

Технологическая карта родительского собрания

Тема: «Ребенок и сдача экзамена»

Цель: оказание психолого-педагогической помощи родителям выпускников.

Задачи:

- проанализировать подготовленность детей к предстоящим экзаменам;
- проанализировать наличие возможных трудностей и пути их разрешения;
- дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.

Адресат: родители обучающихся

Время проведения: 40-50 минут

Форма проведения: интерактивное занятие

Необходимые материалы: мультимедийное устройство, презентация, буклеты, памятки.

Методические указания: перед проведением занятия ведущий должен внимательно изучить все методические рекомендации, найти и прочитать информацию в интернете по данной тематике. Заранее подготовить буклеты и памятки.

№	Этап	Деятельность ведущего	Деятельность обучающихся	Результат
1.	Завязка, выявляющая проблему	Ведущий приветствует родителей, оглашает тему сегодняшнего занятия, ее актуальность. Начинает беседу на тему сдачи экзаменов, задает	Родители и дети слушают ведущего, задают вопросы, отвечают на вопросы ведущего.	Выход участников на тему занятия и проблему; Включенное обсуждение.
2	Процесс активного совместного логического размышления над проблемой	вопросы, выводит родителей на обсуждение (Приложение 1).	Слушают ведущего, обсуждают тему занятия, отвечают на вопросы	Проблема становится лично значимой, требующей ответа на поставленные вопросы, разрешения конкретных жизненных ситуации
3	Кульминационный момент (поворот "на себя")	Задает вопросы родителям. - Скажите, пожалуйста, на данный момент ваша семья столкнулась с какими-либо проблемами, связанными со сдачей экзаменов? - Какие проблемы? - Разрешили ли вы их или нет? - Если да, то как? И т.д. - Также важным является общение родителя и ребенка. Порой дети понимают слова, сказанные родителем, абсолютно по-другому. Мы приведем сейчас конкретные фразы и слова, которые нельзя говорить ребёнку перед экзаменами (Приложение 2)	Выполняют задание. Слушают ведущего, отвечают на вопросы, задают возникающие вопросы.	Каждый из детей должен осознать отсутствие или наличие проблем.
4	Самоанализ	Задает вопросы родителям.		Происходит анализ своих возможных действий.

5	Развязка	Обсуждение способов поддержки детей. Также задевает тему несдачи экзаменов (Приложение 3).	Слушают ведущего Рассуждают, отвечают на вопросы ведущего, задают вопросы	
6	Рефлексия	Организует обсуждение о проведенном занятии, получает обратную связь. - Что вам понравилось/не понравилось в процессе проведения занятия? Раздает буклеты, памятки.	Рефлексируют, отвечают на вопросы ведущего	Стимулирование самоанализа.

Приложение 1

- Добрый день, уважаемые родители!

Выпускные экзамены - один из важнейших этапов в жизни человека, во многом определяющих его будущее. Сдача ГИА вызывает неоднозначные чувства у выпускников и родителей. Больше того, ГИА - это сразу два экзамена: выпускной и вступительный, что повышает его субъективную значимость, а, соответственно, уровень тревоги. В этот период старшеклассники, несмотря на видимость взрослости, как никогда нуждаются в помощи и поддержке со стороны родителей.

Замечательно, если у родителей есть возможность оплачивать занятия с репетиторами, но только этим их помощь, ни в коем случае не должна ограничиваться. Именно родители могут помочь своему одиннадцатикласснику наиболее эффективно распорядиться временем и силами при подготовке к выпускным и вступительным испытаниям. Помощь взрослых очень важна для учащегося, поскольку ему, кроме всего прочего необходима ещё и психологическая готовность к ситуации сдачи экзаменов.

Согласитесь, что каждый, кто сдал экзамены, независимо от их результата, постигает самую важную в жизни науку – умение не сдаваться в трудной ситуации.

