



Как помочь ребенку сдать ГИА?

Рекомендации для родителей

Почему они так волнуются?

- Сомнение в полноте и прочности знаний
- Стресс незнакомой ситуации
- Стресс ответственности перед родителями и школой
- Сомнение в собственных способностях: в логическом мышлении, умении анализировать, концентрации и распределении внимания
- Психологические и личностные особенности: тревожность, астеничность, неуверенность в себе.

Чем Вы можете помочь своему ребенку в сложный период подготовки и сдачи ГИА?

1. Владением информации о процессе проведения экзамена.
2. Пониманием и поддержкой, любовью и верой в его силы

- Откажитесь от упреков, доверяйте ребенку.
- Если школьник хочет работать под музыку, не надо этому препятствовать, только договоритесь, чтобы это была музыка без слов.

3. Участием в подготовке к ГИА

- Обсудите, какой учебный материал нужно повторить. Вместе составьте план подготовки.
- Вместе определите, «жаворонок» выпускник или «сова». Если «жаворонок» - основная подготовка проводится днем, если «сова» - вечером.
- Проведите репетицию письменного экзамена (ГИА). Установите продолжительность пробного экзамена (3 или 4 часа), организуйте условия для работы, при которых выпускник не будет отвлекаться. Помогите исправить ошибки и обсудите, почему они возникли.

4. Организацией режима (именно родители могут помочь своему ребенку наиболее эффективно распорядиться временем и силами при подготовке к ГИА)

- Во время подготовки ребенок регулярно должен делать короткие перерывы.
- Договоритесь с ребенком, что вечером накануне экзамена он раньше прекратит подготовку, сходит на прогулку и ляжет спать вовремя. Последние двенадцать часов должны уйти на подготовку организма, а не приобретение знаний.

