**Тема: «Готовимся к сдаче экзаменов»**

**Цель** проведения лектория: Формирование адекватного реалистичного мнения о ЕГЭ, ГИА; выработать конструктивное отношение родителей воспринимать экзамен не как испытание, а как возможность проявить учащемуся себя, приобрести экзаменационный опыт, стать более внимательными и организованными.

**Задачи:**

1. Ознакомление с нормативно-правовыми документами, правилами проведения государственной (итоговой) аттестации выпускников ОУ.

2. Разработка рекомендаций для родителей, учащихся и педагогов по подготовке к экзамену и преодолению стрессовых ситуаций во время итоговой аттестации.

3.Укрепления сотрудничества в сфере «семья и школа»

**Вид лектория:** тематический

**Форма проведения:** организационно-деятельностная игра с использованием психологического тренинга и приёмов дискуссии.

**Участники:** родители учащихся 9-х и 11-го классов, учителя-предметники, администрация школы, психолог.

**Оборудование:** компьютер, проектор, экран, мультимедийная презентация, пакеты с заданиями для родителей, буклеты по теме лектория, музыка для создания психологического комфорта

Для проведения занятия лектория необходима просторная уютная аудитория.

**Ход проведения лектория**

***1. Этап выявления потребностей и ожиданий участников.***

Очень скоро завершатся школьные годы ваших детей. Впереди у них очень важный период – экзамены. Слово "экзамен" переводиться с латинского как "испытание". Им предстоит сдавать их в особой форме – в форме итоговой государственной аттестации за курс и в форме единого государственного экзамена. Очевидно, что в подготовке учеников к экзамену огромную роль играете вы – родители. Именно родители во многом ориентируют детей на выбор предмета, который они сдают, внушают уверенность в своих силах или, наоборот, повышают тревогу, помогают, волнуются и переживают из-за недостаточно высоких оценок. Государственная итоговая аттестация и единый государственный экзамен, суть которых непонятна большинству из вас, представляет трудность не только для выпускников, но и для вас – пап и мам. Как можно помочь ребенку, чем должна отличаться подготовка к ЕГЭ от подготовки к традиционному экзамену, справится ли ребенок – все эти вопросы требуют ответа. А коль скоро вы, родители, принимаете непосредственное участие на этапе выпускных экзаменов, вам тоже необходима особая подготовка.

Прежде всего, вы сами, как правило, очень смутно представляете себе, что такое ЕГЭ. Известно, что недостаток информации повышает тревогу, которую вы, сами того не желая, можете передать детям. Расширение ваших, родители, знаний о сущности и процедуре Единого государственного экзамена, знакомство с конкретными заданиями позволит снизить тревогу, что, в свою очередь, поможет поддержать ребенка в этот непростой период.

Проведённое нами исследование показало, что отношение к проблеме ГИА и ЕГЭ в коллективе детей неоднозначное.

*(Анализ диагностических исследований, определение несоответствий,*

*противоречий во взглядах.)*

В ходе собрания мы постараемся рассмотреть эту актуальную проблему с разных сторон и, надеюсь, придём к выводу: итоговая государственная аттестация и единый государственный экзамен – это не абсолютный ужас, а трудная ситуация, справиться с которой им по силам.

***2. Этап информационный***

Выступление заместителя директора по учебно-воспитательной работе с информацией об организации итоговой государственной аттестации и единого государственного экзамена в 2012 – 2013 учебном году.

**Основные сведения о ЕГЭ**

Единый государственный экзамен (ЕГЭ) является основной формой итоговой государственной аттестации в школе для всех выпускников школ Российской Федерации.

Также участниками ЕГЭ являются закончившие российские школы иностранные граждане, лица без гражданства, беженцы и вынужденные переселенцы.

Более подробную информацию о проведении ЕГЭ см. в Положении о формах и порядке проведения государственной (итоговой) аттестации.

Какие предметы обязательны для получения аттестата?

Для всех выпускников обязательными являются два экзамена в форме ЕГЭ: русский язык и математика.

Предметы по выбору

Если учащийся намерен продолжить образование в образовательном учреждении высшего или среднего профессионального образования, то, помимо обязательных, он должен сдать предметы по выбору в форме ЕГЭ.