Поэтому вопрос стоит не только о психологическом состоянии выпускников на экзаменационном периоде, их волнениях и страхах, необходимой консультации психолога для разрядки ситуации, но и о психологическом состоянии их родителей, которые переживают не меньше своих детей, ведь понимают всю важность государственного экзамена. Детям необходима поддержка родителей, чтобы иметь возможность повысить личную самооценку, но, когда мамы и папы сами напряжены – это сделать сложно, поэтому взрослым необходимо помнить, что им взять себя и ситуацию в руки легче, нежели выпускнику.

Можно сделать небольшой вывод, что любой экзамен – это важная наука в жизни – умение не сдаваться в трудной ситуации. Детям необходима поддержка родителей перед экзаменами, во время и после них!!! НО, когда мамы и папы сами напряжены – это сделать сложно, поэтому взрослым необходимо помнить, что им взять себя и ситуацию в руки легче, нежели выпускнику. И порой кажется, что к экзамену готовится вся семья, а не один выпускник. Как правильно поддержать ребёнка и что нельзя говорить дочери или сыну накануне важного экзамена? Мы поговорим сегодня с вами об этом.

Приложение 2

Ниже представлены конкретные фразы и слова, которые нельзя говорить ребёнку перед экзаменами и способы поддержки ребёнка в столь ответственный для него момент.

1. «Не сдашь, у нас случится инфаркт! «Не сдашь экзамен, я умру», «Я не переживу, если ты завалишь ГИА!!!», «Если ГИА завалишь, можно вешаться...» и т.п.



Подобные фразы несут для ребёнка несколько смыслов

Во-первых, шантаж своим здоровьем — это жестоко и нечестно. Более того, к таким угрозам дети обычно относятся серьёзнее, чем думают родители. Вполне вероятно, подросток не покажет вам, что испуган, — из чувства протеста или из-за страха ещё больше попортить вам нервы. Но пользы такие слова не принесут. А контекст, который усвоит ребёнок будет следующим: если я не сдам экзамен, родители умрут. Вряд ли какому-то ребёнку этого захочется. В связи с этим у подростка, наряду с имеющейся тревожностью перед процедурой ГИА появляется дополнительный стрессовый фактор – переживания за судьбу родителя в случае неудачного результата сдачи его экзамена. А это, как

понимает каждый родитель, не будет способствовать успешной сдаче ГИА.

Во-вторых, родительская тревога передаётся детям: если мама и папа считают предстоящий экзамен карой небесной, значит, так и есть. Страх заразителен. И действительно убивает разум: испуганный человек хуже концентрируется, делает глупые ошибки там, где в более спокойном состоянии их не допустил бы, торопится и уже ничего не хочет, только чтобы всё закончилось поскорее.

Поэтому постарайтесь успокоиться сами и тем самым немного успокоить ребёнка.

!!!Самое главное, что необходимо усвоить родителю – успешный экзамен - это не панацея от всех бед, также как и неудачный экзамен – это не гарантия загубленной жизни ребёнка. Ситуацию можно решить всегда, найти варианты более или менее приемлемые для ребёнка и родителя. Главное сохранить жизнь и здоровье ребёнка.

Естественно, полная расслабленность тоже не способствует сдаче экзамена на «отлично». Но есть оптимальный уровень тревоги — тот, что держит в тонусе и позволяет сконцентрироваться на достижении хорошего результата. Такой уровень обеспечивает сама экзаменационная ситуация: тишина, строгий голос экзаменатора, разложенные по партам бланки. Всё, что сверх него, — лишнее, и скорее снизит шансы получить высокий балл.

2. «Ты все выучил? Готов?» и т.п.



Данная фраза также вызывает тревогу, заставляет почувствовать себя виноватым и увеличивает общее напряжение.

Ведь даже самый примерный отличник не может быть уверен, что выучил всё-всё-всё.

