

## Родительское собрание

### «ЕГЭ. Мифы и реальность»

#### Цели

1. Обозначение распределения ответственности между родителями и школой.
2. Осознание родителями собственных установок относительно ЕГЭ («мифологии»). Формирование у родителей реалистичной картины ЕГЭ.
3. Поддержка родителей, испытывающих тревогу перед экзаменами их детей.

Это собрание рассчитано на родителей, которые уже знакомы с содержательной спецификой ЕГЭ и его требованиями

#### Ход собрания

##### «КОРЗИНА ЧУВСТВ»

- Уважаемые мамы и папы! У меня в руках корзина, на дне которой находятся самые разнообразные чувства, позитивные и негативные, которые может испытывать человек. Я знаю, что в Вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили все Ваше существование. Они связаны с тем, что Вашим детям скоро предстоит закончить школу, и что впереди их ждут серьёзные испытания – экзамены.

Сейчас мы будем передавать эту корзину и я попрошу Васпо очереди достать из корзины сердечко и рассказать, какое чувство в нём живёт. (одно, самое важное)

- Это сердечко сохраните до конца собрания и запомните то чувство, с которым Вы сюда пришли. Мы к ним вернёмся в конце нашей встречи.

- Мы уже сказали, что очень скоро завершатся школьные годы ваших детей. Впереди у них очень важный период – экзамены. Им предстоит сдавать их в особой форме – в форме единого государственного экзамена. ЕГЭ отличается от привычных для нас форм проверки знаний: контрольных, самостоятельных работ и устных экзаменов, поэтому мы уделяем особое

внимание подготовке к нему. Успешная сдача ЕГЭ – это наша с вами общая задача, в решении которой и у семьи, и у школы есть свои зоны ответственности. И мы об этом ещё поговорим. А сначала я предлагаю Вам игру, которая называется **«Ассоциации»**.

«Ассоциации – это первое, что приходит в голову, когда вы слышите какое-то слово или видите какой-то предмет. Нам нужно будет давать ассоциации на то слово, которое скажет предыдущий игрок. Например, если я начинаю и говорю слово «тумбочка», то вы (показывает на родителя, продолжающего игру) называете свою ассоциацию на это слово, например «телевизор», а следующий дает свою ассоциацию на это слово и т.д. Постарайтесь не задумываться подолгу, говорите первое, что приходит в голову.

Итак, я начинаю: экзамен – ...».

### **Упражнение «Расшифровка»**

- Но нашим детям предстоит не обычный экзамен, а ЕГЭ.

(Для работы потребуются плакаты с буквами Е, Г, Э (по одной букве на каждом плакате).

- Перед вами три буквы. Они могут иметь хорошо известную нам расшифровку – единый государственный экзамен, а могут обозначать что-то совсем другое. Давайте попробуем расшифровать каждую букву по-своему.

(Сначала участники вспоминают слова, начинающиеся на каждую из этих букв, и записывают эти слова на соответствующих плакатах, а затем педагог предлагает составить из получившихся слов словосочетания. В итоге получается что-то вроде «естественный громкий эксперимент».)

- Вы все уже имеете представление об этом «эксперименте» и я предлагаю Вам высказать своё мнение о некоторых вопросах, касающихся ЕГЭ. А делать это мы будем так:

### **Упражнение «Шкала согласия»**

Ведущий обозначает в комнате два крайних полюса: согласия и несогласия. Затем предлагает участникам различные утверждения и просит занять позицию в пространстве, отражающую степень согласия или несогласия с этим утверждением. Далее ведущий просит желающих прокомментировать свою позицию.

Утверждения для выражения степени согласия и несогласия:

- *Я много знаю о процедуре проведения ЕГЭ.*

- *ЕГЭ предоставляет школьникам новые возможности.*

- *Сдать ЕГЭ моему ребенку по силам.*

- Единый государственный экзамен сдаётся в наших школах уже не один год. И все мы сформировали о нём какое-то определённое мнение. Кто-то говорит о ЕГЭ, как о великом благе, кто-то как о вселенском зле. Я Вам тоже предлагаю разделиться. Сердечки, которые Вы получили вначале собрания не случайно разных цветов. Займите столы в соответствие с цветом Вашего сердечка.

1 группа – попытается нам показать, чем плох ЕГЭ

2 группа – показывает его положительные стороны.

(Обсуждение)

- Какого бы мнения мы не придерживались, все мы понимаем, что ЕГЭ в первую очередь – это огромная ответственность.

### **Упражнение «Круг ответственности»**

Каждая группа получает лист формата А3 с нарисованным на нем кругом. Родителям дается следующее задание: «Представьте себе, что этот круг являет собой стопроцентный успех ребенка на экзамене. Этот успех зависит от многих факторов: от работы школы, от самого ребенка, от случая, от родителей... Пожалуйста, разделите этот круг на части в зависимости от того, кто и насколько, по-вашему, отвечает за успех ребенка на экзамене. Может быть, вы считаете, что успех на 50% зависит от школы? А может, на 15%? Нам интересно ваше мнение!»

