



Уважаемые родители!

Ваш ребёнок теперь студент! Сейчас страхи и волнения позади, а впереди у вчерашнего абитуриента – новая и интересная *студенческая жизнь*.

Но расслабляться еще рано – именно первый курс обучения является наиболее трудным, когда студент остро нуждается в *семейной поддержке*. Это связано с тем, что в личности и характере первокурсника происходят серьезные изменения, он проходит период адаптации. С одной стороны он уже взрослый человек, а с другой, все-таки – вчерашний школьник. И эта двойственность статуса накладывает отпечаток на характер и на все поступки вашего ребенка. Известно, что успех студентов в обучении во многом зависит от того, насколько эффективным был адаптационный период в новых образовательных условиях.

Чтобы эффективно поддержать студента в сложный период, родителям необходимо понимать с какими трудностями он сталкивается. И поддержать их в период адаптации, ведь вашим первокурсникам предстоит:

- ✓ **Осознать** себя в новом качестве («Я – студент»);
- ✓ **Влиться** в новый студенческий коллектив;
- ✓ **Найти** общий язык с новыми преподавателями;
- ✓ **Разобраться** в новой ситуации обучения и привыкнуть к ней.

Как помочь первокурснику быть успешным в учебном процессе:

Первые полтора – два месяца, после начала учебного года нужно дать новоиспеченному студенту возможность самостоятельно выстроить свой учебный процесс. Он попал в новые условия, и требуется время, чтобы в них сориентироваться. Если спустя пару месяцев после начала учебного года первокурсник не проявил достаточно самостоятельности и ответственности, чтобы не погуливать занятия и вовремя к ним готовиться, то необходимо повлиять на ситуацию.

Вы можете объяснить ему, что учеба в профессиональном учебном заведении требует от студента гораздо больше самостоятельности, чем учеба в школе. Следует учитывать, что если в первый год профессионального обучения были запущены базовые дисциплины, то изучение других предметов на более старших курсах будет начинаться с непонимания.

Регулярно давайте возможность своему ребенку пробовать себя в роли преподавателя – учить Вас тому, чему он учится сам. Это отличный прием, который помогает в развитии учебной мотивации! Задавайте вопросы, вступайте в обсуждение. Рассказывая услышанный на лекции материал, человек более глубоко осмысливает его и лучше запоминает. Покажите своему ребенку, какой авторитет он приобрел в Ваших глазах, и он будет стремиться его поддерживать. Такие беседы способствуют формированию доверительных взаимоотношений между детьми и родителями.

По возможности создайте условия для полноценного обучения – исключите отвлекающие факторы.

Многие студенты пытаются совмещать работу и учёбу. Если заработок – это не насущная необходимость для вашей семьи, то обсудите с сыном или дочерью, стоит ли распылять свои силы? Выберите, что в итоге важнее для вас: диплом в перспективе или деньги сейчас.

Постарайтесь тактично поддерживать своих детей и ни в коем случае не бросать в этот сложный адаптационный период, возьмите себя в руки и не идите на поводу у своих отрицательных эмоций и ни в коем случае не скандальте, не злорадствуйте и не стройте планы, как его проучить, а поддержите и окажите помощь. Поверьте, что, несмотря на возможную агрессию и крики о том, что вас никто ни о чем не просил, в душе ваш ребенок будет вам очень благодарен и никогда не забудет протянутую ему руку помощи.

Поддерживайте постоянную связь с преподавателями, классным руководителем.

И помните, что первый год обучения – **самый важный**, т.к. именно в это время происходит формирование основных учебных навыков, закладка базовых знаний. Таким образом, на первом курсе Вашему ребенку нужно как можно больше сил и времени отдавать учебе, чтобы в последующем иметь возможность спокойно, безболезненно сочетать учебу с личной жизнью, досугом и другими сферами жизни.

А для того чтобы, процесс адаптации проходил менее болезненно, следует следить за тем, чтобы ваш ребенок:

- **Соблюдал** режим дня: лег спать не позднее 23 часов, необходим 8- часовой сон;
- **Правильно** организовал свой быт, с меньшими затратами времени;
- **Поддерживал** свое здоровье, соблюдал личную гигиену;
- **Учился** больше работать самостоятельно;