Кстати, а нужно ли это? На самом деле, пытаться выучить 100% материала — вредно. Известный советский психолог и психиатр Блюма Фольфовна Зейгарник описала эффект незавершённого действия (он же — эффект Зейгарник): оказывается, мы лучше запоминаем прерванные действия, чем завершённые. Осознание того, что мы не закончили что-то, держит мозг «в тонусе» и заставляет снова и снова прокручивать в памяти недоученную тему. Поэтому в критический момент она вспоминается лучше, чем зазубренная до дыр.

Ещё один очень важный момент – а вообще возможно ли выучить всё?... А вы пробовали знать ВСЁ в какой-либо области? Здесь важно вспомнить выражение «чем больше я знаю, тем больше степень моего незнания» (несколько перефразировано об этом говорил ещё Сократ).

3. «Не знаю как ты сдашь тесты, когда у тебя одни девочки/мальчики/прогулки/телевизор и т.п. на уме весь год были!..», «Садись учи, а то весь год ничего не делал...» и т.п.



Давайте попробуем разобраться в том, какой же смысл несёт данная фраза для подростка?

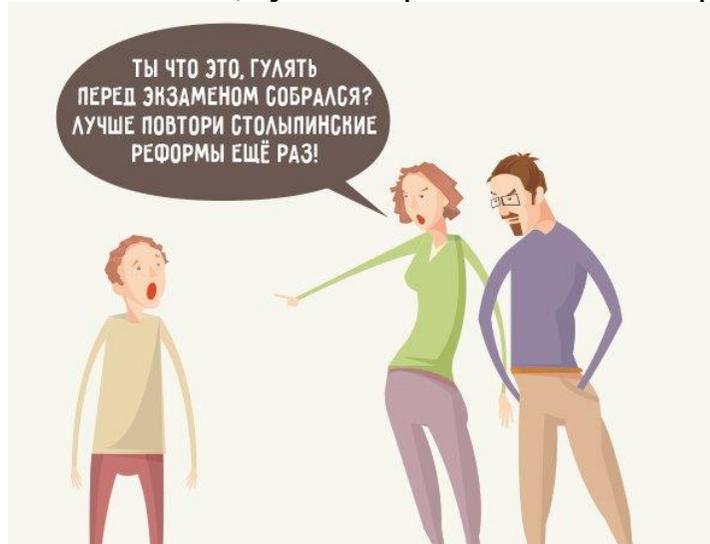
Во-первых, это сомнение в способностях ребёнка в целом. Сомнение родителя подрывает уверенность ребёнка в себе. Даже если подросток вам не говорит об этом напрямую и не демонстрирует внешними проявлениями.

Во-вторых, накануне ГИА он уже вряд ли наверстает упущенные за год знания, если такие были. Зато успеет почувствовать себя неполноценным и неуспевающим.

Есть немало историй, когда подростки и вовсе прогуливали важный экзамен от отчаяния и страха: «Всё равно я ничего не сдам, не хочу позориться. Какой смысл идти...». Даже если вы правы, и сын или дочь могли бы учиться получше весь год, стыд и чувство вины вряд ли помогут написать тест хотя бы на оценку «удовлетворительно». Серьёзные разговоры о поведении сейчас лучше отложить.

!!!Для подростка важнее, чтобы Вы оказали ему поддержку в данный момент. Отметим, что даже в случае неудачи на экзамене, жизнь не заканчивается и Вы, как родители, а значит самые важные и близкие люди для подростка, можете ему найти выход в любом случае.

4. «Ты что это, гулять перед экзаменом собрался? Лучше повтори материал перед экзаменом!»



Безусловно, вечеринки и бессонные ночи перед экзаменом противопоказаны. Но и зубрёжка в последний вечер — тоже. Все педагоги знают об эффекте «заезженной пластинки»: если накануне важного экзамена переучиться, перегруженная нервная система может в самый неподходящий момент объявить забастовку.

