ГАПОУ АО «Архангельский медицинский колледж»

Памятка для родителей

Лучший способ сделать детей хорошими - это сделать их счастливыми.
Оскар Уайльд

Уважаемые родители!

Мы всегда рады приветствовать Вас в Архангельском медицинском колледже! Ваш ребенок является студентом одного из старейших учебных заведений Архангельской области, традиционно считающейся лучшей школой медицинских кадров среднего звена.

Позвольте предложить Вам информацию, которая поможет успешно адаптироваться Вашему ребенку к новым социально – педагогическим условиям.

Особенности юношеского возраста:

- Биологически это период завершения физического созревания.
- Это возраст самоопределения – период выбора всех сфер жизнедеятельности: профессии, жизненной позиции, ценностей, любимого человека (решается не только "кем быть", но и "каким быть", "с кем быть").
- Усиление интереса к себе и своей личности.
- Рост самостоятельности и самосознания.
- Повышение интереса к внутреннему миру другого человека, рост способности к сопереживанию.
- Важнейшее психологическое новообразование – умение строить жизненные планы, вырабатывать нравственные, эстетические, политические и др. идеалы.
- Юношеский максимализм.
- Ведущая деятельность – учебно-профессиональная.

К основным трудностям адаптации первокурсников можно отнести:

- Неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности;
- Отсутствие навыков самостоятельной учебной деятельности;
- Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
- Налаживание быта и самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие;
- Неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточную подготовку к ней;

К особенностям обучения в АМК относятся:

- Обучение студентов в основном с 8.15 до 15.45 (выходной – воскресенье), возможно обучение во вторую смену.
- Рейтинговая система контроля обучения (она предполагает систематический контроль за посещаемостью, успеваемостью, прилежанием и активностью студентов).
- Систематическая регулярная и напряженная работа студентов в течение всего периода обучения.
- Большое количество практических занятий на базе медицинских организаций г. Архангельска.
- Обязательное наличие сменной обуви на всех занятиях, дополнительно халата и шапочки – на практических занятиях.
- В рамках нашего учебного заведения разработана комплексная программа формирования здоровьесберегающего образовательного пространства, целью которой является создание благоприятной социокультурной и образовательной среды, способствующей разностороннему развитию личности, укреплению здоровья, пропаганде здорового образа жизни.
- В свободное время студенты могут посещать:

- Спортивные секции (баскетбол, волейбол, настольный теннис, лёгкая атлетика, тренажёрный зал)
- Гостиную рукоделия
- Студию художественного слова
- Участвовать в волонтерском движении
- Участвовать в работе студенческого Совета

С графиком работы можно ознакомиться в каб. 307 и на сайте колледжа.
http://www.arhmedcolledg.ru/

К кому можно обратиться по интересующим Вас вопросам:

Директор – Зинченко Наталья Николаевна, приемная, каб.210 тел. 68-30-52
Зам. директора по учебно-воспитательной работе – Березина Ирина Сергеевна, каб.203 тел. 68-04-34
Зав. отделом практического обучения – Фефилова Надежда Евгеньевна, каб.213 тел. 64-35-61
Зав. отделениями (каб.208, тел. 65-66-04) – Дожук Ирина Валерьевна (отделения «Сестринское дело» и «Лечебное дело»), Пиковская Галина Александровна (отделение «Фармация»)
Классные руководители (каб. 204 - преподавательская):
Шестакова Виктория Владимировна «Сестринское дело» группа 1-1
Черномаз Елена Николаевна «Сестринское дело» группа 1-2
Семёнова Анастасия Витальевна «Сестринское дело» группа 1-3
Федотова Анна Юрьевна «Лечебное дело» группа 1-4
Момотова Галина Алексеевна «Лечебное дело» группа 1-5
Валькова Татьяна Александровна «Лечебное дело» группа 1-6
Афанасьева Елена Павловна «Фармация» группа 1-7
Педагог-организатор – Семьина Татьяна Михайловна, каб.307
Педагог-психолог – Ерофеева Ольга Игоревна, общежитие, 2 этаж

Как правильно воспитывать детей, каждый решает сам, но, возможно, напомнить советы психологов будет нелишне.

- Принимайте ребенка таким, какой он есть, в его постоянном изменении.
- Не ждите, что ребенок будет таким как Вы, не стремитесь воплотить в нем свои мечты. Помогите ему стать собой.
- Не унижайте достоинства своей личности и личности ребенка.
- Не делайте замечаний при посторонних или, тем более, при его друзьях. Сдержитесь, выскажитесь наедине, пощадите его самолюбие.
- Дети – носители грядущей культуры; соизмеряйте свою культуру с культурой растущего поколения; воспитание – диалог культур.
- Не сравнивайте никого ни с кем, сравнивать можно результаты действий.
- Доверяй, но проверяй.
- Признавайте право на ошибку. Умейте признать свою ошибку.
- Защищая ребенка, учите его защищаться.
- Какие бы ни были у ребенка трудности, от Вас он должен услышать: «Мы вместе все сделаем» или «Мы вместе все проблемы решим». В родителях ребенок должен видеть самых близких, верных и лучших друзей.

