**РОДИТЕЛЯМ ВЫПУСКНИКОВ**

*Весна. Приближается ответственная и волнительная пора: выпускные экзамены! Что и говорить, тема – «валидольная»! Давайте вместе попробуем минимизировать стресс! Предлагаем Вашему вниманию серию публикаций для родителей выпускников.*

**Часть 1. Скоро экзамены***.*

В экзаменационную пору основная задача родителей - создать оптимальные комфортные условия для подготовки ребенка. Поощрение, поддержка, реальная помощь, а главное - спокойствие взрослых помогают ребенку успешно справиться с собственным волнением. Не запугивайте подростка, не напоминайте ему о сложности и ответственности предстоящих экзаменов. Это не повышает мотивацию, а только создает эмоциональные барьеры, которые сам ребенок преодолеть не может.

Успешная сдача экзамена очень зависит от эмоционального настроя и, конечно, от отношения к этому самих родителей. Попробуйте выполнить советы, которые помогут Вашим детям лучше подготовиться к предстоящим испытаниям.

1. Домашняя обстановка играет немаловажную роль. Необходимо обеспечить школьнику комфортные условия для занятий и следить за тем, чтобы никто из домашних не мешал ему.

2. Здоровье Вашего сына или дочери намного важнее, чем оценка, полученная на экзамене. Постарайтесь создать тихую и спокойную атмосферу в семье. Избегайте конфликтных ситуаций, нарушающих этот покой. Научите ребенка верить в то, что у него обязательно всё получится.

3. Немаловажно и питание школьника. Необходимо включить в его рацион продукты, стимулирующие работу головного мозга. Например, орехи, творог, рыбу ...

4. Можно ознакомить школьника с методикой подготовки к экзаменам, воспользовавшись ресурсами интернета. Подготовьте несколько вариантов тестовых заданий по экзаменуемому предмету и проведите тренировку. Как известно, тестирование отличается от письменного и устного экзамена.

5. Займитесь распределением тем подготовки по дням.

6. Важно при тренировочных тестированиях приучать ребенка рассчитывать и уметь распределять отведенное на тест время. Можно дать ему часы на экзамен, даже если в обычное время он их не носит.

7. Не говорите ребенку, что потратили много денег на репетитора для индивидуальных занятий с ним. Это может породить чувство вины и, следовательно, вызовет стресс.

8. Не допускайте перегрузок! Умеренно дозируйте подготовительную нагрузку.

9. Постарайтесь повысить уверенность ребенка в себе, подбадривайте его.

10. Не думайте о сумме баллов, которую может получить школьник на экзамене. Постарайтесь внушить ему мысль, что данные баллы не являются показателем его реальных возможностей.

11. Очень важно накануне экзамена не давать повышаться тревоге школьника, ведь это может негативно сказаться на результате работы. В силу своего возраста, он может не справиться со своими переполняющими эмоциями и просто «сорвется».

12. Еще одна ошибка родителей – это обещанное вознаграждение за хорошо сданные экзамены. Всё может обернуться тем, что школьник во время подготовки будет думать только о поощрении, а не о самом экзамене, и у него не получится сконцентрироваться на выполнении заданий.

13. Накануне ответственного дня постарайтесь обеспечить школьнику полноценный отдых - он должен как следует выспаться.

14. После пройденного экзамена ни в коем случае не критикуйте ребенка.

Независимо от результата часто, щедро и от всей души говорите ему о том, что он (она) - самый(ая) любимый(ая), и что все у него (неё) в жизни получится! Вера в успех, уверенность в своем ребенке, его возможностях, стимулирующая помощь в виде похвалы и одобрения очень важны.

**Часть 2. 9 или 11 классов?**

Стоит отпустить ребенка «в свободное плавание» после окончания основной школы или подождать? Какие преимущества и недостатки есть в решении уйти из школы на два года раньше?

**Недостатки**

\*Если ребенок уезжает для продолжения обучения в другой город, то сразу возникают проблемы с проживанием, питанием, проездом, контролем за успеваемостью и режимом дня, несмотря на то, что во многих учебных заведениях иногородним предоставляют благоустроенное общежитие, имеются современные столовые и кафе, а процесс обучения можно контролировать через Интернет.

\*На расстоянии сложнее контролировать режим дня. Очень часто дети, вырвавшись на свободу от чрезмерной родительской опеки, начинают прогуливать занятия и посещать различные увеселительные мероприятия, общаясь порою с сомнительными личностями, которые легко затянут в такие компании, где не сформировавшаяся еще до конца психика ребенка может сломаться под воздействием «коллективного разума».

\*Еще один минус в том, что к этому времени ребенок до конца не определился с выбором будущей профессии, и обучение может пройти впустую вместе с потерянным временем. Если ребенок учился недостаточно хорошо, он не попадает на нужную специальность по конкурсу аттестатов, и за обучение приходится платить.

\*Зачастую абитуриенту предлагают поступать на другую специальность, где конкурс меньше. В результате складывается такая ситуация, что ребенку не нравится учиться по предложенному направлению, и он опять же теряет время. Многие родители до сих пор убеждены, что вузовское образование престижнее, и что его можно получить только после окончания 11 классов.

