Оказание помощи старшему школьнику в период сдачи ЕГЭ

Цель собрания:

подготовить родителей к психологическому сопровождению детей-выпускников в период проведения ЕГЭ.

Родители как субъекты процесса образования детей-школьников.

Права и обязанности родителей в вопросах образования и воспитания, закреплены в **Конституции России (ст.38 и ст.43),** являются высшей государственной ценностью и должны определять суть государственной образовательной политики. Роль родителей как непосредственных участников образовательного процесса и их обязанность обеспечения получения детьми основного общего образования отражена **в Законе «Об образовании в РФ».**

Родители имеют право:

- защищать законные права и интересы ребенка,
- выбирать формы обучения,
- участвовать в самоуправлении школы,
- получать объективную информацию об усвоении ребенком образовательной программы,
- консультироваться по проблемам обучения и воспитания детей,
- знакомиться с содержанием и результатами образовательного процесса,
- вносить предложения по его совершенствованию.

Родители как субъекты процесса образования детей-школьников.

Статья 44. Права, обязанности и ответственность в сфере образования родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 29.07.2017) "Об образовании в Российской Федерации"

4. Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся **обязаны:**

1) обеспечить получение детьми общего образования;

2) соблюдать правила внутреннего распорядка организации, осуществляющей образовательную деятельность, правила проживания обучающихся в интернатах, требования локальных нормативных актов, которые устанавливают режим занятий обучающихся, порядок регламентации образовательных отношений между образовательной организацией и обучающимися и (или) их родителями (законными представителями) и оформления возникновения, приостановления и прекращения этих отношений;

3) уважать честь и достоинство обучающихся и работников организации, осуществляющей образовательную деятельность.

6. За неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей, установленных настоящим Федеральным законом и иными федеральными законами, родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся **несут ответственность, предусмотренную законодательством Российской Федерации.**

Родители как субъекты процесса образования детей-школьников.

Схемы взаимодействия с семьей

Позиции семьи школы в воспитании ребенка

учащиеся, семья, школа= 1 целое

Реакция ребенка на разное воспитание в семье и школе

Особенности дидактического сопровождения родителями учебной деятельности старшего школьника.

Некоторые закономерности запоминания

- Трудность запоминания растет непропорционально объему. Большой отрывок учить полезнее, чем короткое изречение.
- При одинаковой работе количество запоминаемого тем больше, чем выше степень понимания.
- Распределенное заучивание лучше концентрированного: лучше учить с перерывами, чем подряд, лучше понемногу, чем сразу.
- Чем большую часть времени тратим на повторение по памяти, а не простое многократное чтение, тем эффективнее.
- Из двух материалов, большего и меньшего, разумно начинать с большего.
- Во сне человек не запоминает, но и не забывает.

Особенности дидактического сопровождения родителями учебной деятельности старшего школьника.

Условия поддержки работоспособности

- Чередование умственного и физического труда.
- Предпочтение следует отдавать гимнастическим упражнениям (кувырок, свеча, стойка на голове), т.к. усиливается приток крови к клеткам мозга.
- Беречь глаза, делать перерыв каждые 20-30 минут (взгляд вдаль, оторвать глаза от книги).
- Исключить «зависание»в сетевых играх, регламентировать пребывание в социальных сетях.
- Минимум телевизионных передач!
- Интернет в учёбных целях!

Особенности дидактического сопровождения родителями учебной деятельности старшего

Приемы психологической защиты

- **Переключение.** Начинайте думать о чем-нибудь для вас актуальном, полезном, приятном. Через некоторое время неприятное переживание ослабнет.
- **Сравнение.** Сравните свое состояние с состоянием и положением других людей, и вы найдете, что у многих оно тяжелее, чем у вас. Это ослабит ваше переживание.
- **Накопление радости**. Вспоминайте события, вызвавшие у вас даже маленькую радость.
- **Мобилизация юмора**. Смех – противодействие стрессу.
- **Интеллектуальная переработка** («Нет худа без добра»).
- **Разрядка** (физическая работа, игра, любимые занятия).
- Быстрое общее мышечное расслабление (**релаксация**).

Учебно-педагогическое сотрудничество родителей и педагогов.

Совместная деятельности педагогов и родителей

- Поддержка физического здоровья учащихся.
- Общение и формирование личностных ориентаций учащихся: интерес к жизни, интерес к человеку, интерес к культуре, способствующих пониманию общечеловеческих ценностей.
- Познавательная сфера жизни учащихся (работа с учителями-предметниками) с учетом индивидуальных особенностей учащихся. Защита не ученика, а человека в нем.

