СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ВЫПУСКНИКОВ.

Не за горами уже1сентября, для некотых ребят этот праздник будет проходить в последний раз в стенах родной школы. Многие родители уже начинают переживать, поскольку впереди последний, самый ответственный год их детей: сдача ОГЭ, ЕГЭ. и выпускной.

Выпускной класс — самое трудное время для школьников, их родителей и учителей. Тревоги, неуверенность, недосып, да и обычные конфликты с ровесниками, влюбленность — все это наваливается на ребенка. Как ему помочь? В этом мы и попробуем разобраться. Итак,

5 СОВЕТОВ РОДИТЕЛЯМ ВЫПУСКНИКОВ:

1. Объединяем усилия.

В это трудное для всех время самое главное — объединить усилия и стать одной командой. Поделитесь друг с другом переживаниями и страхами. Разработайте совместно тактику подготовки к экзаменам и проживания этого учебного года. Распределите обязанности — кто за что отвечает. Все проблемы решайте с помощью дипломатии. Никакой паники и прессинга. Спокойствие и доброжелательная атмосфера — то, что поможет сохранить мир в доме и нервы родителям (да и детям).

2. Расставляем приоритеты

Учёба, отдых, сон, правильное питание, спорт, хобби, развлечения. Что выбрать, а от чего на время отказаться? Если правильно организовать день, можно успевать многое. Главным приоритетом, конечно, на это время становится подготовка к экзаменам. Упор делаем на предметы, к которым готовимся, остальное придется отодвинуть на задний план. Успеть все и везде в этот раз вряд ли получится.

Но чтобы материал хорошо усваивался, важно следить за эмоциональным и физическим здоровьем: спать, вовремя есть. Если спорт, хобби и развлечения не мешают спать и готовиться к экзаменам, их тоже оставляем.

3. Укрепляем веру в себя

Уважаемые родители, прекращаем критику и запугивания, повышаем уровень поддержки. Эффект будет потрясающий, вот увидите! Лучше вспомните и расскажите о своих экзаменах — важно, чтоб ваш выпускник понимал, что через это проходят все и его переживания и страхи абсолютно нормальное явление для этого периода жизни.

4. Запасные варианты

Предъявляйте своему выпускнику адекватные требования к результатам ЕГЭ, чаще демонстрируйте, что вы в любом случае на его стороне. ЕГЭ можно пересдать, в вуз «перепоступить», а нервные клетки, как известно, не восстанавливаются.

Продумайте вместе «отходные пути», если выпускник не пройдёт в нужный вуз по конкурсу. Это может быть другой вуз, платное отделение в этом же институте или можно подождать год и попытаться снова осуществить свою мечту. Непоступление — это не катастрофа, если есть продуманные «отходные пути».

5. Подготовительные курсы

Лучше посещать подготовительные курсы вуза, в который выпускник хочет поступать. Так он лучше узнает все тонкости поступления в конкретный институт, познакомится с возможными сокурсниками, узнает много полезного для успешной сдачи экзаменов и оценит свои силы и уровень подготовки. Конечно, посещение подготовительных курсов

— не гарантия поступления и индивидуальные занятия с репетиторами никто не отменял. Можно заниматься и самостоятельно: информации в интернете достаточно.