

Как быть успешным студентом в Колледже

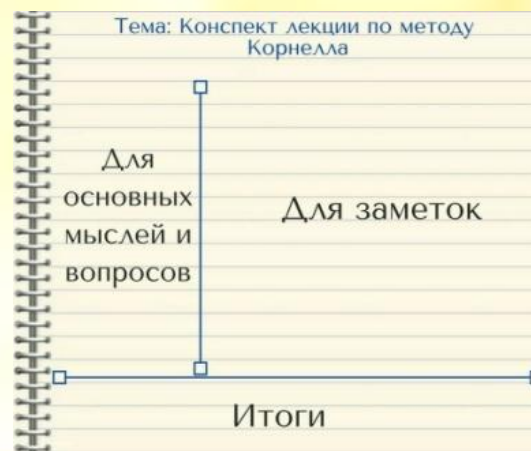


Учеба в колледже постоянно приносит вам новые впечатления и новый опыт, ведь у вас так много дел и так мало времени, чтобы все успеть! Чтобы время, проведенное в колледже, принесло вам максимум пользы, вам нужно будет преуспевать на занятиях, использовать возможность отличиться во внеучебных мероприятиях, а также успешно подготовиться к жизни после окончания колледжа. Учеба в колледже и институте — веселое и насыщенное время, полное переживаний, особенно если вы настроены на успех.

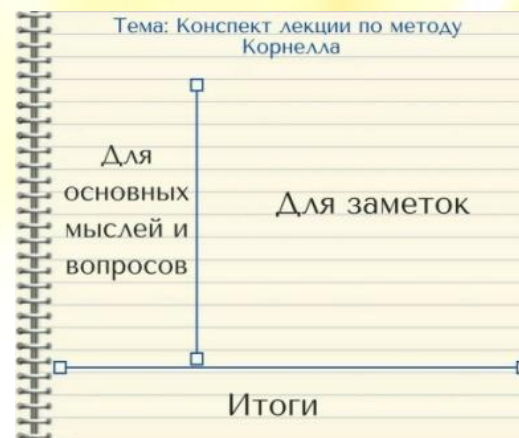


Часть 1. Будьте успешным и организованным студентом на лекциях и семинарах

1. Ходите на занятия. Не стоит гадать, сколько пар вы можете пропустить, чтобы волшебным образом все еще считаться успешным студентом. Каждая пропущенная пара — это пропущенный материал занятия и пропущенное обсуждение этого материала. Некоторые преподаватели учитывают присутствие на парах или уроках (в зависимости от того, как в вашем образовательном учреждении называются учебные занятия) при подсчете итоговой оценки. Тем не менее, даже если у вас есть занятия, на которых не требуется полная посещаемость, вы точно произведете хорошее впечатление на преподавателя, если будете посещать все его лекции и семинары. Пропускать пары разрешается только в том случае, если вы сильно заболели — настолько сильно, что не в состоянии усваивать материал лекции. Пропуская лекции, можно попасть в «чёрный список» преподавателя, что чревато особо пристальным вниманием на экзамене. Некоторые даже требуют показать конспекты пропущенных лекций. А прогулянные семинары, коллоквиумы, практические, лабораторные и контрольные отрабатывать придётся в 99% случаев. Если вам нужна дополнительная мотивация, попробуйте подсчитать, сколько денег вы потратили зря, пропустив семинар или лекцию. Для этого подсчитайте примерную стоимость одного учебного занятия. В среднем годовой курс обучения в учреждениях среднего профессионального образования стоит около 100–150 тысяч рублей (в зависимости от колледжа). Теперь возьмем 1 семестр, который длится 12–15 недель, допустим, каждую неделю у вас около 15 пар. Получается, что каждая пара обходится вам примерно в 500–700 рублей. Итак, прогуливая одну пару, вы выбрасываете на ветер 500–700 рублей, как вам такое?



