

Родителям

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Именно ваша поддержка нужна выпускнику прежде всего. Зачастую родители переживают ответственные моменты в жизни своих детей гораздо острее, чем свои. Но взрослому человеку легче справиться с собственным волнением, взяв себя в руки.

Поведение родителей

В экзаменационную пору основная задача родителей – создать оптимальные комфортные условия для подготовки ребенка и... не мешать ему. Поощрение, поддержка, реальная помощь, доброжелательная атмосфера дома, а главное, спокойствие взрослых помогают ребенку успешно справиться с собственным волнением. Не поддавайтесь тревоге сами и не запугивайте ребенка. Не нагнетайте. Не напоминайте ребенку о сложности и ответственности предстоящих экзаменов, ни в коем случае не говорите, что он не сдаст. 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 заданий. Гораздо эффективнее спокойно дать ответы на те вопросы, которые он знает наверняка, чем переживать из-за нерешенных заданий.

Поддерживайте! У подростков хрупкая самооценка, а для успешной сдачи экзаменов нужны не только знания, но и вера в свои способности, осознание того, что стоящая перед ребенком задача выполнима. Важно создать у сына или дочери позитивный настрой.

Независимо от результата экзамена часто, щедро и от всей души говорите ребенку о том, что он (она) самый(ая) любимый(ая) и что все у него (нее) в жизни получится! Вера в успех, уверенность в своем ребенке, его возможностях, стимулирующая помощь в виде похвалы

и одобрения очень важны, ведь «от хорошего слова даже кактусы лучше растут».

Организация занятий

Очень важно разработать ребенку индивидуальную стратегию деятельности при подготовке и во время экзамена. Именно индивидуальную, так как все дети разные (есть медлительные, есть очень активные, есть аудиалы, кинестетики, тревожные, есть с хорошей переключаемостью или не очень и т. д.)! В разработке индивидуальной стратегии родители должны принять самое активное участие: помочь своим детям осознать свои сильные и слабые стороны, понять свой стиль учебной деятельности (при необходимости – доработать его), развить умения использовать собственные интеллектуальные ресурсы и настроить на успех!

Одна из главных причин предэкзаменационного стресса – ситуация неопределенности. Заблаговременное ознакомление с правилами проведения ГИА-9 и заполнения бланков, особенностями экзамена поможет разрешить эту ситуацию.

Тренировка в решении пробных заданий из открытого банка также снимает чувство неизвестности. В процессе работы с заданиями приучайте ребенка ориентироваться во времени и уметь его распределять. Помогите распределить темы подготовки по дням. Ознакомьте ребенка с методикой подготовки к экзаменам.

Обеспечьте своему выпускнику удобное место для занятий, чтобы ему нравилось там заниматься!

Питание и режим дня

Позаботьтесь об организации режима дня и полноценного питания. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага и т. д., стимулируют работу головного мозга. Кстати, в эту пору и «от плюшек не толстеют».

Следите за сном ребенка. Постоянный недосып в сочетании со стрессом перед экзаменом способствует развитию депрессии, снижает уровень умственных способностей, ухудшает память и концентрацию.

Не допускайте перегрузок ребенка. Через каждые 40–50 минут занятий обязательно нужно делать перерывы на 10–15 минут.

Давайте ребенку время на отдых и развлечения. Подготовка к экзаменам – это важно, но нельзя занимать ей все свободное время. Полностью лишить ребенка прогулок, походов в кино, игр и встреч с друзьями – это слишком сурово. А главное, не добавит ни энергии, ни целеустремленности.

Накануне экзамена ребенок должен отдохнуть и как следует выспаться. Проследите за этим.

С утра перед экзаменом дайте ребенку шоколадку – глюкоза стимулирует мозговую деятельность.

График родительских собраний 9х классов

ОО	Дата и время	Тема и вопросы родительского собрания
СОШ № 22	9А - 14.09.21 г. (18.00) 9Б – 21.10.21г (18.00)	«Основные вопросы проведения ГИА-9» 1. О формах проведения ГИА-9; 2. Об участниках ГИА-9; 3. О количестве сдаваемых экзаменов для получения аттестата; 4. О выборе предметов, сроках и местах подачи заявлений на сдачу ГИА-9; 5. О досрочном, основном и дополнительном периодах проведения ГИА-9; 6. О совпадении сроков проведения экзаменов; 7. Об информационных ресурсах ГИА-9 и телефонах «горячей линии»; 8. Об организации качественной подготовки обучающихся к ГИА-9;

СОШ № 22	9А, 9Б-24.12.21 г. (18.00)	«Итоговое собеседование по русскому языку » 1. Об ИС как условии допуска к прохождению ГИА-9; 2. О сроках, местах и порядке подачи заявлений об участии в ИС; 3. О сроках проведения ИС; 4. О сроках, местах и порядке информирования о результатах ИС; 5. О повторном допуске к ИС в дополнительные сроки в текущем учебном году; 6. Психологическая готовность учащихся и родителей к проведению итоговой аттестации.
СОШ № 22	9А, 9Б-18.03.22 г. (18.00)	«Процедура проведения ГИА-9» 1. О допуске обучающихся к ГИА-9; 2. О создании специальных условий для обучающихся с ОВЗ; 3. Об организации подвоза участников ГИА-9 в пункты проведения экзамена (далее - ППЭ); 4. О видеонаблюдении в ППЭ; 5. О лицах, присутствующих в ППЭ, их полномочиях при взаимодействии с участниками ГИА- 9; 6. О правилах поведения во время экзаменов; 7. Об основаниях для удаления с экзамена; 8. О лицах, имеющих право стать общественными наблюдателями»; 9. О правах и обязанностях общественных наблюдателей; 10. О том, как получить аккредитацию и стать общественным наблюдателем
СОШ № 22	9А, 9Б-15.04.22 г. (18.00)	«Сроки и продолжительность экзаменов» 1. О сроках проведения ГИА-9; 2. О продолжительности экзаменов; 3. О разрешенных средствах обучения, используемые на экзамене (<i>особое внимание характеристикам непрограммируемого калькулятора</i>); 4. О перечне запрещенных средств в ППЭ; 5. О завершении экзамена по уважительной причине; 6. О сроках, местах и порядке информирования о результатах ГИА-9; 7. О повторном допуске к сдаче ГИА-9 в текущем учебном году в резервные сроки и в дополнительный период
СОШ № 22	9А,9Б-.20.05.22 г. (18.00)	«Апелляции» 1. Об апелляции о нарушении порядка проведения экзамена; 2. Об апелляции о несогласии с выставленными баллами; 3. О сроках, местах и порядке подачи и рассмотрения апелляций; 4. О получении результатов рассмотрения апелляций