**Преимущества**

\*В 2013 году был принят новый Закон об образовании, поэтому после окончания 9 класса абитуриенты поступают в учебные заведения без вступительных экзаменов по конкурсу аттестатов (за исключением творческих профессий).

\*После 9 класса, как правило, имеется много бюджетных мест и достаточное количество мест в общежитии.

\*После 11 класса у ребенка меньше шансов пройти по конкурсу и получить место в общежитии. Поэтому, возможно, придется платить и за обучение, и за жилье.

\*Как правило, учебная программа рассчитана таким образом, чтобы курс средней школы был пройден за 1 год (вместо 2 лет, если пойти в 10 класс), остальное время будет уделено профессиональной подготовке. А если ребенок не поступил после 11 класса в вуз и решил пойти в суз (среднее учебное заведение - техникум или колледж), то он теряет при этом 1 год.

\*Таким образом, ребенок уже через 3–4 года получает профессию. Кроме того, средне-специальные учебные сегодня заведения активно сотрудничают с потенциальными работодателями, которые охотно берут на практику студентов. Поэтому к окончанию обучения вместе с профессией выпускник, может получить и место работы.

\*Многие колледжи имеют договорные отношения, согласно которым выпускники могут поступить сразу на 3 курс вуза по профильной специальности без сдачи ЕГЭ. Как правило, студенты учатся заочно, совмещая работу с обучением, что гораздо удобнее и эффективнее, так как можно одновременно зарабатывать на жизнь, оплачивать свое обучение и завести семью.

9 классов или 11 — такой сложный и ответственный выбор, от которого, может быть, зависит вся дальнейшая жизнь человека. Это решение не должно быть спонтанным. Очень важно все тщательно обдумать, взвесить все «ЗА» и «ПРОТИВ».

**Часть 3. Как помочь ребенку выбрать профессию по душе**

Для многих семей, в которых есть подростки, со всей остротой встает вопрос о том, кем стать, куда пойти учиться, как готовиться к послешкольному образованию. Как помочь ребенку выбрать профессию, которая станет для него и полем для самореализации, и финансовой опорой? Об этом – наш сегодняшний разговор.

Часто родители видят свою задачу в том, чтобы сделать все ЗА ребенка. Такая позиция может быть продиктована желанием снять с него заботы и хлопоты, избежать ошибок и «странного» выбора. Однако, такая помощь зачастую оказывается медвежьей услугой: ребенок «вдруг» бросает институт, куда его с таким трудом устроили, или учится-работает «как положено», но совершенно теряет блеск в глазах и радость жизни.

Другая крайность — это «выпроваживание» ребенка во взрослый мир без поддержки и подготовки («пусть делает, как знает»). Когда родители самоустраняются при решении таких жизненно важных задач, как выбор профессии, это может закончится неразумным выбором. Стоит ли говорить, что и этот путь не приводит ни к счастью, ни к успеху?

Так в чем же основная родительская задача? Какой и в каком объеме должна быть родительская помощь?

**Первое, что важно понять: ребенок должен сделать свой выбор сам.** Это значимый фактор того, как он будет относиться к своей профессии, работе. Но чтобы выбор был не просто самостоятельным, а еще и осознанным (продуманным и ответственным), важно всё тщательно подготовить. КАК?

\*Помогите найти информацию о профессиях, рынке труда, вариантах образования и вместе разберитесь с ней.

\*Научите определять свои ключевые особенности (интересы, способности, личностные качества, ценности) и сопоставлять их с различными профессиями.

\*Научите конструктивно относиться к труду и образованию.

**Основные ошибки на пути к правильному выбору**

\*Ориентация на внешнее мнение. Это может быть мнение друзей, родителей, учителей. И даже мнение рекламы (о том, что модно, престижно, востребовано или сулит небывалое счастье). Иногда в этих голосах может прозвучать и истина, но важно научиться слушать себя: откликается ли это *во мне*, подходит ли.

\* Ориентация на выгоду — отличительная черта нашего времени, но она вовсе не полезная и конструктивная. Нужно понимать, что, во-первых, профессия и место работы — это не синонимы, и заработок зависит прежде всего от места работы, а не от самой по себе профессии или образования. А во-вторых, шанс зарабатывать больше появляется в той области, к которой лежит душа, когда есть искренний интерес и необходимые способности.

\*Ориентация на беззаботность. Желание получить что-то «не напрягаясь», приводит к тому, что мы выбираем путь наименьшего сопротивления: вуз поближе к дому; факультет и специальность с наименьшим конкурсом; институт, в котором есть «свои люди» и т. п. Очевидно, что о реализации способностей выпускника речи не идет. А, как мы помним, именно возможность применить свои уникальные особенности для блага других ведет нас к счастью, успеху и процветанию.

Научиться осознавать влияние этих факторов — важная задача и для самого подростка, и для родителей. Это шаг на пути к более зрелому выбору.

Информацию подготовила Лыкова С.С.,

воспитатель 1 квалификационной категории