Самая лучшая стратегия перед экзаменом — вообще ничего не учить в последний вечер, погулять, послушать любимую музыку, выпить травяной чай и лечь спать пораньше. Телевизор, компьютерные игры и любые напитки с кофеином лучше исключить, как и долгое чтение художественной литературы. Но если несколько страниц любимой книги помогут успокоиться — пожалуйста. А вот утром можно в последний раз пролистать конспекты сложных тем.

Конечно приведённые выше фразы это только небольшой набор из того, что родителю приходит на ум, на фоне

переживания, тревоги за ребёнка, его будущее. Но это основные фразы, на которых строятся подобные им. В связи с этим, если усвоить и понять смысл подтекстов, которые они несут в себе для ребёнка, то высока вероятность, что Вы, как родитель, сможете более верно подбирать слова в диалогах с подростком, не травмируя и не обижая его.

Приложение 3

- А сейчас мы поговорим с вами о том, как можно помочь своему ребенку в столь важный момент в его жизни – сдачи экзамена. Скажите, уважаемые родители, помогаете ли вы своему ребенку и как? А оказываете ли вы поддержку своему ребенку? Какие способы применяете?

Хотелось бы обратить внимание родителя на то, что и как лучше говорить ребёнку, чтобы оказать ему помощь и поддержку.

Скажите, что *провал на экзамене не будет катастрофой всей жизни*. Большинство подростков правда думают именно так, даже если не подадут виду. Скажите, что всё равно будете любить, независимо от оценки. Что жизнь не состоит из одной школы и экзаменов, и это просто испытание. Важное, но не первое и не последнее в их жизни.

Наверняка ребёнок сам лучше подскажет вам, что его успокаивает, — нужно только прислушаться. «Мам, обними меня, мне страшно». «Пап, а включи нашу любимую песню». «Давайте одну серию сериала посмотрим, отвлечёмся».

Просто будьте рядом. Поддержка близких — по сути, единственное, что нужно человеку в такой напряжённый момент.

А если всё-таки не сдал (а)!..

В случае провала на экзамене многие родители грешат во всем на школу, учителей, на самого ребенка. Искать виноватых – задача неблагоприятная. Всегда виноватой оказывается, как минимум две, а иногда три и более стороны.

Результат ГИА зависит от нескольких факторов. Это родители, ребенок и школа. Не один из них нельзя выкидывать в случае неудачи. Винить кого-то – это, конечно, защитная реакция, свойственная людям. Но лучше сперва проанализировать ситуацию, подумать, в чем причина неудачи.

Важно помнить: *ГИА – это не конец света*. Даже если ребенок его не сдал, мир не перевернется. Возможно, это

даже лучший исход. У ребенка будет время переосмыслить ситуацию, подумать о будущем, решить, чем он хочет заняться: устроиться на работу, может, даже уйти в армию. Вспомните себя в его годы, вспомните, что такое переоценка ценностей спустя время, и сразу поймете, что никакой катастрофы не случилось.

Утешая ребенка, говорите искренне о своих чувствах: *«Да, я огорчена, расстроена. Да, я ждала другого результата, но это не конец, мы вместе с этим справимся. Давай думать, какие планы у тебя на жизнь, чем бы ты хотел заниматься. Возможно, ты устроишься на работу, начнешь более серьезную подготовку к экзаменам».*

Не оставляйте ребенка один на один с проблемой – вместе стройте планы, обсуждайте возможности, с помощью которых ее можно решить.

Некоторые родители берут ребенка под жесткий контроль: в школе не доглядели, но сейчас уж спуска не дадим. Нужно ли это? Спорный вопрос. Чаще всего дети не сдают ГИА совсем не потому, что над ними не было контроля.

Вопрос в том, какой результат вы ждете. Хотите ли вы, чтобы ребенок стал самостоятельным, мог принимать собственные решения. Несдача ГИА при правильном подходе со стороны родителей и ребенка многое меняет в его жизни. Он начинает понимать, что такое самостоятельность, серьезно задумывается о своих жизненных перспективах, о том, чем сможет заняться, не имея образования, сколько будет зарабатывать. Однако все эти перспективы ему нужно правильно озвучить.

