**Ата-аналарға арналған жадынама**

**Құрметті түлектің ата-анасы!**

**Сіздің ұлыңыз немесе қызыңыз бір нәрсеге қатысады**

**мемлекеттік емтихан (ҰБТ)**

Олар неге сонша уайымдайды?

- өз білімдерінің толықтығы мен беріктігіне күмәнданыңыз

- өз қабілеттеріне күмәнданыңыз: логикалық ойлау, талдау, зейінді шоғырландыру және тарату қабілеті

- жеке ерекшеліктеріне байланысты емтиханнан қорқу-мазасыздық, өзіне деген сенімсіздік.

- белгісіз, бейтаныс жағдайдан қорқу.

- ата-аналар мен мектеп алдында жауапкершілікті арттыру.

-Осы себептердің әрқайсысы белгілі бір дәрежеде болуы мүмкін

- балаңыздың жағдайына әсер ету.

Балаңызға ҰБТ-ны дайындау мен тапсырудың қиын кезеңінде қалай көмектесе аласыз?

Сіз жасай аласыз:

- емтихан сіз үшін де, сіздің балаңыз үшін де белгісіздік жағдайы болмауы үшін емтихан процесі туралы ақпарат жинаңыз.

- түсіністік пен сүйіспеншілік таныту, қолдау көрсету және баланың күшіне сену:

Балаға сену арқылы сөгістен бас тартыңыз;

Егер мектеп оқушысы музыкамен айналысқысы келсе, онда

Памятка для родителей

Уважаемые родители выпускника!

Ваш сын или дочь участвуют в едином

государственном экзамене (ЕНТ)

Почему они так волнуются?

-сомневаются в полноте и прочности своих знаний

-сомневаются в собственных способностях: умении логически мыслить, анализировать, концентрировать и распределять внимание

-испытывают страх перед экзаменом в силу личностных особенностей - тревожности, неуверенности в себе.

-бояться неопределенной, незнакомой ситуации.

-испытывают повышенную ответственность перед родителями и школой.

-Каждая из этих причин в той или иной степени может

-влиять на состояние вашего ребенка.

**Чем вы можете помочь ребенку в сложный период подготовки и сдачи ЕНТ?**

**Вы можете:**

- собрать информацию о процессе проведения экзамена, чтобы экзамен не был ни для вас, ни для вашего ребенка ситуацией неопределенности.

- проявлять понимание и любовь, оказывать поддержку и верить в силы ребенка:

Откажитесь от упреков, доверяя ребенку;

Если школьник хочет заниматься под музыку, не препятствуйте этому, договорить только, чтобы эта музыка была без слов

-участвовать в подготовке к ЕНТ.

-обсудите, какой учебный материал нужно повторить, составьте план подготовки.

-вместе определите, «жаворонок» выпускник или «сова». Если «жаворонок»- основная подготовка к экзамену должна приходиться на первую половину дня, если «сова»- то на вечер.

-проведите репетицию письменного экзамена (ЕНТ). Установите продолжительность подобного экзамена (3 или 4 часа), организуйте условия для работы, при которых выпускник не будет отвлекаться. Помогите исправить ошибки и обсудите, почему они возникли.

-организовать режим (именно родители помогут эффективно организовать время и распределить силы при подготовке к ЕНТ).

-во время подготовки ребенок регулярно должен делать короткие перерывы.

-договоритесь с ребенком, что вечером накануне экзамена, он раньше прекратит подготовку, сходит на прогулку и вовремя ляжет спать. Последние 12 часов перед экзаменом должны уйти на подготовку организма, а не на приобретение знаний.