Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №4**» п.Белиджи**

**Родительское собрание в 11 классе**

**"Роль родителей и их практическая помощь при подготовке к ЕГЭ-2020"**

****

Подготовила и провела

классный руководитель 11 класса

Эрзиханова Марина Алавудиновна.

2019 – 2020 учебный год

**ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ:**

**1.Лекция учителя**

**2.Памятка для родителей**

**3.Обмен мнениями**

**4.Разное:**

**\*успеваемость;**

**\*внешний вид;**

**\*Осенний бал.**

**"Роль родителей и их практическая помощь**

**при подготовке к ЕГЭ-2020"**

**Цель:** интеграция усилий родителей и педагогов по формированию успешной сдачи ЕГЭ.

**Задачи:**

* Оценка значимости и действенности поддержки ребенка при подготовке к ЕГЭ со стороны родителей.
* Отработка с родителями психологических приемов поддержки при подготовки выпускников к экзаменам.

**Ход собрания**

Уважаемые родители, сегодня я бы хотела поговорить с вами о роли родителей и их практической помощи при подготовке к экзаменам.

Единый государственный экзамен *(ЕГЭ)* — централизованно проводимый в Российской Федерации экзамен. Служит одновременно выпускным экзаменом из школы и вступительным экзаменом в ВУЗы и СУЗы. При проведении экзамена на всей территории России применяются однотипные задания и единые методы оценки качества выполнения работ. После сдачи экзамена ответы всех учатников ЕГЭ появляются в специальном сайте [www.ege.edu.ru](http://www.ege.edu.ru).

Психологически последний год обучения в школе представляет особую трудность для учеников потому, что это время первого взрослого испытания: оно показывает, насколько выпускники готовы к взрослой жизни, насколько их уровень притязаний адекватен их возможностям. Поэтому результаты выпускных экзаменов имеют для детей особую значимость.

Слово "экзамен" переводиться с латинского как "испытание". И именно испытаниями, сложными, подчас драматичными, становятся ЕГЭ. Безусловно, экзамены - дело сугубо индивидуальное, выпускник оказывается один на один с комиссией. И родителям остается только волноваться за своего ребенка. Именно родители могут помочь своему ребенку наиболее эффективно распорядиться временем и силами при подготовке к экзаменам. Помощь взрослых очень важна, поскольку человеку, кроме всего прочего, необходима еще и психологическая готовность к ситуации сдачи серьезных экзаменов.

**Так чем же родители могут помочь своему ребенку при подготовке к экзаменам?**

Главное, в чем нуждаются подростки в этот период – это эмоциональная поддержка педагогов, родных и близких. Психологическая поддержка – один из важнейших факторов, определяющих успешность ребенка в сдаче экзамена.

Поддерживать ребенка – значит верить в него. Поддержка тех, кого ребенок считает значимыми для себя, очень важна для него. Взрослые имеют немало возможностей, чтобы продемонстрировать ребенку свое удовлетворение от его достижений или усилий.

Задача педагогов и родителей – научить ребенка справляться с различными задачами, создав у него установку: «Ты можешь это сделать».

Существуют слова, которые поддерживают детей, например: «Зная тебя, я уверен(а), что ты все сделаешь хорошо», «Ты делаешь это хорошо».

Поддерживать можно посредством отдельных слов, прикосновений, совместных действий, физического соучастия, выражения лица, интонации.

Самое страшное для многих во время экзамена состоит в том, что они не могут "взять себя в руки".

 А что же делать родителям с детьми до того, как этот ответственный момент настанет? Не секрет, что успешность сдачи экзамена во многом зависит от настроя и отношения к этому родителей. Чтобы помочь детям как можно лучше подготовиться к экзаменам, попробуйте выполнить несколько советов:

1) Задолго до экзаменов обсудите с ребенком, что именно ему придется сдавать, какие дисциплины кажутся ему наиболее сложными, почему?

Эта информация поможет совместно создать план подготовки - на какие предметы придется потратить больше времени, а что требует только повторения.

2) Определите вместе с ребенком его "золотые часы" ("жаворонок" он или "сова"). Сложные темы лучше изучать в часы подъема, хорошо знакомые - в часы спада.

3) Изучите экзаменационные задания (хотя бы один вариант). Не стесняйтесь признаться ребенку, что уже не очень хорошо помните большинство разделов биологии, химии или любого другого предмета, который ему необходимо подготовить. Пусть он просветит вас по тем или иным темам, а вы задавайте вопросы. Чем больше он успеет вам рассказать, тем лучше.