Учебно-педагогическое сотрудничество родителей и педагогов.

Несколько советов родителям.

1. **Не тревожьтесь сами!** Внушайте ребёнку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.
2. **Подбадривайте детей**, хвалите их за то, что они делают хорошо.
3. **Наблюдайте за самочувствием ребёнка**, т.к. никто кроме вас не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояния ребёнка, связанное с переутомлением.
4. **Контролируйте режим подготовки**, не допускайте перегрузок. Посоветуйте вовремя сделать передышку. Объяснит ему, что отдыхать, не дожидаясь усталости – лучшее средство от переутомления.
5. **Обратите внимание на питание ребёнка**! Здоровое питание.
6. **Вместе определите, «жаворонок» выпускник или «сова».** Если «жаворонок» – основная подготовка проводится днём, если «сова»- вечером.
7. **Накануне экзамена обеспечьте ребёнку полноценный отдых**. Договоритесь, что вечером накануне экзамена он прекратит подготовку, прогуляется, искупается и ляжет спать вовремя. Последние двенадцать часов должны уйти на подготовку организма, а не знаний.
8. Непосредственно во время подготовки к экзаменам важно **обходиться без допинга** (кофе, крепкий чай, энергетические напитки, т.к. нервная система и так на взводе. Немалый вред может нанести работающий телевизор, радио. Ребёнок может слушать музыку во время подготовки, но пусть эта музыка будет без слов, инструментальная.

Учебно-педагогическое сотрудничество родителей и педагогов.

9. Посоветуйте детям во время экзамена обратить внимание на следующее:

- пробежать глазами весь текст, чтобы увидеть какого типа задания в нём содержаться, это поможет настроиться на работу;

- внимательно прочитать вопрос до конца и понять его смысл (характерная ошибка во время тестирования – не дочитав до конца, по первым словам уже предполагают ответ и торопятся его вписать);

- если не знаешь ответа на вопрос или не уверен, пропусти его и отметь, чтобы потом к нему вернуться;

- если не смог в течение отведённого времени ответить на вопрос, есть смысл положиться на свою интуицию и указать наиболее вероятный вариант.

10. Не критикуйте ребёнка после экзамена.

ПОМНИТЕ: самое главное – это снизить напряжение и тревожность ребёнка и помочь ему организовать самого себя.

Взаимодействие субъектов образовательного процесса (родителей, детей и педагогов).

Мотивация профессионального и жизненного самоопределения старшеклассников-выпускников как механизм стимулирования успешной сдачи ЕГЭ.

Мотивация профессионального и жизненного самоопределения старшеклассников-выпускников как механизм стимулирования успешной сдачи ЕГЭ.

Мотивация профессионального и жизненного самоопределения старшеклассников-выпускников как механизм стимулирования успешной сдачи ЕГЭ.

Фактор ХОЧУ

- интересы – желание что- либо узнать новое;
- склонности – желание что-либо сделать;
- на первом плане: высокие доходы (сразу).

Фактор МОГУ

Возможности личности:

