**Конспект родительского собрания «Как вместе с ребенком подготовиться к ГИА»**

**Участники**

Родители учеников 9-х и 11-х классов,заместитель директора по УВР, классный руководитель, педагог-психолог

**Цель**

Ознакомить родителей с правилами проведения ГИА

**Задачи**

Проанализировать подготовленность детей к предстоящим экзаменам; дать родителям рекомендации, которые помогут им поддержать детей в период подготовки к экзаменам и их сдачи

**Материалы**

Анкета для родителей, памятки для родителей и их детей

**Примерное время**

35 мин

Беспокойство со стороны родителей усиливает волнение и тревогу ребенка по поводу предстоящих экзаменов. Чтобы пресечь это, классный руководитель проводит родительское собрание. На нем родители знакомятся с приемами и рекомендациями, которые помогут поддержать ребенка.

**Этап 1. Организационный**

5 мин

Проводит собрание заместитель директора по УВР Халимова Х.А.. классный руководитель совместно с педагогом-психологом. В начале собрания Халимова Х.А. приветствует родителей. Сообщает тему и цели собрания.

**1**

**Халимова Х.А.:**

Здравствуйте, уважаемые родители. Тема нашего собрания: «Как вместе с ребенком подготовиться к ГИА». Мы с вами ознакомимся с правилами и порядком проведения ГИА, результатами диагностирования школьников. Выясним, как помочь ребенку в период подготовки и сдачи ГИА. Обсудим рекомендации, эффективные приемы и способы, которые помогут оказать поддержку ребенку.

**2**

**Этап 2. Содержательный**

20 мин

**Вам понадобится:**

Анкета для родителей

**Халимова Х.А.:**

Сейчас я расскажу вам о том, как проходит ГИА.

Халимова Х.А. подробно рассказывает родителям о порядке и правилах проведения ГИА.

**1**

**Педагог-психолог(Мусаева А.М.):**

Здравствуйте, уважаемые родители! Для начала расскажу о психолого-педагогическом сопровождении, которое проводится в школе по подготовке к ГИА. Это тематические классные часы, тренинговые занятия, индивидуальные консультации. Еще проводится диагностика: исследуются учебная мотивация, уровень тревожности, волевая саморегуляция. Все это помогает ребенку сформировать реалистичную картину и положительное отношение к экзаменам, а также освоить приемы и техники, чтобы справиться с волнением и переживаниями.

Педагог-психолог знакомит родителей с обобщенными результатами диагностики по классу. Сообщает о том, по каким признакам взрослый может понять, что ребенок находится в состоянии стресса.

**2**

**Педагог-психолог:**

Сейчас я предлагаю вам разделиться на две группы. Каждая группа получит свой вопрос. Ваша задача – обсудить его, найти приемлемые ответы. На выполнение задания у вас есть 7 минут. Вопрос для первой группы: с какими трудностями может столкнуться ребенок во время подготовки к экзаменам и их проведения? Вопрос для второй группы: как поддержать ребенка и помочь ему подготовиться к экзамену?

Далее один родитель выступает от группы. Педагог-психолог фиксирует результаты на доске. Важно донести до родителей то, с какими трудностями может столкнуться ребенок (повышенная утомляемость, стресс, недосыпание, неумение управлять временем, отсутствие поддержки со стороны значимых людей и др.). Также собрание поможет родителям осознать, какие у них есть ресурсы, чтобы помочь и поддержать ребенка в ситуации подготовки к экзаменам.

**3**

**Педагог-психолог:**

Родители, предлагаю вам заполнить анкету, в которой 11 вопросов. Каждый вопрос поможет вам проанализировать успешность подготовки вашего ребенка к экзаменам. А также то, насколько эффективно вы принимаете в ней участие. На заполнение анкеты – 7 минут.

Педагог-психолог раздает родителям анкеты.

Результаты анкетирования помогут классному руководителю и педагогу-психологу понять степень участия родителей в подготовке детей к экзаменам.