4) Обсудите вопрос о пользе и вреде шпаргалок. Во-первых, ребенку будет интересно знать ваше мнение на этот счет (возможно, он даже удивится, что вы тоже пользовались шпаргалками и вообще знаете, что это такое). Во-вторых, необходимо помочь ребенку понять, что доставать шпаргалку – это риск, и этого не стоит делать. Если все - таки ребенок решил делать шпаргалки, то пусть она будет написана его собственной рукой. Шпаргалку можно писать, но лишь для того, чтобы еще раз повторить изученный материал. Но брать шпаргалку на экзамен нельзя ни в коем случае.

5) Договоритесь с ребенком, что вечером накануне экзамена он прекратит подготовку, прогуляется, искупается и ляжет спать вовремя. Последние двенадцать часов должны уйти на подготовку организма, а не знаний.

6) В выходной, когда вы никуда не торопитесь, устройте ребенку репетицию письменного экзамена (ЕГЭ). Например, возьмите один из вариантов ЕГЭ по математике. Договоритесь, что у ребенка будет 3 или 4 часа, усадите за стол, свободный от лишних предметов, засеките время и объявите о начале "экзамена". Проследите, чтобы его не отвлекали телефон или родственники. Остановите испытание, дайте ребенку отдохнуть и проверьте вместе с ним правильность выполнения заданий. Постарайтесь исправить ошибки и обсудить, почему они возникли. Поговорите и об ощущениях, возникших в ходе домашнего экзамена: было ли ему забавно или неуютно, удалось ли сосредоточиться на задании и не отвлекаться?

7) Следите за тем, чтобы во время подготовки ребенок регулярно делал короткие перерывы. Объясните ему, что отдыхать, не дожидаясь усталости - лучшее средство от переутомления. Важно, чтобы одиннадцатиклассник обходился без стимуляторов (кофе, крепкого чая), нервная система перед экзаменом и так на взводе. Немало вреда может нанести и попытка сосредоточиться над учебниками в одной комнате с работающим телевизором или радио. Если школьник хочет работать под музыку, не надо этому препятствовать, только договоритесь, чтобы это была музыка без слов.

8) Не заставляйте ребенка учить предмет так, как это кажется лучшим для Вас. У всех людей свои методики запоминания. Пусть он учит так, как ему нравится, как ему удобнее. Если ему лучше запоминается ночью - пусть занимается хоть всю ночь. Но в тоже время, не стоит говорить ребенку, что экзамен - ерунда, что не надо переживать, мол, у тебя их ещё сколько будет. Эти фразы не снимут стресс и не расслабят ребёнка, т.е., никак ему не помогут. Но он может подумать, что вы просто несерьёзно относитесь к вещам, которые для него очень значимы.

 Помните, что в этот период дети становятся особенно мнительными и тревожными, постарайтесь "подкармливать" их положительными эмоциями. Ни в коем случае не ругайте, не давите на психику, даже если первый экзамен ребёнок сдаст не так, как Вы рассчитывали. В свободное время вместе с ним вспоминайте прошлое, когда ему было хорошо - какие-то праздники, отдых, путешествие. Стройте планы на будущее, которые вдохновят ребёнка: ты сдашь экзамены - и мы поедим отдыхать, съездим в город, купим тебе новые джинсы, и пр. Обязательно давайте детям, как следует выспаться (особенно в ночь перед экзаменом), включайте в их рацион побольше фруктов, соков, побалуйте шоколадом. А перед экзаменом, не забудьте пожелать "Ни пуха, ни пера".

Организм, при подготовке и сдаче экзамена, испытывает сильное нервно-психическое напряжение. Поэтому хочу порекомендовать вам способы для снятия этого напряжения и познакомить с приемами, которые помогут мобилизовать интеллектуальные возможности школьников при подготовке и сдаче экзаменов.

**Способы снять нервно-психическое напряжение:**

спортивные занятия;

стирка белья;

мытье посуды;

скомкать лист бумаги и выбросить;

слепить из газеты свое настроение;

громко спеть свою любимую песню;

покричать то громко, то тихо;

вдохнуть глубоко 10 раз;

погулять по лесу;

потанцевать под музыку, причем как спокойную, так и "буйную".

Во время экзаменов нужно спать не менее 9 часов. Это обеспечит полноценный отдых и восстанавливает силы.

Согласитесь, что каждый, кто, сдает экзамены, независимо от их результата, постигает самую важную в жизни науку - умение не сдаваться в трудной ситуации, а провалившись - вдохнуть полной грудью и идти дальше.

- У многих слово «ЕГЭ» вызывает отрицательные эмоции, так как «минусов» больше, чем плюсов. Чаще всего ЕГЭ вызывает негативные эмоции учащихся и их родителей. С ЕГЭ ассоциируется тревога, страх, гнев. Дети говорят о том, что ЕГЭ сдать невозможно, родители переживают за психологическое состояние детей и результатах, которые неизменно повлияют на поступление в вузы. Наличие негативного эмоционального фона осложняет подготовку к экзамену для всех участников образовательного процесса.