Студент АМК за время обучения получает необходимое количество знаний по вопросам сохранения и укрепления здоровья, которые помогут ему не только реализовать себя в профессии, но и прожить собственную жизнь с высоким качеством.

Помните, только совместная работа педагогов и родителей создает базу для взаимного заинтересованного сотрудничества и способствует успешности обучения и воспитания.

Удачи Вам!

Памятка для родителей

Как помочь ребенку стать уверенным

Безусловная любовь. Дети должны чувствовать, что им не требуется специально делать что-то, чтобы заработать любовь. Очень полезно задавать себе вопрос: «Все ли я делаю для того, чтобы поступками моего ребенка двигала любовь, а не страх?».

Уважение индивидуальности. Важно объяснить ребенку, что каждый человек особенный, и он в том числе. Нужно научить его принимать себя таким, каков он есть, не считая себя лучше или хуже других. Важно также научить ребенка также уважать и чужую точку зрения, и право других на то, чтобы быть особенными.

Уникальность. Не сравнивайте своих детей с другими, особенно вслух. И тогда дети почувствуют, что кто-то верит в них, и сами поверят в свои силы.

Правильно подбирать слова. Многие взрослые имеют привычку в раздраженном состоянии говорить ребенку не самые приятные вещи о его способностях – это прямым образом влияет на его будущность, ведь говоря ему о нем самом, вы закладываете его представление о себе на всю жизнь. Иногда ободряющие слова, произнесенные в сложной ситуации, запоминаются надолго, и много позже, уже взрослым, он будет поддерживать себя, вспоминая вашу помощь. Если есть необходимость сделать замечания и выговор своему чаду, то делайте это наедине – без свидетелей, чтобы не ставить его в неловкое положение перед братьями и друзьями.

Позитивная атмосфера. В доме всегда должна быть комфортная психологическая атмосфера, в которой ребенок мог бы проявлять себя творчески, не стесняясь и не боясь негативной оценки.

Поддержка. Старайтесь поддержать его новые начинания, сочувствуйте неудачам. С пониманием относитесь к странным увлечениям, не смейтесь над ними и не подшучивайте. Дети очень чувствительны к критике со стороны взрослых, хотя внешне это не проявляется.

Уважение личного пространства. Важно оставить ребенку личное пространство для того, чтобы он мог самостоятельно заняться делами, не чувствуя постоянного контроля, тем более что становясь взрослым, он стремится несколько расширить свои личные границы, проявляя иногда недюжинное упрямство. Чтобы научить ребенка отстаивать собственное мнение, надо сперва этим мнением поинтересоваться. И обязательно давайте ему возможность говорить «нет» в ситуациях, в которых у него есть выбор.

Помощь советом. Поймите, что все проблемы подростка кажутся ему самыми глобальными в мире. Не говорите ребенку, который что-то рассказал вам о своих проблемах, что это пустяки. Внимательно выслушайте, если спросит совета – подскажите, пусть он с вашей помощью увидит все возможные пути решения и возможные последствия своих решений.

Всему своё время. Позволяйте ребенку расти в соответствии со своими физиологическими и личностными возможностями и способностями. Он не обязан абсолютно соответствовать образу, желаемому родителями. Часто ребенок, горячо любя своих родителей, сильно переживает, что не может быть таким, каким они хотят его видеть. И от этого результаты его деятельности ухудшаются.

Позвольте совершать ошибки. Не стоит слишком сильно оберегать ребенка от совершения ошибок. Важно помочь осмыслить тот позитивный опыт, который был получен. Ключевая фраза, которая здесь может помочь: «Поражение – прекрасная возможность научиться чему-то новому».

Рекомендации родителям по формированию здорового образа жизни у детей

1. Здоровье Вашего ребенка является важнейшей ценностью и наша общая задача – сохранить и укрепить его.
2. ПОМНИТЕ: пример родителей является определяющим при формировании привычек и образа жизни ребенка.
3. Не считайте своего ребенка слишком маленьким для того, чтобы употреблять алкоголь и наркотики: беду легче предотвратить, чем бороться с нею.
4. Не воспринимайте курение подростка как безвредную привычку: часто это приводит к употреблению более тяжких наркотиков.
5. Растущий организм ребенка нуждается в особой заботе, поэтому детям необходимо соблюдать режим труда и отдыха. Распределение суточного времени должно быть следующим: 8 часов - сон, 8 часов - учёба, 8 часов - личное время (отдых, приём пищи, развлечения, выполнение уроков).
6. Приучите Вашего ребенка самого заботиться о своем здоровье: выполнять гигиенические процедуры, проветривать помещение, подбирать одежду по погоде, соблюдать режим питания и т.д.
7. Контролируйте досуг Вашего ребенка: просмотр телепередач, встречи с друзьями, прогулки на свежем воздухе.
8. Традиции здорового питания в семье – залог сохранения здоровья ребенка.
9. В формировании ответственного отношения ребенка к своему здоровью используйте пример авторитетных для него людей: известных актеров, музыкантов, спортсменов, политиков.
10. Приобщайте ребёнка к разумной физической активности.