

– разрабатывать методические тестовые материалы для формирования навыков самоконтроля и самооценки студента;

Учитывая социальный заказ государства и общества, нашедший отражение в нормативных документах в области образования, а также результаты проводимых исследований, полагаем, что при условии сотрудничества преподавателей-партнеров на основе выполнения единых требований можно выстроить образовательный процесс, в котором студенты будут готовы к усвоению профессиональных компетенций.

Работа выполнена в рамках Госзадания «Наука», проект № 3852

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Нигматов З.Г., Шакирова Л.Р. Теория и технологии обучения в высшей школе: Курс лекций / Под ред. З.Г. Нигматова./ Казанский федеральный университет – Казань 2012. – 357 с.
2. Сиванова О.В., Хмелёв С.С., Губанова Е.В., Орлов С.Б. Интеграция и дифференциация естественнонаучных знаний в условиях модернизации общего образования. Журнал «Педагогические науки» №5. 2002. – С. 88–91.
3. Выготский Л. С. Педагогическая психология / под ред. В. В. Давыдова. М.: Педагогика, 1996. – 345 с.
4. Давыдов В. В. Теория развивающего обучения. М., 1996. – С. 251–264.
5. Образцов П. И. Психолого-педагогические аспекты разработки и применения в вузе информационных технологий обучения. – Орловский государственный технический университет. – Орел, 2000. – 145 с.
6. Ерофеева Г. В., Склярова Е. А., Чернов И. П. Формирование компетенций выпускника технического университета с использованием проектно-организованного обучения. Вестник Томского государственного университета, 2009, Управление, вычислительная техника и информатика № 2(7).
7. Yankovskaya, A.E., Fuks, I.L., Dementyev, Y.N. (2013). Mixed Diagnostic Tests in Construction Technology of the Training and Testing Systems. International Journal of Engineering and Innovative Technology, 3(5), 169–174.

ЗНАЧЕНИЕ ТЕСТИРОВАНИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ В РАМКАХ ПРОГРАММЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

Г.С. Ерофеева, Е.П. Сенькив

Национальный исследовательский Томский политехнический университет, Россия, Томск

Общеизвестно, что одной из важнейших педагогических задач любого вуза является работа со студентами первого курса, направленная на более быструю и успешную их адаптацию к новой системе обучения, к новой системе социальных отношений, на освоение ими новой роли студентов. Первый курс

может стать точкой опоры для студента, а может привести к различным деформациям в поведении, общении и обучении. Именно на первом курсе формируется отношение молодого человека к учебе, к будущей профессиональной деятельности, продолжается "активный поиск себя". Даже отлично окончившие среднюю школу, на первом курсе не сразу обретают уверенность в своих силах. Первая неудача порой приводит к разочарованию, утрате перспектив, отчуждению, пассивности. От успешности адаптации зачастую зависит дальнейший ход профессиональной жизни человека [1]. На основе этого в нашем институте вышел приказ о назначении студентов-кураторов, среди студентов нашего института. Которые должны с психологической точки зрения подсказывать и направлять первокурсников на нужный путь; помогать психофизиологически адаптироваться к необычным и экстремальным условиям или факторам среды обитания и деятельности; наконец помощь социально или социально-психологической адаптации людей к переменам в данной социальной организации (семье, группе, стране) и к изменениям в их собственном положении в данной социальной организации (смена статуса, должности, позиции), а также к совершенно новой для них организации и социокультурной среде в целом, будь то учебное, исправительное или производственное учреждение, семья, город, страна и т.п. Признаками неуспешной адаптации являются снижение работоспособности, усталость, сонливость, головные боли, доминирование подавленного настроения, возрастание уровня тревожности, заторможенность или, напротив, гиперактивность, сопровождающаяся нарушениями дисциплины, систематическое невыполнение домашних заданий, пропуски занятий, отсутствие мотивации учебной деятельности. От того, как долго по времени происходит процесс адаптации, зависят текущие и предстоящие успехи студентов. Помимо освоения в новом коллективе, первокурснику предстоит знакомство с новыми преподавателями, а это процесс не из легких. Ведь к каждому преподавателю нужно найти свой подход, понять его стиль преподавания и отношение к студентам. В школе каждый учитель преподает свой предмет на протяжении многих лет и за этот период времени у него складываются свои индивидуальные отношения с каждым учеником, а в сфере высшего образования преобладает установка одинакового подхода ко всем студентам [2]. Контакт преподавателя со студентами бывает логический, психологический и нравственный. Логический контакт - это контакт мысли преподавателя и студентов. Психологический контакт заключается в сосредоточенности внимания студентов в восприятии и понимании ими указанного материала, а также во внутренней мыслительной и эмоциональной активности в ответ на действия преподавателя и поступающую от него информацию. Нравственный контакт обеспечивает сотрудничество преподавателя и студентов. При отсутствии этого контакта, например, в условиях конфликта, познавательный процесс либо затруднен, либо вовсе невозможен [2].

