поэтому трудно сидеть тихо на всех уроках,

- на занятиях слишком мало возможностей высказываться и выражать свою точку зрения,

- просто некоторые ребята не умеют себя вести и «заводят» всю группу,

- другое; что именно? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. У Вас сформировалась новая группа. Довольны ли Вы тем, как складываются в ней отношения?

-Да,

-скорее да, чем нет,

-трудно сказать,

-скорее нет, чем да,

-нет.

7. Как Вы думаете, чего не хватает Вашим одногруппникам?

8. Как Вы думаете, чего не хватает Вашим преподавателям?

9. Какую главную цель Вы можете поставить перед собой в этом учебном году?

10. Оправдались ли в целом Ваши ожидания относительно обучения в техникуме?

-Да,

-скорее да, чем нет,

-трудно сказать,

-скорее нет, чем да,

-нет.

— Большое спасибо!

*4) Обобщение (цель—ассимиляция опыта).*

Обсуждаются результаты занятия.

**Занятие 2**

**РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ**

Необходимые материалы: результаты анкетирования (по возможности, оформленные в виде диаграмм и таблиц).

*1) Слово ведущего (цель — информирование о результатах анкетирования)*

Ведущий рассказывает о результатах проведённого на прошлом занятии анкетирования, выделяя ключевые моменты, которые лягут в основу построения программы следующих занятий.

*2) Обсуждение результатов анкетирования (цель – создание условий для «личностного включения» обучающихся в работу).*

Студенты разбиваются на группы по 4-5 человек. В ходе совместного обсуждения каждой группе предлагается ответить на следующие вопросы:

- С чем из представленных результатов я согласен (согласна) и почему? С чем не согласен (не согласна)?

- Что меня удивило в результатах?

Время на работу ограничивается. Каждая группа готовит краткий «репортаж» о своём обсуждении. Репортажи представляются всей учебной группе.

Некоторым группам сложно самостоятельно организовать обсуждение в рамках заданной темы. В этом случае необходима помощь ведущего, который, временно присоединяясь к работе групп, способствует структурированию дискуссии.

*3) Обобщение (цель – ассимиляция опыта).*

Обсуждаются результаты занятия.

**Занятие 3**

**ЦЕЛИ ОБУЧЕНИЯ В ТЕХНИКУМЕ**

Необходимые материалы: листочки для «Незаконченного предложения», бумага для рисования, цветные карандаши, фломастеры.

**Ход занятия**

*1) «Незаконченное предложение» (цель — актуализация представлений о целях обучения в техникуме).*

Каждый студент по очереди предлагает свой вариант завершения предложения "Я пошёл (пошла) в техникум, потому что…". Ведущий обобщает высказывания, помогая отделить истинные личностно значимые цели («хочу получить хорошее образование») от внешних жизненных обстоятельств («…родители заставили»). После такого обсуждения ведущий просит студентов в письменном виде (анонимно) переформулировать свой вариант ответа в личностно значимую цель обучения в техникуме. Листочки собираются, перемешиваются и зачитываются ведущим. По окончании занятия каждый желающий может забрать свой листочек.

Важно поддерживать на занятии атмосферу психологической безопасности. Если группа не готова работать вслух, упражнение с самого начала можно проводить в письменной форме. Могут возникнуть трудности с переформулировкой цели. В этом случае необходима индивидуальная помощь ведущего.

*2) «Я после окончания техникума…» (цель — более глубокое осознание целей обучения в техникуме и условий, необходимых для достижения данной цели).*

Ведущий предлагает студентам подумать, какими бы они хотели стать к моменту окончания техникума. Каким будет этот человек? Как он выглядит, говорит, двигается, какими качествами обладает? Что знает, что умеет? Как живёт и как собирается жить дальше?

Студенты представляют этого человека во всех подробностях и рисуют его на листе бумаги. Им предлагается представить себя в этой роли и посмотреть на себя сегодняшнего глазами этого человека. Что этот человек хочет сказать сегодняшнему первокурснику, какое послание передать? Послание записывается на листе с рисунком. После этого задаётся следующий вопрос: «Как я сегодня должен себя вести что делать, как жить, чтобы стать таким человеком? Как техникум может мне в этом помочь?». Эти ответы также записываются. После окончания упражнения желающие делятся впечатлениями, зачитывают полученные «послания». Ребят предупреждают, что листочки понадобятся на следующем занятии (их можно оставить на хранение у ведущего).

*3) Обобщение (цель — ассимиляция опыта).*

Обсуждаются результаты занятия.

**Занятие 4**

**МОЁ ВРЕМЯ**

Необходимые материалы: бумага для записей, ватман, маркеры, скотч, записи с предыдущего занятия.

Ход занятия

*1) «Капитал времени» (цель — актуализация представлений о временных ресурсах).*

На доске проводится расчёт: сколько времени есть у каждого до окончания учебного года, обучения в техникуме? Учитывая, что в году 40 учебных недель и 12 недель каникул, а также зная, что в неделе 7 дней, каждый из которых включает в себя около 16 часов бодрствования, можно рассчитать капитал времени для учёбы и отдыха.

*2) «Круг времени», часть 1 (цель — осознание привычного способа распределения времени).*

Индивидуальная работа: каждый рисует круг, обозначающий сутки (24 часа). В этом круге, как на диаграмме, нужно обозначить временные затраты в течение привычного учебного дня (какую часть суток спишь, какую — учишься, общаешься с друзьями и так далее). Полученный круг надо сопоставить с целями, поставленными на прошлом классном часе. На что не хватает времени? В некоторых случаях предварительно можно составить на доске список типичных дел первокурсника

*3) «Поглотители времени» (цель — получение представлений о более эффективных способах распределения времени).*

Где найти недостающее время? Нужно выяснить, куда тратится неоправданно много минут, а может быть, и часов. Для этого в малых группах составляется список дел-поглотителей времени (болтовня по телефону, просмотр сериалов по привычке и так далее). Результаты обобщаются на ватмане, который оформляется нарисованными ребятами картинками и вывешивается в группе как напоминание.

*4) «Круг времени, часть 2» (цель — формулирование эффективных стратегий управления временем).*

Работа выполняется индивидуально по описанному выше алгоритму, однако за основу берётся вопрос о том, как строиться день для того, чтобы появились реальные возможности для достижения сформулированных ранее целей.

*5) Обобщение (цель — ассимиляция опыта).*

Обсуждаются результаты занятий.