**Советы и рекомендации по адаптации к условиям техникума**

 **Рекомендации для студентов техникума**

 1. Соблюдайте режим дня

2. Следуйте правилам здорового образа жизни

3. Формируйте навыки планирования и организации собственной деятельности.

4. Уделяйте больше времени самостоятельному обучению, для вас это залог успешного непрерывного образования.

 5. Следите за культурой речи, практикуйте бесконфликтное творческое общение.

 6. Преодолевайте возникающие трудности, не бойтесь преград, считайте их возможностью собственного развития.

7. Занимайтесь любимыми делами, спортом, хобби, это поможет вам развить творческий потенциал и даст возможность на некоторое время переключиться с ведущей (учебной) деятельности и поможет снять эмоциональное напряжение.

 8. Позитивное мироощущение сделает мир ярче и интересней.