Со своей стороны, для знакомства ребят студенты-кураторы проводят тренинги. На первой недели прошли несколько тренингов под названием:

- **Социометрия**

Участники свободно разбредаются по комнате. Ведущий дает задание: "Найдите друг друга те, у кого одинаковый цвет глаз" (варианты: "Те у кого день рождения летом", "Те, в чьем имени 5 букв" и т.д.) Возможны другие варианты, когда участники объединяются в группы по месту проживания, знаку зодиака, любимому цвету и т.п.

- **Пересядьте те, кто...**

Стоящий в центре круга (для начала это ведущий) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает общим признаком. Например, я скажу: "Пересядьте все те, кто родился весной" – и все, кто родился весной, должны поменяться местами. При этом, тот, кто стоит в центре круга, должен постараться успеть занять одно из освободившихся мест, а кто останется в центре без места, продолжает игру.

- **Приветствие в парах**

Группа разбивается на пары, затем приветствуют друг друга. Затем по сигналу пары меняются. Один из партнеров в каждой паре переходит в следующую пару, по часовой стрелке, через одного и приветствие продолжается с новым партнером.

- **Визитка**

Группа разбиваются на пары, затем дается мин 5 за это время, каждый из пары должен по возможности рассказать о себе по максимуму. Далее выходит каждая пара и презентует друг друга, все что запомнили [3].

Данные тренинги приводят к улучшению знакомству и налаживанию атмосферы, что не мало важно на ранней стадии учения.

Далее проводили тренинги, такие как:

- **Рисунок на спине**

Группа становится круг «паровозиком», ведущий (куратор/студент-куратор) схематично изображает: море, солнце, птиц. Молча показывает любому участнику, он изображает пальцем на спине впереди стоящего, далее он изображает по своим ощущение, сто понял, на спине впереди стоящего человека и так по кругу. Последний озвучивает что получилось, ведущий показывает рисунок! [3]

А также проводились тренинги: «Снежный ком», «Телесный контакт», «Атомы и молекулы», «Звездочка, восьмерка, квадрат», «Доверие», «Групповой символ», «Факс»

Развитие коммуникативных навыков, ответственности, сплоченности внутри команды. Осознать, насколько важно настроиться на понимание другого человека, а также само желание понять другого. Демонстрация возможности адекватного обмена информацией без использования слов, развитие и навыков невербального общения.[3]

Необходимо отметить, что неумение организовать себя в условиях отсутствия ежедневной проверки знаний и систематического контроля

посещаемости в вузе является для первокурсников серьезной проблемой. Для этого существует тайм-менеджмент (управление временем, организация времени). Управление временем — это действие или процесс тренировки сознательного контроля над количеством времени, потраченного на конкретные виды деятельности, при котором специально увеличиваются эффективность и продуктивность. Управление временем может помочь рядом навыков, инструментов и методов, используемых при выполнении конкретных задач, проектов и целей. Этот набор включает в себя широкий спектр деятельности, а именно: планирование, распределение, постановку целей, делегирование, анализ временных затрат, мониторинг, организация, составление списков и расстановка приоритетов. Изначально управление приписывалось только бизнесу или трудовой деятельности, но со временем термин расширился, включив личную деятельность с таким же основанием.[4] На основе этого первому курсу были показаны презентации и видеоролики на данную тему, проведены тренинги такие как:

