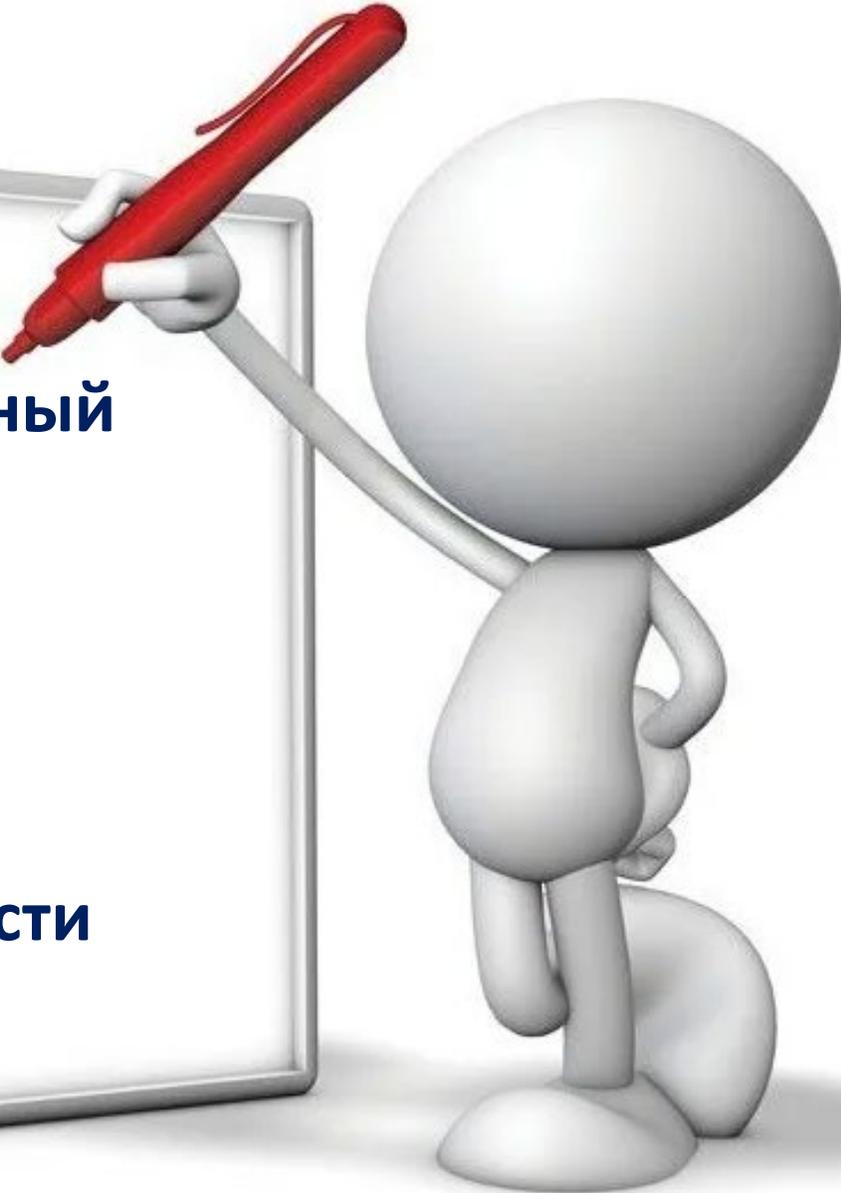




«Роль родителей в психологической подготовке выпускников к сдаче ЭКЗАМЕНОВ»

**Краснощек Кристина Владимировна,
педагог-психолог
МБУО Центр образования**



**ЭКЗАМЕН - самый ответственный
период жизни каждого
старшеклассника**

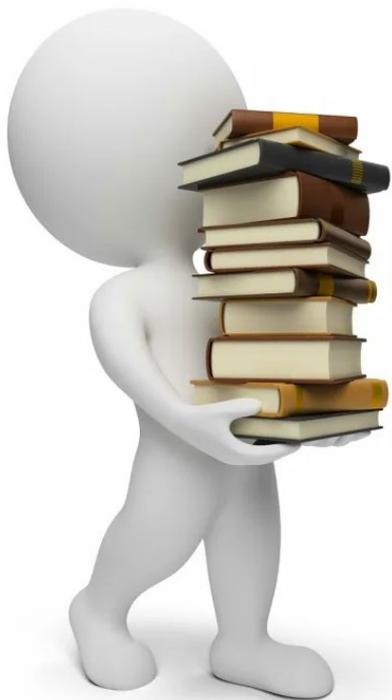
**СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ – это
умение преодолевать трудности**

ОТКУДА БЕРЕТСЯ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ СТРЕСС?