А ещё более важно, родителю самому увидеть эти перспективы, понять, что вариантов масса, только оглядеться нужно и тогда ребёнок увидит их и сможет воплотить в жизнь.

- Скажите, уважаемые родители, по вашему мнению, как быть родителю, если ребенок не сдал ГИА?

Мы подобрали рекомендации для родителей о том, как утешить ребенка, не сдавшего ГИА:

1. В первую очередь, не ищите виноватых.

После провала на экзамене многие родители грешат во всем на школу, учителей, на самого ребенка. Искать виноватых – задача неблагоприятная. Всегда виноватой оказывается, как минимум две, а иногда три и более стороны.

Результат ГИА зависит от нескольких факторов. Это родители, ребенок и школа. Не один из них нельзя выкидывать в случае неудачи. Винить кого-то – это, конечно, защитная реакция, которая свойственна людям. Лучше вместо этого, вам необходимо проанализировать случившуюся ситуацию, обговорить со сторонами образовательного процесса (родители, педагоги, дети), подумать, какие причины могут быть, и попробовать найти решение данной ситуации.

2. Не гнобите.

Важно помнить: ГИА – это не конец света. Даже если ребенок его не сдал, мир не перевернется. Возможно, это даже

лучший исход. У ребенка будет время переосмыслить ситуацию, подумать о будущем, решить, чем он хочет заняться: устроиться на работу, может, даже уйти в армию. Вспомните себя в его годы, вспомните, что такое переоценка ценностей спустя время, и сразу поймете, что никакой катастрофы не случилось.

К сожалению, иногда родители делают только хуже. Начинают гнобить детей за несданный ГИА и даже доводят до суицида.

Ни в коем случае нельзя говорить фразы из разряда: «Ты мне больше не сын/не дочь», «Я никогда не смогу тебя простить», «Не сдашь экзамен – домой не приходи», «Ты – позор нашей семьи», «Это клеймо на всю жизнь». Не надо этих катастроф!

3. Вместе стройте дальнейшие планы

Утешая ребенка, говорите искренне о своих чувствах: «Да, я огорчена, расстроена. Да, я ждала другого результата, но это не конец, мы вместе с этим справимся. Давай думать, какие планы у тебя на жизнь, чем бы ты хотел заниматься. Возможно, ты устроишься на работу, начнешь более серьезную подготовку к экзаменам».

Не бросайте ребенка один на один с проблемой – вместе стройте планы, как ее решить.

4. Не затягивайте с передышкой

Нужно ли тут же записывать ребенка на подготовительные курсы или требовать, чтобы он устроился на работу? Многое зависит от планов семьи. Кто-то заранее планирует отпуск, поездки. Какой смысл их отменять? Зачем наказывать и себя, и ребенка?

Здесь очень важно все обдумать, обговорить и найти рациональное решение.

Не рекомендуем говорить: «Передохни годик». Лучше в такой ситуации попробовать разрешить ситуацию спокойно, обговорив со всеми сторонами образовательного процесса. Родителям надо пересмотреть ситуацию, ребенку – приложить больше усилий к подготовке, а педагогам – помочь в этом.

5. Учите думать о перспективах

Некоторые родители берут ребенка под жесткий контроль: в школе не доглядели, но сейчас уж спуска не дадим. Нужно ли это? Спорный вопрос. Ведь порой дети не сдают экзамен не по этой причине.

Здесь вопрос состоит в том, какой результат вы ждете. Хотите ли вы, чтобы ребенок стал самостоятельным, мог принимать собственные решения... Несдача экзамена при правильном подходе со стороны родителей и ребенка многое меняет в его жизни. Он начинает понимать, что такое самостоятельность, серьезно задумывается о своих жизненных перспективах, о том, чем сможет заняться, не имея образования, сколько будет зарабатывать. Однако все эти перспективы ему нужно правильно озвучить.