

## **Помощь родителей в подготовке к экзаменам. (Родительское собрание для выпускных классов).**

Экзаменационный период учебного года – это особая пора и для учащихся, и для родителей. Дети, которым безразличен результат обучения, - скорее исключение, чем правило. Практически все ученики испытывают в это время большое физическое и психологическое напряжение. ***Успешная сдача экзаменов зависит от многих факторов, в том числе и от правильно организованной помощи родителей.***

Родители знают своего ребенка лучше других и могут оказать эффективную помощь в подготовке к экзаменам. ***Самое главное – оставить на этот период любые назидательные и нравоучительные беседы и сосредоточиться на поддержке и реальной помощи детям.*** Забудьте неуместные и бесполезные, а иногда и вредные фразы: «Я же тебе говорила раньше...», «Я еще зимой предупреждала...», «Ты вот нас не слушал, а теперь...». Не впадайте в крайности в оценках происходящего и ожидаемых результатов. ***Дайте ребенку возможность выговориться о своих тревогах и волнениях,*** займите позицию слушателя, не желающего комментировать каждое суждение ребенка.

Повысить уверенность в себе у вашего ребенка вы можете различными способами.

- Чаще используйте в общении с ним выражения: «Мы верим в тебя...», «У тебя все получится!», «Мы понимаем твои трудности...».
- Расскажите ребенку о своем удачном опыте сдачи экзаменов. Если ребенок проявит к этому интерес, рассказывайте подробно. При отсутствии интереса не настаивайте на рассказе.
- Приведите примеры позитивного личного опыта вашего ребенка в учебе.

Обычно у старшеклассников вырабатывается временной режим оптимального решения учебных задач. Его не следует ломать в период подготовки к экзаменам. Кто-то лучше усваивает материал утром, кто-то – вечером. ***Помогите ребенку оптимально использовать свое учебное время.*** Для этого весь учебный материал вместе с ребенком разбейте на равные части, составьте план подготовки. Начать желательно с самого сложного, но если ребенку трудно «раскачаться», то лучше начать с того материала, который он знает лучше всего. Контролируйте ежедневное выполнение задания.

Не ругайте ребенка за отсутствие необходимого материала для подготовки к экзаменам. Об этом надо было говорить раньше. А сейчас ***помогите найти необходимые источники информации.*** Ребенок должен не стремиться

вызубрить весь учебник, а **структурировать информацию**: составить план, схему, таблицу. Они служат своеобразными подсказками. С этой точки зрения очень полезны шпаргалки, которые ребенок изготовил сам. Шпаргалка – это тот же план; а при ее составлении ребенок не только читает необходимый материал, но и выделяет главное, записывает. Все это работает на эффективное запоминание.

Организация рабочего места, несомненно, важна, но в период, когда необходимо много заниматься, допустимо вносить некоторое разнообразие. Постоянно сидеть на стуле тяжело. **Многие дети лучше запоминают материал в движении** (особенно, если что-то надо заучить наизусть), раскачиваясь в кресле-качалке и т.п. Заданный при этом ритм позволяет ребенку лучше сосредоточить внимание.

При этом следует помнить, что **любое шумовое оформление учебы (музыка, телевизор) снижает качество усвоения материала**.

Необходимо также следить за тем, чтобы **периоды труда и отдыха обязательно чередовались**. При этом отдых должен быть активным: прогулки, спорт, танцы, плавание.

**Помощь взрослых часто бывает необходима детям и в правильном выборе способа усвоения знаний.** Известный факт, что учащиеся запоминают

10% от того, что они читают;

26% от того, что они слышат;

30% от того, что они видят;

50% от того, что они видят и слышат;

70% от того, что они обсуждают;

80% от того, что основано на личном опыте;

90% от того, что они проговаривают и одновременно делают;

95% от того, чему они обучают сами.

Таким образом, необходимы активные формы усвоения материала.

**Питание во время экзаменов должно быть сбалансированным, но привычным.** Целесообразно включить больше фруктов и шоколад.

В экзаменационный период необходимо **исключить все конфликтные вопросы, касающиеся учебной деятельности**.

**Окажите своему ребенку поддержку, независимо от результатов сдачи экзаменов.** Помогите ему извлечь опыт, как из положительного, так и из недостаточно высокого результата.

По сути, наши дети не просто сдают экзамены, они учатся преодолевать трудности. Данная форма проверки знаний – это испытание характера, силы воли, умения в нужное время проявить себя, показать свои достижения в определенной области знаний, умение не растеряться, справиться с волнением, правильно проявить себя. Всему этому обязательно надо учить и учиться.