Даю 3 минуты на обсуждение, а затем каждая группа озвучивает результаты своей работы.

*(ответы групп, комментарии, групповая самооценка)*

- Обратите внимание на то, что все группы единодушно заявили: успех ребенка на экзамене зависит не только от работы школы, но и от родителей, и от самих детей.

Успешность сдачи данной формы экзамена во многом зависит от знакомства учеников с его специфической процедурой. Вместе с тем именно в этом вопросе при подготовке к ЕГЭ и у ребят, и у родителей обнаруживаются самые существенные пробелы.

**ВИДЕОРОЛИК.**

## **Игра «Что я дам ребёнку на ЕГЭ»**

### **Упражнение «Мозговой штурм»**

Родителям предлагается следующая инструкция: «У каждого из нас есть свои собственные идеи и предложения о том, как помогать ребенку готовиться к экзаменам. Если мы поделимся друг с другом нашими идеями, это значительно обогатит каждого из нас и в конечном счете позволит нам лучше помогать детям».

Каждой группе нужно дать лист бумаги и ручку и объяснить задание: «Сейчас в течение пяти минут вам нужно вспомнить, придумать и записать как можно больше предложений и идей о том, как родители могут помогать своим детям готовиться к экзаменам. Не оценивайте реалистичность этих идей и не критикуйте их. Ваша задача – просто «накидать» как можно больше идей».

Когда время, отведенное на обсуждение, заканчивается, нужно попросить родителей озвучить тот список идей, который у них получился. Очень важно при этом всячески поддерживать, одобрять и положительно оценивать родительские высказывания.

Чтобы не забыть и не растерять те ценные мысли, которые будут высказаны родителям, можно собрать все листы с записями и составить обобщающую «копилку полезных советов», которую раздать родителям на следующем собрании с соответствующими комментариями.

## **2. Рекомендации для родителей (Презентация)**

**На этапе подготовки.** Очень важно не предъявлять заведомо невыполнимых ожиданий, которым ребенок не может соответствовать:

«Некоторые выпускники занимаются с утра до вечера, а ты после двух часов уже устал». Ребенок не притворяется – таковы его индивидуальные особенности. Большое значение приобретает оптимальный режим подготовки, чтобы ребенок не переутомлялся: ему необходимо делать перерывы в занятиях. Гулять, достаточно спать.

При формировании конструктивной стратегии деятельности на экзамене в качестве эффективного методического инструментария могут использоваться памятки – краткий перечень рекомендаций, направленный на помощь выпускнику или взрослым, его родителям, при решении той или иной проблемы.

**После экзамена.** С момента окончания экзамена вам уже никак не изменить его результаты. Не занимайтесь анализом результатов своего ребенка. Любой анализ в данной ситуации скорее ухудшает настроение, чем улучшает его. В данной ситуации вы лишь тратите время и энергию. После экзамена ребенок нуждается в отдыхе, подумайте о том, как он может отдохнуть или лучше использовать время.

#### **^ Психологическая поддержка подростка в семье, оказавшегося в трудной жизненной ситуации**

##### **Уважаемые родители!**

Помните, что психологическая поддержка подростка в семье, оказавшегося в трудной жизненной ситуации заключается в следующем.

Спокойно проанализируйте и объясните ребенку то, что произошло с ним, в доступной для него форме.

Помогите ему высказать свои чувства, выслушивая ребенка без вынесения каких-либо своих суждений или оценок.

Дайте понять ребенку, что переживание и слезы по поводу чего-то неприятного являются нормальным явлением и свойственны всем людям.

Дайте время ребенку для того, чтобы он мог обдумать происшедшее и более четко определить свое отношение и высказать свои чувства.

Домашняя обстановка, возвращение к привычной повседневной деятельности может помочь в преодолении стрессового состояния.

Если ребенок испытывает страх, покажите ему, что его любят и всегда готовы защитить; в этот период очень важно, чтобы вся семья была вместе. Если отход ко сну сопровождается какими-либо отклонениями от привычного поведения, позвольте ребенку, например, спать с включенным светом.

Объясните ребенку, в зависимости от характера проблемной ситуации, что происшедшее не является его виной или же в какой-то степени стало следствием его ошибки или заблуждения, которых следует избегать в дальнейшем.

Не критикуйте проявления регрессии, т. е. поведения, характерного для более ранних «детских» ступеней развития.

Позвольте ребенку выражать любые свои эмоции и не ждите от него, что он должен быть веселым и жизнерадостным.

Дайте возможность ребенку почувствовать, что он может сам управлять своей жизнью, — в частности, предоставьте ему возможность принимать самостоятельные решения по поводу своей одежды, еды и т. д.

## 5. Выступление психолога: Роль родителей в подготовке выпускников к ЕГЭ

Примерный текст выступления психолога:

Успешная подготовка ребенка к ЕГЭ зависит от наших общих усилий: с одной стороны, школы, а с другой – семьи.

Что же могут сделать родители?

