

Советы родителям при подготовке к ОГЭ

Педагог-психолог
Бакутина Евгения Александровна

**государственная
итоговая аттестация**



Очень скоро у Ваших детей важный период- экзамены. Их предстоит им сдавать в особой форме- в форме государственной итоговой аттестации.

**Нас ждет ОГЭ,
так будем же ГОТОВЫ!**

- ***Успешная сдача ОГЭ***- это наша с Вами общая задача, в решении которой и у семьи и у школы есть свои зоны ответственности. Проблемы, связанные с подготовкой к школьным экзаменам, во все времена имели особую эффективную значимость для учащихся, родителей и педагогических работников.

Наша задача- сдать ЕГЭ,
а хорошо сдать- еще лучше!

*Сомнение в полноте
и прочности знаний*

*Стресс незнакомой
ситуации*

*Стресс
ответственности
перед родителями и
школой*



*Сомнение в собствен-
ных способностях: в
логическом мышле-
нии, умении анализи-
ровать, concentra-
ции и распределении
внимания*

*Психофизические и
личностные
особенности:
тревожность,
астеничность,
неуверенность в себе*

Почему они волнуются?

- НЕВЕРНО думать, что если у Вас нет специального образования, Вы не сможете помочь своему ребенку подготовиться к ГИА.
- Вы МОЖЕТЕ помочь в организации самоподготовки: предлагайте выполнять один из типовых вариантов ГИА. Пользуясь инструкцией к выполнению теста и таблицей ответов, вы сможете проверить задания.
- Ваша поддержка ВАЖНА ему для формирования как психологической готовности к экзамену, так и позитивного отношения к данной форме аттестации.

Уважаемые родители!

Часто родители переживают ответственные моменты в жизни своих детей гораздо острее, чем свои. Но взрослому человеку гораздо легче справиться с собственным волнением, взяв себя в руки. Чтобы помочь своему ребенку успешно подготовиться к экзаменам, обратите внимание на следующие рекомендации.

- В экзаменационную пору основная задача родителей - создать оптимальные комфортные условия для подготовки ребенка.
- Прежде всего - обеспечьте своему выпускнику удобное место для занятий, чтобы ему нравилось там заниматься! Позаботьтесь об организации режима дня и полноценного питания. Не допускайте перегрузок ребенка. Через каждые 40-50 минут занятий обязательно нужно делать перерывы на 10-15 минут
- Поощрение, поддержка, реальная помощь, а главное - спокойствие взрослых помогают ребенку успешно справиться с собственным волнением.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- Ни в коем случае не запугивайте ребенка, не напоминайте ему о сложности и ответственности предстоящих экзаменов. Это не повышает мотивацию, а только создает эмоциональные барьеры, которые сам ребенок преодолеть не может.
- Очень важно скорректировать ожидания выпускника. Объясните: для хорошего результата совсем не обязательно отвечать на все вопросы ГИА. Достаточно спокойно дать ответы на те вопросы, которые он знает наверняка.



РЕКОМЕНДАЦИИ:

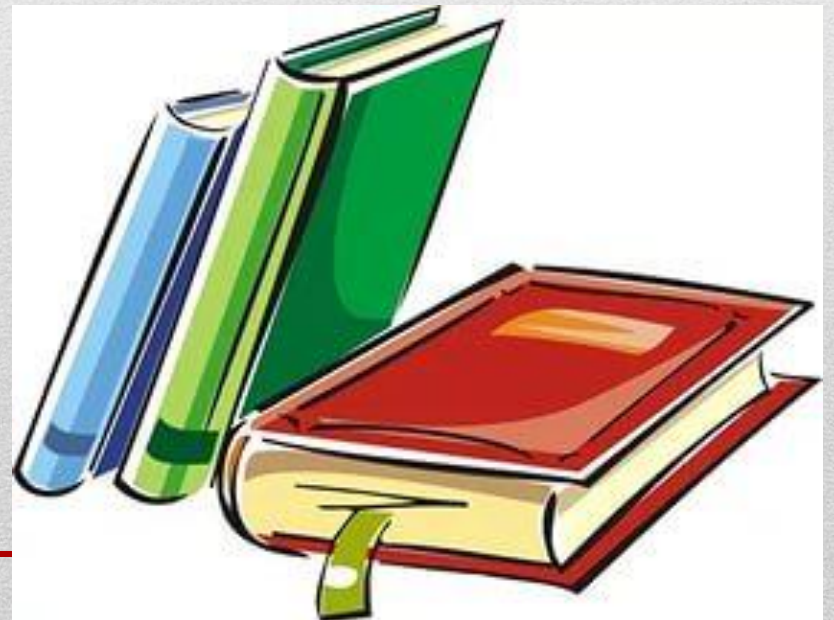
- Очень важны вера в успех, уверенность в своем ребенке, его возможностях, стимулирующая помощь в виде похвалы и одобрения.
- Родители должны: помочь своим детям осознать свои сильные и слабые стороны, понять свой стиль учебной деятельности, развить умения использовать собственные интеллектуальные ресурсы и настроить на успех!

РЕКОМЕНДАЦИИ:



-
- **Накануне экзамена ребенок должен отдохнуть и как следует выспаться. Проследите за ЭТИМ.**
-

**Не критикуйте ребенка
после экзамена.**



Помните!

Главное – снизить напряжение и тревожность и обеспечить ему подходящие условия для занятий!



Удачи вам и вашим
выпускникам!