2. Пишите конспекты. Ваша память не настолько хороша, как вы думаете. Скорее всего, пока вы на занятиях, ваш мозг занимает множество разных мыслей. Хорошие конспекты помогут вам оставаться в курсе обсуждаемого материала, а также будут очень полезны при подготовке к экзаменам. Для таких занятий, как история или биология, когда темы организованы совершенно ясно и упорядоченно, подойдет способ конспектирования по методу Корнелла— благодаря этому методу можно легко распределить информацию по степени важности. Метод Корнелла обеспечивает систематический формат для сокращения и организации конспектов. Эта система предназначена для учащихся старшей школы или колледжа. Существует несколько способов ведения конспектов, один из наиболее распространенных — это конспекты, состоящие из двух колонок. Студент делит страницу на две колонки: колонка для конспекта (обычно справа) занимает 2/3 страницы, слева 1/3 занимает колонка для вопросов и ключевых слов. Внизу страницы необходимо оставить пять-семь строк или около 5-6 сантиметров. Записи, сделанные во время лекции или работы с текстом пишутся в колонке справа; они обычно включают в себя основные идеи текста или лекции. Длинных предложений следует избегать; вместо них используются символы или сокращения. Чтобы было удобнее повторять пройденные материал в будущем, в левой колонке записываются вопросы по теме, ключевые слова или план. Также могут быть записаны вопросы, ответов на которые нет в тексте конспекта или учебника, но которые требуют более углубленного изучения темы.



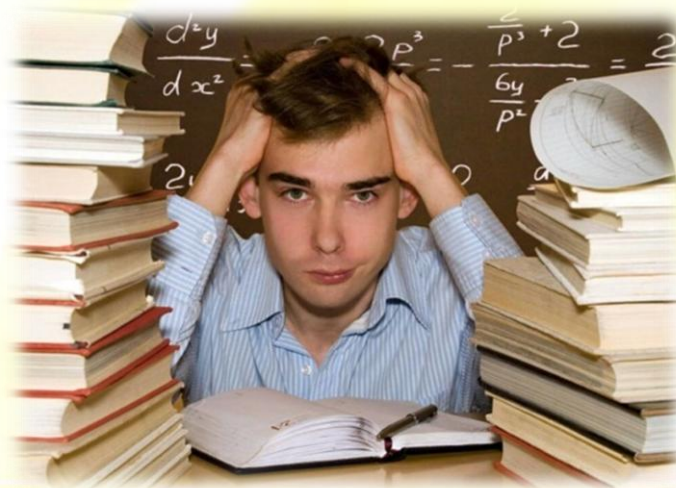
3. Участвуйте в ходе урока. Задавайте вопросы преподавателю, отвечайте, когда он задает вопросы аудитории, старайтесь участвовать в обсуждениях. Благодаря активному участию в занятиях вы сможете лучше усвоить учебный материал, а также это поможет вам понять, что преподаватель хочет от вас услышать, что именно вы должны знать. Старайтесь сидеть в первых рядах (хотя бы не в последних) — так вам будет легче внимательно следить за ходом занятия, кроме того, вы всегда будете на виду у преподавателя. Учеба в небольших группах, когда вы разбираете материал в команде с другими ребятами вашей группы, может быть очень полезна, но в то же время в таком режиме очень легко отвлечься. Поэтому постарайтесь найти такую группу студентов, в которой вы будете действительно прорабатывать материал, а не тратить большую часть времени на болтовню. Не зубрите! Чтобы быть успешным студентом, нужно не просто хорошо сдавать тесты. Вам важно также научиться применять полученную информацию в реальной жизни. Если вы просто вы зубрите материал, скорее всего, вы сможете запомнить достаточно информации для сдачи теста, но есть большая вероятность того, что через несколько дней вы забудете большую часть этой информации. Разумной инвестицией считается та, когда вы вкладываете сотни тысяч в образование, и важный учебный материал надолго откладывается в вашей памяти.



Старайтесь повторять материал с интервалом в несколько дней — это лучший способ убедиться в том, что вы хорошо усвоили материал. Например, вместо того, чтобы устраивать себе девятичасовой марафон, готовясь к тесту или экзамену, начните подготовку за несколько дней до этого теста или экзамена, чтобы можно было заниматься каждый день (на протяжении 3–4 дней) всего по 1,5–2 часа. Если у вас есть возможность планировать подготовку заранее, будет отличной идеей распределить подготовку на несколько недель.