**4**

**Этап 3. Заключительный**

10 мин

**Вам понадобятся:**

Памятка для родителей «Как помочь ребенку справиться с волнением при подготовке к экзаменам»

Памятка для родителей и школьников «Пять правил, которые помогут подготовиться к экзаменам»

**Педагог-психолог:**

Наша встреча подходит к завершению. Я подготовила для вас рекомендации. В них – приемы и способы, которые вы можете использовать, чтобы оказать поддержку своему ребенку успешно подготовиться к экзаменам. Желаю вам терпения и успехов в воспитании детей!

Педагог-психолог раздает родителям подготовленные памятки.

**5**

**Список материалов:**

Анкета для родителей

Памятка для родителей «Как помочь ребенку справиться с волнением при подготовке к экзаменам»

Памятка для родителей и школьников «Пять правил, которые помогут подготовиться к экзаменам»

**Халимова Х.А. заместитель директора по УВР МКОУ !Старосеребряковская СОШ»**

# Анкета для родителей

|  |  |
| --- | --- |
| **Ф. И. О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |  |

**Как Вы считаете, подвержен ли Ваш ребенок стрессам?**

|  |
| --- |
|  |

**Какие переживания испытывает Ваш ребенок в связи с предстоящими экзаменами?**

|  |
| --- |
|  |
|  |

**Как Вы оцениваете подготовленность ребенка к экзаменам на сегодняшний день?**

|  |
| --- |
|  |

**Как Вы помогаете ребенку подготовиться к сдаче экзаменов?**

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

**Соблюдает ли Ваш ребенок режим дня при подготовке к экзаменам?**

|  |
| --- |
|  |

**Как Вы считаете, какие продукты питания активизируют умственную деятельность?**

|  |
| --- |
|  |
|  |

**Организовываете ли Вы полноценный режим питания для ребенка?**

|  |
| --- |
|  |

**Какими способами Вы оказываете поддержку ребенку?**

|  |
| --- |
|  |

**Как Вы считаете, достаточно ли работы, проводимой в школе, для качественной подготовки к экзаменам?**

|  |
| --- |
|  |

**Какое у Вас отношение к проведению ГИА?**

|  |
| --- |
|  |

**Обсуждаете ли Вы дальнейшее развитие событий в том случае, если Ваш ребенок получит отрицательные результаты?**

|  |
| --- |
|  |

# Памятка для родителей «Как помочь ребенку справиться

# с волнением при подготовке к экзаменам»

* **Сосредоточьтесь.** Помогите ребенку поверить в себя и укрепить самооценку. Поддерживайте его позитивные качества.
* **Проявите интерес.** Ознакомьтесь с правилами проведения экзаменов. Не будьте сторонним наблюдателем, оказывайте помощь.
* **Общайтесь с ребенком.** Узнайте, что именно тревожит ребенка. Обязательно спросите о том, чем Вы можете ему помочь.
* **Поделитесь опытом.** Расскажите о своих секретах, которые помогали Вам выучить материал и подготовиться к экзаменам.
* **Научите расслабляться.** Это поможет уменьшить беспокойство и улучшить внимание, память. Освойте дыхательные упражнения и затем научите ребенка.
* **Проявляйте безусловную любовь.** Дайте ему почувствовать и понять: что бы ни случилось, каков бы ни был результат, Вы все равно любите и принимаете своего ребенка.
* **Окажите поддержку.** Дайте понять ребенку, что он может рассчитывать на Вас и Вашу поддержку в любой ситуации. Пусть он чувствует заботу и внимание, а не опеку и контроль.

# Памятка для родителей и школьников

# «Пять правил, которые помогут подготовиться к экзаменам»

* **Обеспечить рабочее место для занятий.** Проследите, чтобы никто не мешал и не отвлекал ребенка.
* **Чередовать занятия с отдыхом.** Через полтора часа интенсивной работы необходимо делать перерывы на время для любимых занятий и общения.
* **Спать минимум 8 часов.** Это оптимальное время, чтобы быть более продуктивным, отдохнувшим и активным в течение дня.
* **Наблюдать за самочувствием.** Старайтесь следить за своим состоянием, чтобы предотвратить ухудшение самочувствия и переутомляемость.
* **Правильно питаться.** Во время подготовки к экзаменам обеспечьте питательную и разнообразную пищу, а также витаминный комплекс.