- **Поглотитель времени**

Нужно подумать и выписать все занятия, которые можно определить как «поглотители» времени. Посчитать, сколько времени они отняли у вас в течение недели? Кто больше всех отвлекал вас? Что мешало вам завершить начатое за один прием? Теперь, когда перед вами список основных «поглотителей» вашего времени, подумайте, какие меры вы можете предпринять для их устранения? Вам будет легче справиться с этим заданием, если вы определите причины, которые приводят к потере времени.

- **Коридор**

Из группы выбирается доброволец. Он озвучивает цель и говорит, что ему мешает достичь ее. Остальные участники выстраиваются в коридор. Каждому участнику дается роль определенного поглотителя времени. Задача добровольца пройти до конца живого коридора и «достичь цели», несмотря на отвлекающие факторы, а задача «поглотителей»-отвлечь внимание добровольца и не дать ему достичь своей цели, Отвлекать можно действиями, уговорами, аргументами и т.д.

Тренинг не обходим для устранения причин дефицита времени , правильная расстановка приоритетов [3].

Заключение

Студенческая жизнь начинается с первого курса, и поэтому успешная адаптация первокурсника к жизни и учебе в ВУЗе является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, будущего специалиста. Поступив в новое учебное заведение, молодой человек уже имеет некоторые сложившиеся установки, стереотипы, которые при начале обучения начинают изменяться, ломаться. Новая обстановка, новый коллектив, новые требования, оторванность от родителей, неумение распорядиться "свободой", денежными средствами, коммуникативные проблемы и многое другое приводят к возникновению психологических проблем, проблем в обучении, общении с сокурсниками, преподавателями.

Проходит немало времени, прежде чем студент приспособится к требованиям обучения в ВУЗе. Многими это достигается слишком большой ценой. Отсюда зачастую возникают существенные различия в деятельности, а особенно ее результатах, при обучении одного и того же человека в школе и в ВУЗе. Отсюда и низкая успеваемость на первом курсе, непонимание и, возможно, непринятие условий и требований ВУЗа.

Выводы

Итак, адаптироваться нужно:

- Во-первых, к учебному процессу, который во многом отличается от школьного. Между преподавателем и студентом возникает барьер из-за различия в методах обучения в школах и ВУЗах. Новая обстановка во многом обесценивает приобретенные в школе способы усвоения материала.
- Во-вторых, к новому коллективу. Определить "свое место под солнцем, завоевать авторитет и уважение однокурсников иногда любой ценой": одеждой (экстравагантной); неординарным поведением («взрослым»: сигарета, мат); смелостью «непослушания» и т.д.
- В-третьих, к новым условиям жизни: самостоятельной организации учебы, быта, свободного времени.
- В-четвертых, к новым отношениям с родителями, т.к. подросток становится постепенно независимой личностью.

Эти трудности различны по происхождению. Одни объективно неизбежны (освоение в новом коллективе, взаимоотношения с педагогами), другие носят субъективный характер и связаны со слабой подготовкой, дефектами воспитания в семье и школе. Если студент еще до поступления в ВУЗ твердо решил вопрос о выборе им профессии, осознал ее значение, ее положительные и отрицательные стороны, требования, которые она выдвигает, то обучение в ВУЗе будет целенаправленным и продуктивным, то адаптация будет осуществляться без особых затруднений.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Особенности адаптации студентов 1 курса к обучению в вузе, <http://uovr.istu.ru/curator/p-adaptation.html>.
2. Адаптация студентов к условиям обучения в ВУЗе, <http://www.dvimb.ru/stati/88-adaptatsiya-studentov-k-usloviyam-obucheniya-v-vuze.html>.
3. Методическое пособие «Сценарии тренингов» Ерофеева Г.С., Камалеева Е.Ф., Лиханова Д.С., Мевкус Е.Н., 2014г
4. Управление временем, <https://ru.wikipedia.org/wiki>.