4. Не теряйте времени зря. Никто из преподавателей еще не жаловался на то, что кто-то из их студентов закончил работу (проект или задание) раньше времени. Установите для себя время, в течение которого планируете закончить тот или иной проект — это поможет снизить уровень стресса, а также высока вероятность того, что вы сможете вовремя закончить остальные задания и проекты. В некоторых случаях вам может потребоваться провести полночи за учебой, чтобы вовремя закончить тот или иной проект. И такие случаи будут возникать очень часто, если вы будете прокрастинировать (склонность к постоянному откладыванию даже важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам) и тратить время зря. Благодаря выполнению проекта в срок вы сможете нормально высыпаться по ночам. Регулярно ставьте себе цели. Например, вашей целью может быть написание эссе (каждый день по 200 слов) или ежедневное решение математических задач (хотя бы по 6 задач в день). Эти небольшие задания не так уж сложно выполнить, кроме того, благодаря такому распределению дел уменьшится вероятность того, что вы начнете прокрастинировать и тратить время зря. Плюс ко всему, ваши достижения будут накапливаться и оказывать положительное влияние на учебу. Старайтесь не винить себя за промахи в работе над проектами. Внешняя мотивация (например: "Я должен это сделать, чтобы родители не злились на меня") не так сильна, как внутренняя мотивация (например: "Я хочу хорошо сдать этот экзамен, чтобы получить хорошие оценки и поступить в медицинский институт"). Ставьте перед собой позитивные цели и напоминайте себе о том, что ваши старания и труд помогут вам достичь их — все это поможет справиться с прокрастинацией.



6. Общайтесь со своим преподавателем. Ваши преподаватели хотят, чтобы вы преуспевали на их парах, поэтому не стесняйтесь задавать вопросы касательно изучаемого материала. У каждого преподавателя есть свободные от уроков часы, поэтому можете подойти к преподавателю, представиться, задать вопросы касательно материала и занятий, а также узнать свою успеваемость. Таким образом, преподаватель узнает вас получше, поймет ваши сильные и слабые стороны и сможет более конкретно прокомментировать вашу работу. В итоге вам будет легче улучшить свои результаты и оценки. Не забывайте про других сотрудников кафедры, которые также преподают. Большинство из них отлично осведомлены касательно своего предмета, поэтому успеваемость по некоторым предметам во многом зависит не только от преподавателя, но и от других сотрудников, которые время от времени его заменяют. Лучше всего как можно раньше начать общаться. Если ваш преподаватель впервые увидит и услышит вас вечером перед экзаменом или зачетом, вряд ли он воспримет вашу просьбу так же серьезно, как если бы вы подошли к нему чуть раньше, чтобы задать свои вопросы.



7. Будьте уверены в себе. В большинстве случаев успех студентов определяется их поведением на занятиях. Верьте в то, что сможете выучить материал и преуспеть, и вы действительно повысите шансы успеха. Не стоит думать о том, насколько трудно выучить тот или иной материал, лучше думайте о том, как преодолеть эти трудности. Если вы от природы очень скромный или очень тревожный человек, и вам тяжело выражать свое мнение на парах, напомните себе, что преподаватель хочет, чтобы вы смогли чему-то научиться. Обычно классы и аудитории — это вполне "безопасное место", где студенты могут спокойно выразить свою точку зрения, задать интересующие их вопросы и обсудить материал. Старайтесь не беспокоиться о том, что можете выглядеть или звучать глупо, когда будете задавать вопрос, — скорее всего, у кого-то из ваших одногруппников тоже есть похожий вопрос, но они слишком боятся его задать. У вас есть шанс стать первопроходцем!



ЧАСТЬ 2. Наслаждайтесь общественными мероприятиями.

1. Вступите в какой-нибудь кружок или команду. Вы не всегда сможете изучать интересный вам материал в классе. Найдите группы, дополнительные занятия и мероприятия, которые вам интересны, в которых есть шанс заняться практической и научной работой. Кроме того, такие мероприятия и организации — отличная возможность познакомиться и подружиться с новыми людьми!



2. Посещайте мероприятия на территории колледжа. В колледжах и институтах часто проводятся разные культурные, образовательные и спортивные мероприятия, которые могут быть полезны и интересны студентам. Воспользуйтесь этим и обязательно примите участие в культурной и развлекательной программе своего колледжа или института, ведь есть вероятность того, что вам больше не представится такой возможности!



3. Правильно организуйте свое время. В отличие от средней школы, в колледже и институте никто не будет бегать за вами, требуя, чтобы вы внимательнее отнеслись к своей успеваемости — вам придется самим контролировать себя. Все события и задания нужно расставить в порядке их приоритетности и временных рамок их выполнения — такой принцип поможет вам достигнуть конечной цели. Помните, что в ваше расписание на каждый день должна входить не только академическая учебная программа! Выделите время для других занятий и мероприятий, а также для своих увлечений и интересов. Наверняка вы столкнетесь с тем, что в какой-то момент ваш график окажется слишком забитым и перегруженным разными учебными занятиями, подработкой, социальными мероприятиями и личными увлечениями. Чтобы научиться рационально организовывать свое время, нужно уметь иногда ограничивать (или вычеркивать из расписания) те или иные дела.