Психологическое давление

Подготовка к экзамену с большим напряжением организма

Отсутствие на экзамене знакомых педагогов, поддержки и привычной ситуации



СИМПТОМЫ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО СТРЕССА:

ГИА

Физиологические

ГИА

Эмоциональные

ГИА

Когнитивные

ГИА

Поведенческие



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА



**ТЫ МОЖЕШЬ
ЭТО СДЕЛАТЬ!**

**ТЫ ДЕЛАЕШЬ
ЭТО ОЧЕНЬ
ХОРОШО!**

**ЗНАЯ ТЕБЯ, Я
УВЕРЕН, ЧТО ТЫ
ВСЕ СДЕЛАЕШЬ
ХОРОШО!**

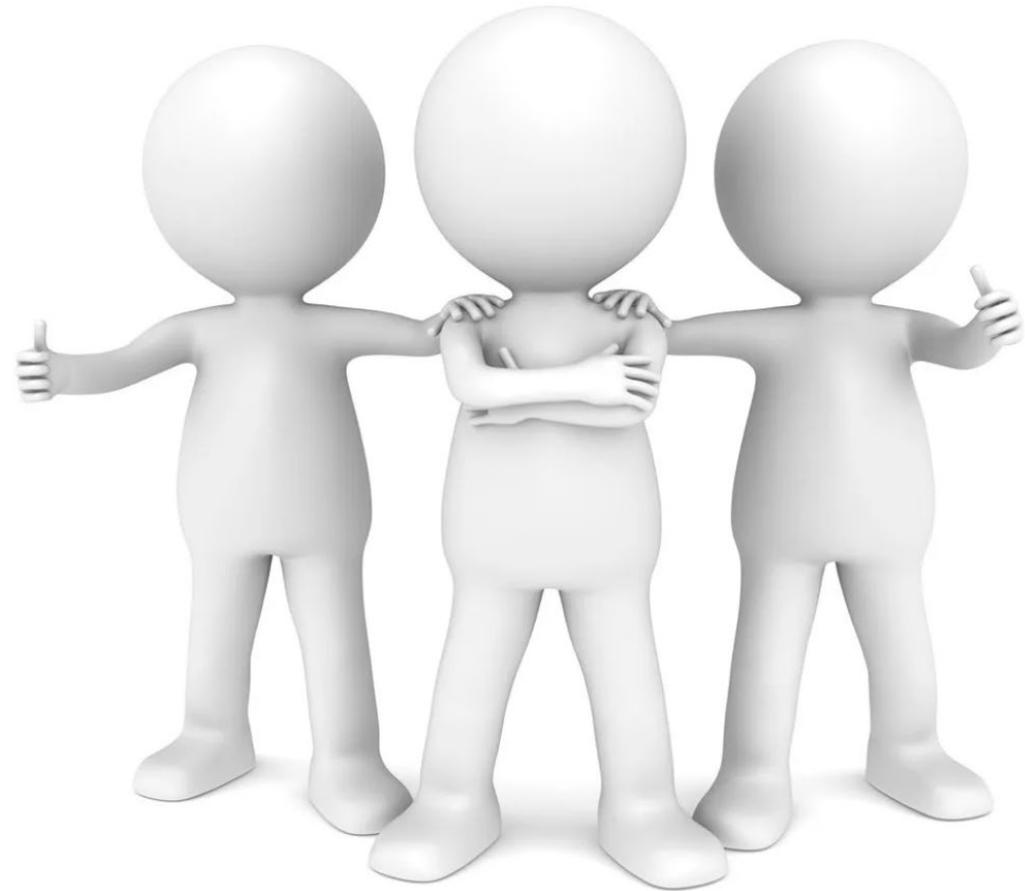


РОДИТЕЛИ!