Сроки подачи заявления для сдачи предметов по выбору

Все высшие учебные заведения огласят перечень вступительных испытаний по каждому направлению подготовки до 1 февраля.

Сроки проведения ЕГЭ

Сроки и единое расписание проведения ЕГЭ ежегодно определяются Рособрнадзором.

Как будут оцениваться результаты ЕГЭ?

Результаты ЕГЭ оцениваются по 100-балльной шкале. В таком же виде они будут выставляться в свидетельство о ЕГЭ.

Неудовлетворительная оценка по ЕГЭ

Минимальное количество баллов по каждому предмету определяется по 100-балльной шкале в течение 6-8 дней после того, будет проведен ЕГЭ по предмету в основные сроки.

Выдача аттестатов и свидетельств о ЕГЭ

Школы обязаны выдать выпускникам аттестаты и свидетельства о ЕГЭ в период с 20 по 30 июня.

Срок действия свидетельства о ЕГЭ

Свидетельство о ЕГЭ действует до 31 декабря года, следующего за годом выпуска.

Разрешено пользоваться во время ЕГЭ

Математика - линейка

Физика - линейка и непрограммируемый калькулятор

Химия - непрограммируемый калькулятор

География - линейка, транспортир, непрограммируемый калькулятор

***3. Ролевая игра «Сдаем ЕГЭ».***

Рекомендации. Родители получают конверты с заданиями, которые имитируют реальные материалы ЕГЭ. В каждый конверт кладется «лист с вопросами» и «бланк для ответов». «Лист с вопросами» должен состоять из трех блоков (А, В и С) и включать соответствующие вопросы. Не стоит делать его слишком длинным: достаточно подобрать 3-4 вопроса в первый блок. 2-3 – во второй и 1-2 – в третий.

Инструкция для родителей: «Теперь, когда мы с вами четко представляем себе, что такое Единый государственный экзамен, давайте попробуем его сдать. Сейчас вы получите конверты с экзаменационными материалами. В каждом конверте находятся лист с вопросами и бланк для ответов. В листе, как и в настоящем ЕГЭ, есть вопросы трех групп: А, В и С. На выполнение всего вам отводится 5 минут. Вам не обязательно выполнять все задания, вы можете выбрать те из них, которые покажутся вам наиболее простыми. Все вопросы очень легкие, для вас не составит никакого труда на них ответить. Вам нужно прочитать вопрос и отметить ваш ответ на бланке, подчеркнуть нужный вариант или вписать свой вариант ответа».

Вопросы группы А

А1. Кто написал «Войну и мир»?

1. А. С. Пушкин

2. Н. В. Гоголь

3. Л. Н. Толстой

4. М. Твен

А2. Вода замерзает при температуре -

1.- 900

2. - 50

3. - 1000

4. 00

А3. В свободное время мой ребенок:

1. слушает музыку

2. играет в компьютер

3. общается с друзьями

4. готовится к занятиям

А4. Что нужно сделать ребенку, что хорошо подготовиться к экзамену:

1. написать шпаргалки

2. хорошо выспаться

3. освоить весь материал

4. узнать фамилию учителя и название сдаваемого предмета.

Вопросы группы В

В1. Какова температура кипения воды?

В2. Кто из ученых утверждал, что человек произошел от обезьяны?

В3. Напишите формулу воды.

В4. По каким предметам сдает экзамены ваш ребенок?

Вопросы группы С

С1. Опишите, чему учит сказка «Колобок»

С2. Как вы понимаете смысл пословицы «Без труда не вытащишь и рыбку из пруда»?

После ролевой игры необходимо попросить родителей поделиться опытом «Что показалось вам наиболее трудным?», «Какие мысли и чувства у вас возникли в ходе работы?».

После того, когда родители на своем опыте понимают, что представляет собой процедура сдачи ЕГЭ, можно переходить к общим рекомендациям психолога и педагогов.

***4. Рекомендации родителям***

Психологически период завершения обучения в школе представляет особую трудность для учеников еще и потому, что это время первого взрослого испытания: оно показывает, насколько выпускники готовы к взрослой жизни, насколько их уровень притязаний адекватен их возможностям. Поэтому результаты выпускных экзаменов имеют для детей особую значимость.