4. Найдите друзей. Исследования показывают, что быть первокурсником чрезвычайно тяжело. Это может даже повлиять на ваше психологическое здоровье. Один из лучших способов убедиться в том, что в колледже вам удалось добиться успеха, — подружиться с разными людьми и начать развлекаться и проводить с ними время. Кроме того, полезные связи во время учебы в колледже могут сослужить вам хорошую службу в будущем. Конечно, это не значит, что каждую ночь вам нужно развлекаться и тусоваться с друзьями, прогуливая пары и игнорируя домашние задания. Старайтесь соблюдать баланс. Также можно попробовать привлечь своих друзей к разным мероприятиям, которые проводятся колледжем или институтом (например, к участию в дебатах или спортивных играх).



5. Решите, хотите ли вы (и когда) участвовать в студенческой жизни. Во многих колледжах, институтах и университетах очень интересная и насыщенная студенческая жизнь. Суть в том, что студенты объединяются в сообщества и группы — это важный опыт в жизни каждого студента. Активное участие в студенческой жизни дает определенные преимущества, такие как общение, социализация и поддержание полезных связей. Помимо преимуществ участие в студенческой жизни накладывает на студентов некоторые обязательства. Особенно тяжело это может быть в первый год, когда у вас и так слишком много новых обязанностей. Некоторые эксперты в этой области рекомендуют подождать второго учебного года и уже тогда вступить в студенческое сообщество и активно заниматься разными мероприятиями, ведь у вас уже будет академическая база.



Часть 3. Подготовьтесь к выпуску

1. Ответственно подойдите к подготовке к выпускным экзаменам, а также определитесь с теми предметами, которые вам нужно "подтянуть". Подумайте, какие предметы вам особенно интересны, которые вы с удовольствием хотели бы изучить более подробно, а также подумайте о том, по каким предметам стоит наверстать упущенное, чтобы успешно сдать экзамены. Выбор предметов для дополнительного самостоятельного изучения зависит также и от того, планируете ли вы после окончания колледжа продолжить учебу для получения высшего образования. Вы не обязаны сразу же делать выбор в пользу дальнейшей учебы. Если вы еще не совсем уверены в том, что хотите работать в определенной области, нет никакой необходимости сразу же делать выбор. После выпуска из колледжа попробуйте себя в выбранной специализации и лучше узнайте ту сферу, в которой собираетесь работать.



2. Отслеживайте свой прогресс. Вы же хотите выпуститься вовремя и без проблем, поэтому нужно следить за тем, чтобы были соблюдены все требования вашего учебного учреждения. Для этого у вас должна быть определенная посещаемость, определенное количество часов по каждой дисциплине, а также достаточно высокие баллы. Следует также обратить внимание на такие предметы, как физическая культура. В большинстве колледжей есть программы для отслеживания учебного прогресса и успеваемости каждого студента. Обычно такую программу (или просто раздел успеваемости) можно найти в интернете на сайте колледжа или института.

Как отслеживать свои результаты?

Инструмент “Колесо жизни”

Задача: выделить ключевые сферы жизни и оценить свой успех в каждой из них



Правило № 8:
Делайте его один раз в несколько месяцев и отслеживайте, насколько вы продвинулись в каждой сфере



3. Не гонитесь за легкой оценкой "отлично". Учеба в колледже и институте достаточно сложна, так что будьте готовы к неудачам и провалам (как минимум к тому, что в некоторых случаях вам не удастся преуспеть так же, как в школе). Помните, что после окончания колледжа ваша жизнь будет зависеть вовсе не от оценок и баллов, а от того, как вы сумеете справляться со стрессом и разочарованием.



5. Найдите место для практики, стажировки и работы. Если есть такая возможность, найдите такое место практики, где вы сможете применить в работе то, чему вы обучались в колледже. Это отличная возможность приобрести ценный профессиональный опыт. На рынке труда в ИТ-отрасли все ещё чувствуется «кадровый голод», и потому найти компанию, где можно пройти практику студенту-программисту не очень сложно. Стоит обратить внимание на крупные и средние фирмы: именно они заинтересованы в работе со студентами, т. к. часто расширяются и набирают персонал. Во многих ИТ-компаниях есть специальные учебные центры по программированию, где студенты могут выполнять реальные проекты параллельно с основной командой разработчиков.



ИСТОЧНИКИ:

- 1.ru.wikihow.com-как быть успешным студентом в колледж
- 2.ru.wikipedia.org-Метод Корнелла
- 3.LikeProekt.ru-Колесо жизни. Методика анализа и планирования