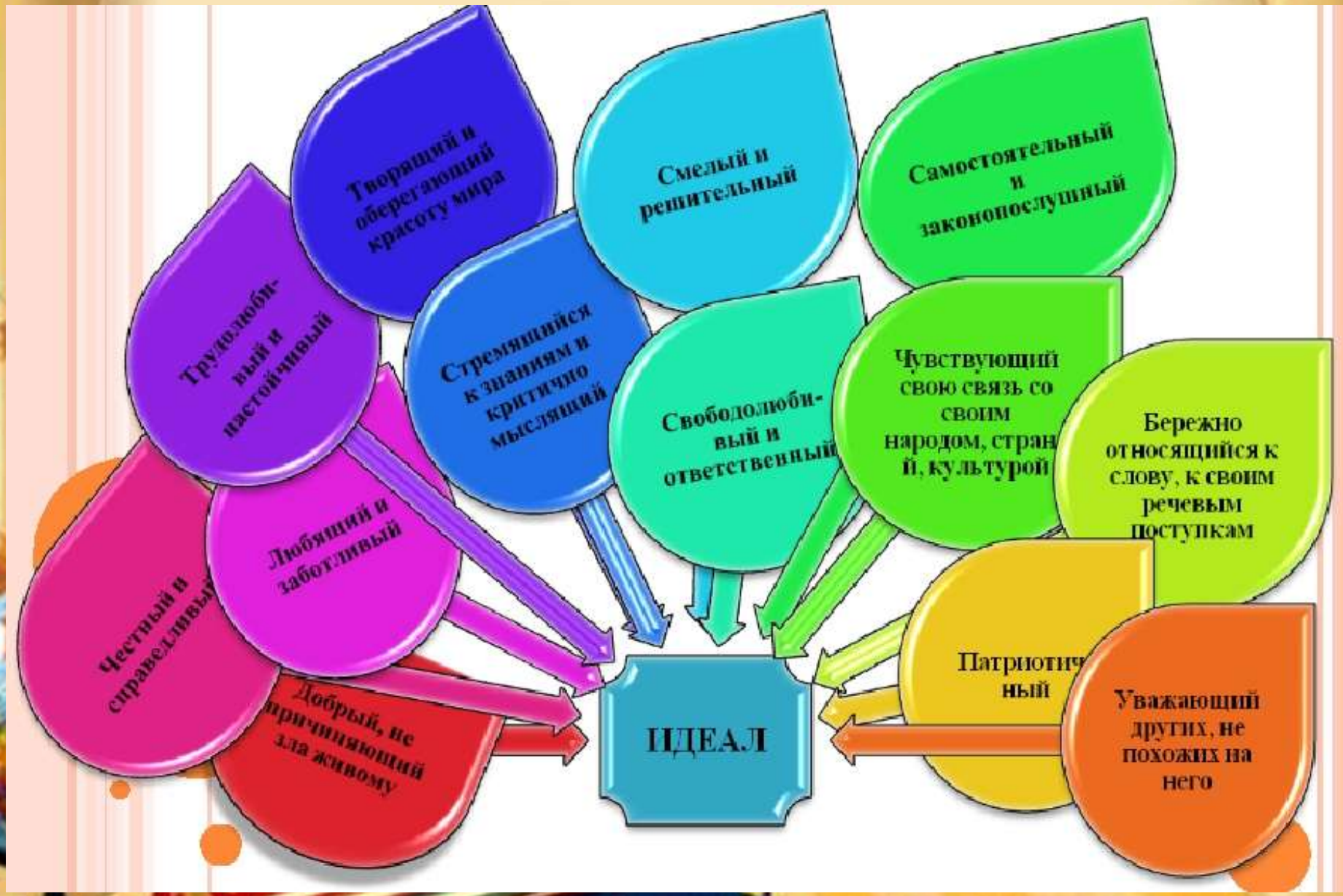
- способности – технические, организаторские, коммуникативные;
- уровень знаний – умения по определенным предметам (тренер – физкультура, программист – математика);
- психологические особенности личности – особенности темперамента, качества характера (продавец-общительный, переключение внимания, устойчивая нервная система);
- состояние здоровья.

Фактор НАДО

- потребности рынка труда в кадрах;
- низкая оценка способностей без практики, стажа

Мотивация профессионального и жизненного самоопределения старшеклассников выпускников как механизм стимулирования успешной сдачи ЕГЭ.

Выпускник – наш идеал



Модель выпускника «Школы равных возможностей»

Уважаемые родители!

Знайте!

1. Родители не могут ВМЕСТО ребёнка сдать экзамены, но они могут быть ВМЕСТЕ с ребёнком во время его подготовки к экзамену.

2. Перед экзаменом дайте возможность выпускнику успокоиться, отдохнуть, пораньше лечь спать.

3. Вовремя пробудите сына или дочь. Постарайтесь, чтобы он (она) обязательно приняли хотя бы лёгкий завтрак.

4. Своевременно провожая сына или дочь на экзамен, проверьте, пожалуйста, наличие у них необходимых документов.

5. В период проведения экзамена запрещается иметь мобильные телефоны иные гаджеты связи.

Вместо стресса УСПЕХ!!!

Накануне экзамена!