Очень важно оказать помощь ребенку в организации режима дня, так как сами дети зачастую пренебрегают простыми гигиеническими правилами. Например, дети часто волнуются, так как им кажется, что объем материала очень большой, они не успеют все выучить к экзаменам. Для того чтобы эта задача стала для детей более реальной, мы можем оказать им помощь в распределении учебного материала по дням, в определении ежедневной нагрузки, в составлении плана. Составление плана помогает также

справиться с тревогой: ребенок понимает, что успеть выучить весь учебный материал вполне реально, у него достаточно времени для этого. Часто дети не могут сами этого сделать, и наша помощь может быть как нельзя кстати.

Огромное значение имеет режим дня. Важно, чтобы ребенок имел возможность отдохнуть, сменить деятельность. Иногда для детей шумный или активный отдых становится дополнительной нагрузкой. Например, компьютерные игры только увеличивают усталость. Очень важно помочь ребенку найти такую форму досуга, которая бы его не переутомляла: прогулки, общение с одним-двумя друзьями. В течение дня также необходимо делать короткие перерывы каждые 45-60 минут. Это необходимо для сохранения высокой работоспособности. Ребенок может выпить чаю, отвлечься, поговорить по телефону и затем вновь вернуться к занятиям.

Для нормального самочувствия и хорошей работоспособности необходимо, чтобы ребенок высыпался. Иногда дети, торопясь выучить как можно больше, пренебрегают сном, занимаются по ночам, после чего быстрее устают, становятся раздражительными и беспокойными. В состоянии утомления работоспособность снижается, и продуктивность такой учебы, когда тянет в сон, очень невелика. Лучше позаниматься на свежую голову, выспавшись, чем допоздна сидеть за экзаменационными билетами.

Нужно ли на время экзаменов освобождать ребенка от домашней работы? Это вопрос непростой, потому что иногда дети начинают манипулировать своей учебой, чтобы избежать помощи по дому: «Я и так много занимаюсь, а меня еще заставляют мыть посуду». Физически легкая работа может выступать в роли разгрузки, позволяющей сменить деятельность и отдохнуть, а может только усиливать общее утомление, поэтому вопрос о помощи по дому нужно решать в индивидуальном порядке с учетом особенностей ребенка.

Особое значение в этот период имеет наш собственный эмоциональный настрой. Безусловно, для нас самих период выпускных и вступительных экзаменов является очень тревожным. Если ребенок видит, как мы переживаем, пьем валерьянку, он как бы заражается нашим напряжением и тревогой. Это особенно характерно для детей тревожных, склонных переживать даже без особого повода. Зачастую тревоги и страхи детей связаны с тем, что вступительные экзамены они воспринимают как нечто фатальное, непоправимое. Они даже боятся себе представить, что случится, если вдруг они не поступят, и это еще больше усугубляет напряжение, которое дети испытывают.

Во время экзаменов наша задача – создание эмоционально спокойной, ненапряженной атмосферы. Ребенку бывает трудно опираться на собственную уверенность в себе, и в этой ситуации роль такой «палочки-выручалочки» играем мы, взрослые. Важно создать для ребенка ситуацию успеха, говорить ему о том, что мы в него верим. Однако при этом следует дать понять, что ничего страшного не произойдет, даже если результат будет не совсем таким, каким хотелось бы (особенно в том случае, если ребенок очень ответственный и старается соответствовать ожиданиям взрослых).

Иногда может показаться, что подобный настрой может детей расхолаживать: если у меня и так все получится, зачем я буду стараться?

Дело в том, что существует определенный уровень волнения, оптимальный для организации деятельности. Если ребенок не волнуется, он ничего не делает. Очень высокий уровень волнения, наоборот, приводит к ступору, мешает деятельности. Все силы уходят на то, чтобы справиться с волнением.

Экзамены – ситуация действительно серьезная, но не запредельная. Ощущение огромной важности экзамена не стимулирует ребенка, а, напротив, мешает подготовке. В этом случае следует немного снизить значимость ситуации. Если ребенок понимает, что даже в случае неуспеха мир не рухнет и жизнь продолжится, это помогает ему чувствовать себя более уверенно.

Наконец, очень важно понять, в какой помощи нуждается именно ваш ребенок. Кому-то из детей необходимо, чтобы выслушали выученные им билеты, кому-то нужно помочь написать планы и конспекты. Узнать о том, что нужно ребенку, можно только спросив его: «Как я могу тебе помочь?»

**В ПРОЦЕССЕ – игра «Меню для отличника»**

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

-Думаю, в ходе нашего собрания мы ответили на многие Ваши вопросы, связанные с единым государственным экзаменом. Кто-то убедился в своём представлении о ЕГЭ, чьи-то мифы растаяли. И я предлагаю Вам вспомнить то чувство, с которым Вы пришли на собрание. Если оно изменилось, я прошу на выходе положить сердечко в Корзину чувств и оставить его здесь. Если Вы утвердились в своём чувстве, возьмите его с собой домой. Вам нужно будет прожить с ним до следующего собрания, когда мы вновь будем говорить о ЕГЭ.

До свидания. Желаю Вам удачи!