



Практичні рекомендації для успішної адаптації студентів-першокурсників

1. Вдосконалювати свої знання та намагатись досягти нових та корисних знань.
2. Брати активну участь у заходах, які проводяться в ЛКФК ЛТЕУ.
3. Концентрувати свою увагу на навчанні.
4. Бути оптимістом, вірити у свої можливості і пам'ятати, що Ви потрібні іншим людям.
5. Поважати думку оточуючих.
6. Стримувати негативні емоції.
7. Ввічливо та з розумінням ставитись до людей із особливими потребами.
8. Змістовно проводьте свій вільний час із іншими студентами, набувайте хороших друзів.
9. Співпрацювати з викладачами та студентами.
10. Бути цілеспрямованим, ставити перед собою чітку мету та досягати її.
11. Співпрацювати з групою та завжди підтримувати один одного.
12. Регулярно відвідувати заняття.
13. Не порушувати норм та правил поведінки.

Поради першокурсникам від старшокурсників

Порада 1

Не нервуйся. У перші дні й навіть тижні навчання, ти, напевно, будеш почувати розгубленість, а то й пригніченість – все навколо незнайоме, народу тьма, нікому до тебе немає діла. Це неприємний, але абсолютно нормальний стан, пов'язаний з адаптацією до нових обставин, що дуже скоро пройде.

Порада 2

Але поки ти погано орієнтуєшся в тонкощах коридорів і нумерації аудиторій, візьми собі за правило виходити з дому (або гуртожитку) хвилин на 10-15 раніше, ніж того вимагає час на дорогу до університету. По-перше, не запізнишся на першу пару, а по-друге, не будеш зайве нервувати.

Порада 3

Потрібних людей треба знати в обличчя. Тому в перші ж дні дізнайся, де знаходиться приймальня директора, заступника директора з навчальної роботи, кабінет керівника групи. Це допоможе потім оперативно вирішувати різні питання.

Порада 4

Розклад – це твій Путівник. На відміну від шкільного, розклад у коледжі може змінюватися, тому не лінуйся заглядати в нього.

Порада 5

Зареєструйся в електронній бібліотеці коледжу. Ви можете зручно використовувати електронну бібліотеку з будь-якого пристрою, будь-де. Інформація доступна за декілька кліків, що дозволяє ефективніше використовувати ваш час для навчання. Пам'ятайте, знання - скарбниця, і електронна бібліотека - ваш провідник до цього скарбу.

Порада 6

Поспішай завести знайомство з одногрупниками. Як правило, ці люди стають друзями на все життя. Запиши номери їх телефонів і адреси електронної пошти, особливо телефон старости групи. Не соромся дзвонити однокурсникам, щоб уточнити розклад, і т. д.

Порада 7

Для ефективного конспектування лекцій запасайся зошитами. Пиши кожную дисципліну в окремий зошит, не об'єднуй їх, це ускладнить підготовку до іспитів. На звороті обкладинки запиши прізвище, ім'я та по батькові викладача.

Порада 8

Якнайшвидше навчися конспектувати лекції, для цього необхідно розробити систему символів і зрозумілих тобі скорочень, конспектувати тезами та виділяти головне, залишай в зошиті поля для додаткових нотаток.

Якщо відчуваєш, що безнадійно відстаєш, залиш в зошиті вільне місце, – можливо, інші виявляться спритнішими, і після лекції ти в них перепишеш, заповнивши ці пропуски.

Порада 9

Налаштуйся на те, що підготовка до сесії починається ... із першого заняття. Перед лекцією не лінуйся хоча б переглянути конспект попередньої. Читати літературу теж треба починати відразу. На семінарах не відсиджуйся в куточку, а веди себе активно – виступай із доповненнями, уточненнями, запитуй. Спочатку ти працюєш на свою репутацію, а потім вона працює на тебе.

Порада 10

Радій! Студентське життя буває один раз в житті, і воно неповторне! У нас в коледжі проводяться всілякі масові заходи, не лінуйся їх відвідувати. Потім буде що згадати!

Щастя у навчанні та успіхів вам!