Помогите ребенку обрести уверенность в том, что он справится с поставленной задачей

Забудьте о прошлых неудачах ребенка

Помните о прошлых успехах и возвращайтесь к ним, а не к ошибкам



ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ ВЫПУСКНИКА НЕОБХОДИМО:

Опирайтесь на сильные стороны ребенка

Избегать подчеркивания промахов ребенка

Проявлять веру в ребенка, уверенность в его силах, сопереживать

Поддерживать своего ребенка, демонстрировать, что понимаете его переживания

Создать дома обстановку дружелюбия и уважения, уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку



ВЫПУСКНИКИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья – физическое лицо, имеющее право создания специальных условий, в том числе при прохождении государственной итоговой аттестации

**Федеральный Закон
«Об образовании в РФ»
от 29.12.2012 года № 273**

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ОБРАЩЕНИЕ В ТПМПК НА ПОСЛЕДНИЕ ДНИ!

Адрес и контактные данные:

г. Артем, ул. Фрунзе, 101, каб. № 1 (первый этаж)

☐ по телефону: 8(42337)3-37-18

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГОВ РОДИТЕЛЯМ

Проявлять уверенность в силах ребенка

Чаще подбадривать детей, повышать их уверенность в себе

Проявлять доверие к своему ребенку

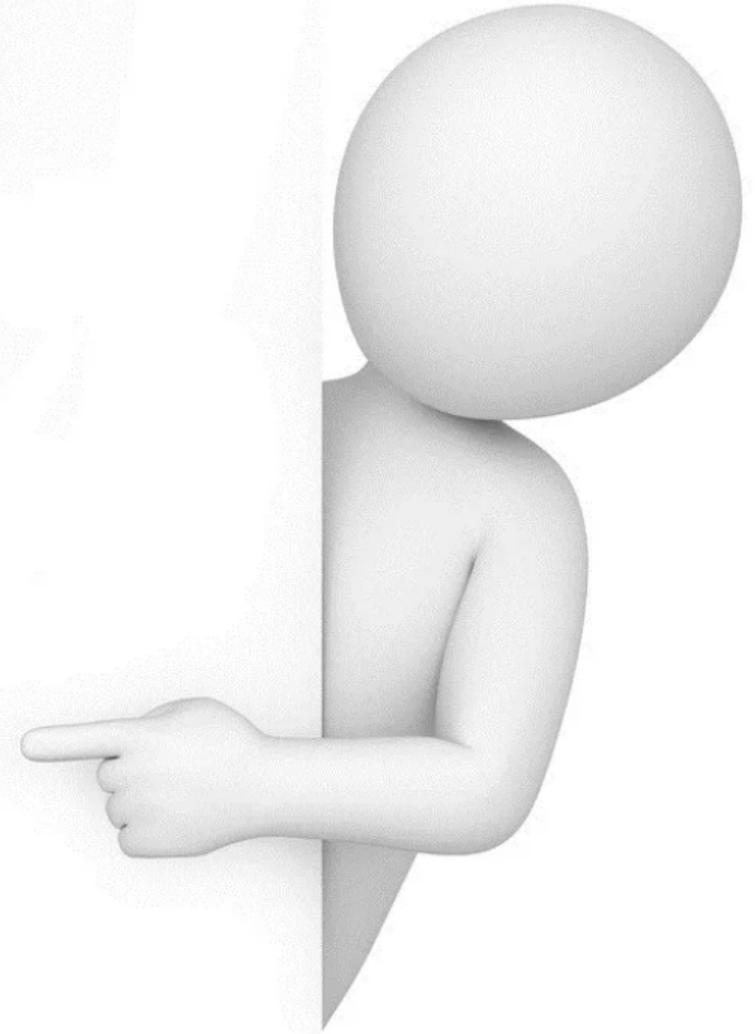
Контролировать режим подготовки ребенка к экзаменам, не допуская перегрузок

Помнить: главное – снизить напряженность и тревожность ребенка

Исключить на этот период все конфликтные ситуации

Стимулировать ответственность в подготовке к экзамену

Обеспечить полноценное питание





**Успешной
сдачи
ЭКЗАМЕНОВ!**