- **Верь** в свои силы, возможности, способности. **Настраивайся** на ситуацию успеха.
- Для того, чтобы не охватило экзаменационное волнение, **рекомендуем** представить себе обстановку ЕГЭ и **письменно ответить на вопросы заранее.**
- Будучи **в спокойном состоянии**, ты можешь стать менее чувствительным и не так сильно нервничать во время настоящего экзамена.
- В последний вечер **перед экзаменом** не надо себя переутомлять. Перестань готовиться.
- **Соверши прогулку, прими душ и хорошо выспись, чтобы явиться на экзамен отдохнувшим, бодрым, собранным.**

Во время экзамена

- Не пожалей двух-трёх минут на то, чтобы привести себя в состояние равновесия. **Подыши, успокойся. Вот и хорошо!**
- Экзаменационные материалы состоят из трёх частей, в которых сгруппированы задания разного уровня сложности. Всегда есть **задания**, которые **ты в силах решить**. Задания разрабатываются в соответствии с программой общеобразовательной школы и отвечают образовательному стандарту.
- **Будь внимателен!** В начале тестирования тебе сообщат необходимую информацию (как заполнять бланк, какими буквами писать, как кодировать номер школы и т. п.). От того, насколько ты внимательно запомнишь все эти правила, зависит правильность твоих ответов!
- **Соблюдай правила поведения на экзамене!** Не выкрикивай с места, если ты хочешь задать вопрос организатору проведения ЕГЭ и ГИА в аудитории, подними руку. Твои вопросы не должны касаться содержания заданий, тебе ответят только на вопросы, связанные с правилами заполнения регистрационного бланка, или в случае возникновения трудностей с тестопакетом (опечатки, не пропечатанные буквы, отсутствие текста в бланке и пр.).
- **Сосредоточься!** После заполнения бланка регистрации, когда ты прояснил все непонятные для себя моменты, постарайся сосредоточиться и забыть про окружающих.

Во время экзамена !

- Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время выполнения теста. **Торопись не спеша!**
- **Не бойся!** Жесткие рамки времени не должны влиять на качество твоих ответов. Перед тем, как вписать ответ, **перечитай вопрос дважды** и убедись, что ты правильно понял, что от тебя требуется.
- **Начни с легкого!** Начни отвечать на те вопросы, в знании которых ты не сомневаешься, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты успокоишься, голова начнёт работать более ясно и четко, и ты войдёшь в рабочий ритм. Ты как бы освободишься от нервозности, и вся твоя энергия потом будет направлена на более трудные вопросы.
- **Пропускай!** Надо научиться пропускать трудные или непонятные задания.
- **Помни:** в тексте всегда найдутся такие вопросы, с которыми ты обязательно справишься. Просто глупо не добрать баллов только потому, что ты не дошёл до «своих» заданий, а застрял на тех, которые вызывают у тебя затруднения.
- **Читай задание до конца!** Спешка не должна приводить к тому, что ты стараешься понять условия задания «по первым словам» и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых легких вопросах.

Во время экзамена !

- **Думай только о текущем задании!** Когда ты видишь новое задание, забудь всё, что было в предыдущем. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом, поэтому знания, которые ты применил в одном (уже, допустим, решенном тобой), как правило, не помогают, а только мешают сконцентрироваться и правильно решить новое задание.
- **Забудь о неудаче в прошлом задании** (если оно оказалось тебе не по зубам). Думай только о том, что каждое новое задание – это шанс набрать баллы.
- **Исключай!** Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание всего на одном-двух вариантах, а не на всех пяти–семи (что гораздо труднее).

Во время экзамена !

- **Запланируй два круга!** Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведенного времени пройтись по всем легким, доступным для тебя заданиям (первый круг), тогда ты успеешь набрать максимум баллов на тех заданиях, в ответах на которые ты уверен, а потом спокойно вернуться и подумать над трудными, которые тебе вначале пришлось пропустить (второй круг).
- **Угадывай!** Если ты не уверен в выборе ответа, но интуитивно можешь предпочесть какой-то ответ другим, то интуиции следует доверять! При этом выбирай такой вариант, который, на твой взгляд, имеет большую вероятность.
- **Проверяй!** Обязательно оставь время для проверки своей работы, хотя бы для того, чтобы успеть пробежать глазами ответы и заметить явные ошибки.
- **Не огорчайся!** Стремись выполнить все задания, но помни, что на практике это не всегда реально. Учитывай, что количество решенных тобой заданий вполне может оказаться достаточным для хорошей оценки.

Дорогой выпускник!

ПОМНИ:

1. Ты **имеешь право на подачу апелляции** по процедуре проведения экзамена в форме ЕГЭ руководителю пункта проведения экзамена в день выполнения работы, не выходя из пункта проведения экзамена;
2. Ты имеешь **право подать апелляцию в конфликтную комиссию** в течение трех дней после объявления результата экзамена.
3. Ты готовился к экзамену готовился ответственно? Тогда **успех у тебя в руках**!

Удачи тебе!