Для того чтобы лучше понять, что представляет собой ЕГЭ с психологической точки зрения, сравним его с традиционным экзаменом.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Отличительные особенности | Традиционный экзамен | Единый государственный экзамен |
| Что оценивается? | Важны не просто фактические знания, а умение их преподнести. Уровень развития устной речи может позволить «скрыть» пробелы в знаниях | Оцениваются фактические знания и умение рассуждать, решать, а также умение удерживаться в рамках задания, понимать формулировку, организованность |
| Что влияет на оценку? | Большое влияние оказывают субъективные факторы: контакт с экзаменатором, общее впечатление и т.д. | Оценка максимально объективна |
| Возможность исправить собственную ошибку | На устном экзамене легче заметить ошибку за счет обратной связи от экзаменатора и можно ее исправить во время рассказа или при ответе на вопрос экзаменатора, на письменном - при проверке собственной работы | Можно заметить и исправить ошибки при проверке |
| Кто оценивает? | Знакомые ученику люди | Компьютер, незнакомые и невидимые эксперты |
| Когда можно узнать результаты экзамена? | На устном экзамене - практически сразу, на письменном - в течение нескольких дней | В течение нескольких дней |
| Критерии оценки | Известны заранее | Известны заранее, но в очень общем виде |
| Содержание экзамена | Ученик должен продемонстрировать владение определенным фрагментом учебного материала (определенной темой, вопросом и т.д.) | Экзамен охватывает практически весь объем учебного материала |
| Как происходит фиксация результатов? | На письменном экзамене - на том же листе, на котором выполняются задания. На устном - на черновике | Результаты выполнения задания необходимо перенести на специальные бланки ответов |
| Стратегия деятельности во время экзамена | Унифицированная | Индивидуальная |

Процедура прохождения Единого государственного экзамена - деятельность сложная, отличающаяся от привычного опыта учеников и предъявляющая особые требования к уровню развития психических функций.

Можно выделить некоторые наиболее значимые психологические характеристики, которые требуются в процессе сдачи Единого государственного экзамена:

* высокая мобильность, переключаемость;
* высокий уровень организации деятельности;
* высокая и устойчивая работоспособность;
* высокий уровень концентрации внимания, произвольности;
* четкость и структурированность мышления, комбинаторность;
* сформированность внутреннего плана действий.

**Памятка для родителей**

**Как помочь детям подготовиться к ЕГЭ**

Психологическая поддержка.

Экзамен – сложное испытание и требует мобилизации сил и напряженной умственной работы от выпускника школы.

Подчёркивая важность этого события в жизни вашего сына/дочери, ответственность этого момента, старайтесь не нагнетать слишком сильное напряжение – чрезмерная тревога, как и чрезмерная расслабленность препятствуют эффективной подготовке.

Выпускнику необходимо чувствовать вашу поддержку, а не давление.

Выражайте уверенность в его способности справится с этим испытанием.

Обратите внимание и на свои чувства, связанные с ЕГЭ – если вы испытываете страх, боитесь, что Ваш ребенок не сдаст экзамен – эту тревогу может чувствовать и он – и это уменьшит его уверенность в своих силах. Напротив Ваша уверенность и убежденность в его способностях будет ему помогать.

Для уменьшения тревоги Вам необходимо получить всю необходимую информацию о ЕГЭ в своем образовательном учреждении. Вы можете также поговорить с классным руководителем – он владеет необходимой информацией.

Сохраняйте теплые и доверительные отношения с ребёнком в этот непростой период. Пусть он чувствует Вашу заботу и внимание, но не чрезмерную опеку и контроль.

Режим дня и самочувствие

Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал. Некоторым детям (с ведущим правым полушарием) для эффективной умственной работы нужен музыкальный фон. Это активизирует работу мозга, – но музыка должна быть без слов и не слишком громкая.

