**Круглый стол на тему**

**«Как помочь ребёнку подготовиться к ОГЭ».**

*(для родителей учащихся девятых классов)*

Цель: определить вместе с родителями способы помощи детям в подготовке к ОГЭ.

Задачи:

1. Создать доброжелательную атмосферу в коллективе родителей.
2. Познакомить родителей с правилами и порядком проведения итоговой аттестации, в том числе основного государственного экзамена.
3. Создать условия для самостоятельного анализа ситуации родителями.
4. Проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям.
5. Дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.

Этапы:

1. Организационный. На данном этапе педагог организует среду, соответствующую целям собрания, организует взаимодействие с родителями для эффективной совместной работы (т.е. оформляет комнату, готовит необходимые материалы и оборудование, произносит вступительное слово, проводит игры на приветствие и раскрепощение участников).
2. Основной. На этом этапе педагог проводит основную работу по теме в виде мини лекции, беседы, просмотра видео лекции.
3. Заключительный. На данном этапе подводятся итоги проделанной работы, оценивается её эффективность, участники высказывают свои пожелания на будущее.

Предварительная работа: тестирование учащихся (приложение)

Материалы и оборудование:

1. Столы и стулья
2. Доска и мел
3. Видеопроектор, экран.

**Ход собрания**:

1. Вступительное слово педагога *(создать доброжелательную атмосферу, способствовать раскрепощению участников).* «Уважаемые родители! Сегодня мы обсудим актуальную для всех нас тему – подготовка детей к ОГЭ. Чем мы с вами можем им помочь?
2. Сообщение о результатах тестирования детей. Педагог раздаёт результаты тестирования их детей, комментирует результаты (какой уровень стресса у детей). Если у кого-то из детей выявился очень высокий уровень стресса, нужно порекомендовать обратиться к психологу.
3. Просмотр видео лекции «Советы и рекомендации специалистов по подготовке к ОГЭ» [3] *(проинформировать родителей о способах помощи детям).*

Во время просмотра лекции родители фиксируют для себя некоторые полезные рекомендации.

Примечание: продолжительность видео лекции - 47 минут. По усмотрению педагога возможно использование наиболее актуальных для данной аудитории фрагментов видео материала.

1. Беседа «Психологическая помощь ребёнку при подготовке к экзаменам»:

- Какими словами вы подбадриваете ребёнка?

- Что можно сделать для него, чтобы настроить на позитив?

- Чего лучше не делать в период подготовки к экзаменам?

1. Мини-лекция.

Родителям важно осознавать, что в предэкзаменационную пору нервное напряжение у детей неизбежно, это норма. Поэтому на этом этапе очень важна психологическая поддержка и разумный контроль. Нужно убедить ребенка, что к ОГЭ нужно готовиться тщательно и заранее. При этом важную роль играет психологическая обстановка в семье, отсутствие конфликтов, ссор и прочих раздражающих факторов. Недостаток моральной поддержки со стороны родителей вызывает у подростка чувство неуверенности, незащищенности и страха перед неизвестными испытаниями. Чаще общайтесь с детьми, выказывая свою заинтересованность в положительном результате. Проигрывайте предстоящие сложные ситуации, мысленно рисуйте вместе с ребенком картину триумфа. Демонстрация безграничной любви и понимания психологически приободрит девятиклассника. Пусть ребенок поделится своими страхами и переживаниями, выплеснет накопившиеся эмоции, не ругайте его за такие мелочи, как неубранная комната. Окажите помощь в правильном планировании времени, в случае переутомления сходите вместе в кино или театр. Поощряйте физическую активность. [1]

Видео лекцию с более подробными рекомендациями по оказанию психологической помощи ребёнку Вы можете найти на сайте ОмскРиД: <http://rid-omsk.irooo.ru> (в разделе «Обучающее видео»). [3]

1. Подведение итогов. Педагог предлагает родителям поделиться своими эмоциями и впечатлениями от собрания. Предлагается ответить на вопросы:

- была ли полученная информация полезной,

- как собираетесь использовать эту информацию?

Родители высказывают свои пожелания на будущее (какие темы их интересуют, какой помощи они ждут от педагога и какую помощь могут предложить сами)

Источники:

1. URL:<http://www.sibmedport.ru/article/10466-kak-pomoch-rebenku-podgotovitsja-k-ege-sovety-psihologa/>
2. URL: http://sinicin.depon72.ru/?p=1990
3. URL: http://rid-omsk.irooo.ru/index.php/obuchayushchee-video

Приложение

Тестирование выпускников по «Стресс-тесту».

Проводится в период подготовки к родительскому собранию во время классного часа. Учащимся предлагается прочитать включенные в тест утверждения и выразить степень своего согласия с ними, используя следующую шкалу:

*1 - почти никогда; 2 - редко; 3 - часто; 4 - почти всегда.*

1. Меня редко раздражают мелочи.

2. Я нервничаю, когда приходится кого-то ждать.

3. Когда я попадаю в неловкое положение, то краснею.

4. Когда я сержусь, то могу кого-нибудь обидеть.

5. Не переношу критики, выхожу из себя.

6. Если в транспорте меня толкнут, то отвечаю тем же или говорю что-нибудь грубое.

7. Все свободное время чем-нибудь занят.

8. На встречу всегда прихожу заранее или опаздываю.

9. Не умею выслушивать, вставляю реплики.

10. Страдаю отсутствием аппетита.

11. Беспричинно бываю беспокоен.

12. По утрам чувствую себя плохо.

13. Чувствую себя уставшим, плохо сплю, не могу отключиться.

14. И после продолжительного сна не чувствую себя нормально.

15. Думаю, что сердце у меня не в порядке.

16. У меня бывают боли в спине и шее.

17. Я барабаню пальцами по столу, а когда сижу, покачиваю ногой.

18. Мечтаю о признании, хочу, чтобы меня хвалили за то, что я делаю.

19. Думаю, что лучше многих.

20. Не соблюдаю диету, вес постоянно колеблется.

Шкала оценки:

30 баллов и меньше. – Вы живете спокойно и разумно, успеваете справиться с проблемами, которые возникают. Вы не страдаете ни ложным честолюбием, ни чрезмерной скромностью. Эти люди часто видят себя в розовом свете.

31-45 баллов. – Ваша жизнь наполнена деятельностью и напряжением, Вы страдаете от стресса как в положительном смысле этого слова ( то есть у Вас есть стремление чего-нибудь достигать), так и в отрицательном. По всей видимости, Вы не измените образа жизни, но оставьте немного времени и для себя.

46-60 балов. – Ваша жизнь – беспрестанная борьба. Вы честолюбивы и мечтаете о карьере. Для Вас важно мнение других, и это держит Вас в состоянии стресса. Если будете продолжать в том же духе, то многого добьетесь, но вряд ли это доставит Вам радость. Избегайте лишних споров, усмиряйте свой гнев, вызванный мелочами. Не пытайтесь добиться всегда максимального результата. Время от времени давайте себе полную передышку.

61 балл и больше. – Вы живете, как водитель машины, который одновременно жмет на газ и на тормоз. Поменяйте образ жизни. Стресс, которому Вы подвержены, угрожает и здоровью, и Вашему будущему.