**Вітаємо Вас, першокурсники!**

Заклад вищої освіти дещо відрізняється від школи, тому не завжди легко вписатися в нове студентське життя, а саме пройти шлях адаптації до першого року навчання.

Тому пропонуємо наступні рекомендації:

Порада 1. У перші тижні навчання ти, напевно, будеш почувати розгубленість, так як все навколо незнайоме. Поки що не впевнено орієнтуєшся в нумерації аудиторій. Це неприємний, але абсолютно нормальний стан, пов'язаний з адаптацією до нових обставин, дуже скоро пройде. Тому візьми собі за правило виходити з дому (або гуртожитку) хвилин на 10-15 раніше, ніж того вимагає час на дорогу до корпусу університету.

Порада 2. У перші ж дні дізнайся, де знаходиться деканат факультету, бухгалтерія, студентський клуб тощо. Це допоможе потім оперативно вирішувати різні питання.

Порада 3. Налаштуйся на новий ритм навчання. Запам'ятай, що тижні бувають парними і непарними. Уроки по 45 хвилин і довгі перерви залишилися в минулому. Тепер доведеться сидіти на парах, а перерви вистачить тільки на те, щоб перебігти з аудиторії в аудиторію. З іншого боку, є і плюси: можливо, в розкладі будуть дні, коли можна приходити на другу або навіть на третю пару. Цінуй «вікна»: сходи в їдальню, подихай свіжим повітрям, або почитай.

Порада 4. Знайомся, знаходь друзів. Запиши номери їх телефонів і адреси електронної пошти, особливо телефон старости групи. Завжди будеш мати, кому зателефонувати, написати в месенджер, щоб уточнити розклад або завдання на семінар, термін здачі контрольних тощо.

Порада 5. Не відтягуй з відвідуванням університетської бібліотеки. Частину матеріалів ти знайдеш в інтернеті (дякувати сучасним технологіям!), але багато ще не потрапило у всесвітню павутину. Заздалегідь дізнайся, що потрібно мати при собі, щоб тебе записали в бібліотеку.

Порада 6. Викладайся на всі сто, принаймні, перші дві сесії. Потім буде легше. В студентському середовищі є прислів'я про те, як залікова книжка, на яку відразу потрібно починати працювати, після, попрацює на тебе. Пояснюється це твердження досить просто: на думку досвідчених людей, на старших курсах отримати позитивну оцінку набагато простіше, якщо з самого початку старанно займався і вже «прикрасив» свою залікову книжку високими балами.

Порада 7. Подбай про те, щоб в сумці завжди лежали "про запас" 1-2 ручки - паста у них має звичку за звичай закінчуватися в найвідповідальніший момент. Про всяк випадок тримай у сумці хоча б один чистий зошит.

Порада 8. Налаштуйся на те, що підготовка до сесії починається із першого заняття. Перед черговою лекцією не лінуйся хоча б побіжно переглянути конспект попередньої. Заодно з'ясуй, чи багато залишилося зовсім незрозумілих понять. Якщо прояснити їх не вдається навіть за допомогою підручника, не соромся звернутися до викладача - краще, якщо ти запитаєш його зараз, ніж він потім - на іспиті. Читати літературу теж треба починати відразу. На семінарах не відсиджуйся в куточку, а веди себе активно - виступай із доповненнями, уточненнями, задавай питання.

Порада 9. Відпочивай! Занурившись в навчання, регулярно виринай на поверхню. Відпочинок допомагає мозку боротися зі стресами. Навчання без відпочинку - шлях до зривів, виснаження нервової системи і хронічної втоми. Завжди треба висипатися перед іспитом!

Порада 10. Радій! Студентське життя буває один раз в житті, і воно неповторне! В нашому університеті проводяться безліч масових заходів, не лінуйся їх відвідувати. Потім буде що згадати!

**Успіху!**