Занятия должны чередоваться с периодами отдыха. Через полтора часа интенсивной работы необходимо делать перерывы. Каждый день у ребенка должно быть время для любимых занятий, общения. Важен достаточный для отдыха сон – не менее 8 часов. Наблюдайте за самочувствием ребенка, никто, кроме Вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояние ребенка, связанное с переутомлением. Если Ваш ребенок плохо переносит интенсивные нагрузки, посоветуйтесь с лечащим врачом, о том какие поддерживающие и стимулирующие препараты Вы можете давать ребенку в этот период. Не назначайте препараты самостоятельно.

Обратите внимание на питание ребенка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага и т. д. стимулируют работу головного мозга. Кстати, в эту пору и “от плюшек не толстеют!” С утра перед экзаменом дайте ребёнку шоколадку… разумеется, чтобы глюкоза стимулировала мозговую деятельность…

Организация подготовки к экзамену.

Помогите выпускнику спланировать порядок подготовки, распределить темы по дням. Во время выполнения тестового задания приучайте ребенка ориентироваться во времени и его распределять. Тогда у ребенка будет навык умения концентрироваться на протяжении всего тестирования, что придаст ему спокойствие и снимет излишнюю тревожность. Если ребенок не носит часов, обязательно дайте ему часы на экзамен.

Приобретите пособия с тестовыми заданиями и устройте дома репетицию экзамена.

Научите работать с тестами:

Пробежать глазами весь текст, чтобы увидеть, какого типа задания в нем содержится, 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 ответ на вопрос или не уверен, пропусти его и отметь, чтобы потом к нему вернуться.

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

Накануне экзамена

Накануне экзамена обеспечьте полноценный отдых, выпускник должен отдохнуть и как следует выспаться. В последний день не нужно интенсивно заниматься, лучше дать организму отдохнуть и набраться сил перед испытанием.

Вечером перед экзаменом можно принять теплую ванну с расслабляющими компонентами – хвойный экстракт, морская соль, аромомасла (иланг-иланг, лаванда, сандал, душица, сосна).

Успокаивающие средства (валериану, пустырник) можно дать выпить на ночь перед экзаменом (при необходимости), но ни в коем случае не утром, в день экзамена.

Накануне экзамена поговорите с ребенком, обсудите его сомнения и страхи по поводу сдачи ЕГЭ, постарайтесь снять излишнее волнение, скажите, что у него все получится.

Утром, в день экзамена, проснуться поможет запах апельсинов, ритмичная музыка, душ, легкая зарядка. Легкий завтрак, пить лучше простую или минеральную воду.

Еще раз подбодрите ребенка, скажите, что вы не сомневаетесь в его способности справиться с ЕГЭ, пожелайте удачи, пусть уйдет из дома в хорошем настроении.

Безопасность

ОЧЕНЬ ВАЖНО! Всегда существует некоторый процент детей, не справившихся с ЕГЭ. Кроме того, ребенок может не набрать баллов, достаточных для поступления в тот ВУЗ, в который он хотел поступить.

На этот случай семья должна иметь запасной вариант действий, который заранее обсуждается с ребенком – он может найти временную работу, готовится к пересдаче на следующий год, пойти учится на платное заочное отделение, пойти в армию и т.д.

Ребенок должен знать, что с ним будет, если он не сдаст ЕГЭ или сдаст недостаточно хорошо. Неудача на экзамене не должна стать жизненной катастрофой, потрясением, с которым он не сможет справиться. Выход есть всегда – это главное, что он должен знать и помнить.

Ваши отношения должны быть достаточно теплыми и доверительными, чтобы в случае неудачи ребенок пришел к вам за поддержкой.

Если ребенок узнал о плохом результате и расстроился, поговорите с ним, постарайтесь успокоить, еще раз проговорите возможные варианты его дальнейшего жизненного пути.

Объясните, что целая жизнь гораздо больше, чем один несданный экзамен. Приведите примеры из своей жизни или жизни знакомых, которые терпели подобные неудачи, а потом все равно добивались успеха.

Предложите ему пригласить друзей, которые могут его поддержать, пусть он не остается наедине со своими тяжелыми чувствами и мыслями.

***5. «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». Родителей нужно разделить на группы по 5 — 6 человек. Поскольку, как правило, родители выпускников достаточно хорошо знакомы друг с другом, они скорее всего рассядутся в классе в соответствии со своими дружескими связями. Поэтому проще всего предложить объединиться родителям, сидящим рядом. 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.