**Родительская поддержка старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ**

ЕГЭ расшифровывается как единый государственный экзамен. В России это итоговый экзамен за курс среднего общего образования. С 2009 года ЕГЭ является единственной формой государственной итоговой аттестации 11 классов. Как и ОГЭ в 9 классе, ученики сдают ЕГЭ по двум обязательным предметам: русскому языку и математике. Но математика при этом имеет два уровня — базовы и профильной. Остальные дисциплины выбирают самостоятельно из утверждѐнного списка. Сертификат ЕГЭ действителен в течение четырѐх лет, следующих за годом сдачи экзамена. По результатам ЕГЭ можно поступить в учреждения высшего образования.

Единый государственный экзамен — серьѐзное испытание в жизни подростка. Большинство одиннадцатиклассников сильно переживают, а родители не знают, как помочь. Родители старшеклассников также переживают эту ситуацию как стрессовую, потому что беспокоятся, прежде всего, о будущем своих детей, т.к. от результатов сдачи экзамена во многом зависит вариативность выбора дальнейших форм обучения их

*ребенка. Как поддержать ребѐнка перед ЕГЭ? Что вы можете сделать, чтобы сын или дочь прошли сложный период с минимальным стрессом?* Чтобы ситуация напряжения и волнения не переросла в глобальный стресс для всех, необходимо, прежде всего, создать благоприятную психологическую атмосферу, способствующую сохранению психологического здоровья старшеклассников, которая будет способствовать эффективному процессу подготовки и сдачи итоговой аттестации выпускниками. Важно, чтобы родители и педагоги демонстрировали в этот период, прежде всего, стратегию поддержки и помощи ребенку, не превращая для ребенка школьный экзамен в главный жизненный. Именно такое поведение будет способствовать профилактике возможных поведенческих рисков в подростковой среде. Психологи выделяют три вида основных трудностей, с которыми сталкивается ребенок в процессе подготовки или во время сдачи итоговой аттестации:

- связанные с процессом проведения экзамена;

- связанные с особенностями познавательных процессов старшеклассников;

- связанные с личностными особенностями старшеклассников.

*Трудности, связанные с процедурой проведения экзамена, возникают чаще всего по следующим причинам:*

- недостаточное знакомство с процедурой экзамена;

- несформированность навыка вписывания ответов в экзаменационные бланки;

- присутствие на экзамене большого числа незнакомых взрослых;

- непонимание особенностей оценки отдельных заданий;

- непонимание и незнание старшеклассниками своих прав и обязанностей;

- необходимость решения большого количества задач в условиях жесткого дефицита времени.

*Познавательные трудности, которые включают в себя:*

- недостаточную сформированность общеучебных навыков;

- недостаточный уровень организации деятельности;

- недостаточный уровень концентрации внимания в условиях дефицита времени (цейтнота);

На формирование *личностных трудностей*, прежде всего, влияет отношение к результатам ЕГЭ как к сверхзначимым. Эти установки часто формируются в семье выпускников в результате повышенных ожиданий родителей, что, безусловно, повышает уровень личностной тревоги у старшеклассников и боязнь не оправдать ожидания и «вложенные средства» в подготовку к экзаменам. Успешность результатов на экзаменах зависит не только от развития предметных компетенций (знаний по конкретному предмету). Не менее важно, чтобы старшеклассник понимал смысл экзамена, имел собственную стратегию деятельности во время написания итоговой работы, чтобы у него были развиты навыки самоорганизации и адекватная оценка собственных возможностей. Психологическая поддержка старшеклассников родителями Важное значение имеет восприятие ЕГЭ в семье – какие разговоры ведутся в этот период в семье по поводу возможных последствий сдачи экзаменов для выпускника. Негативные или жесткие установки родителей на определенные результаты выпускных экзаменов могут сказаться на эмоциональном состоянии старшеклассников. Специфика самой формы проведения экзамена ЕГЭ (письменная форма, заполнение бланков, незнакомое окружение и люди) требует большей собранности и внимания, стратегии организации времени, которые более адекватны во время письменного экзамена. В это время учащимся не столько нужна внешняя поддержка со стороны окружающих, сколько важна ситуация, в которой они могут полностью сосредоточиться. Поэтому важно создавать дома определенную обстановку, в которой старшеклассник может полноценно готовиться к итоговой аттестации, не отвлекаясь на посторонние шумы, имея личностное пространство для учебной деятельности.

Важно, чтобы семья оказывала поддержку ребенку не только в сам период сдачи выпускных экзаменов, но и во время всего периода подготовки. Залог успешной сдачи экзамена — качественные знания. Не в ваших силах вложить их в голову сыну или дочери, но вы можете помочь найти репетиторов, купить необходимые пособия или курсы, предложить участие по мере необходимости. Родители могут проявить участие словами: «Хочешь, давай повторим такую-то тему? Я могу тебя поспрашивать, если что, обращайся». «Тебя устраивает курс подготовки? Чувствуешь, что занятия приносят пользу?» «Ты уверен, что правильно организовываешь своѐ время? Давай вместе подумаем, как оптимизировать график подготовки?»

Сегодня выпускники, сдающие ЕГЭ, выбирают онлайн-подготовку. Это помогает экономить время и силы. Предложите ребѐнку рассмотреть такой вариант. В рамках индивидуального маршрута обучения можно взять также курсы подготовки к декабрьскому сочинению и курсы по профильным предметам.

Перечень ресурсов для подготовки к ЕГЭ широк. Вот некоторые из них: 1. Examer – тренажер для самостоятельной подготовки к ЕГЭ

Подготовка к ЕГЭ – это не только повторение школьной программы, но и подготовка к самому экзамену. В значительной степени успешная сдача экзамена зависит от знакомства с его структурой, типичными заданиями. Иначе говоря, чтобы сдать ЕГЭ, нужно хорошо потренироваться, порепетировать, проходя стандартные задания. Для этой цели хорошо подходит ―Экзамер‖ – тренажер для самостоятельной подготовки к ЕГЭ по русскому языку, математике, физике и другим школьным предметам. Ключевое слово – ―тренажер‖, потому что, занимаясь на ―Экзамере‖, вы по большей части проходите точно такие же задания, какие встречаются на ЕГЭ по выбранному предмету, включая даже творческие. Вот, как проходит подготовка к ЕГЭ:

- Выбираете предмет и проходите вступительный тест.

- Указываете дату сдачи ЕГЭ и желаемый балл, на основе которых будет построен план занятий.

- Программа генерирует план занятий, вам нужно просто проходить его задание за заданием.

Также на ―Экзамере‖ есть разделы: Теория – краткий справочник по предмету. Анализ заданий – программа подсказывает, какие у вас пробелы в знаниях и рекомендует упражнения. Варианты + проверка экспертами – здесь можно выполнить варианты заданий, включая творческую часть. Творческие задания проверяются экспертами за отдельную небольшую плату. ЕГЭ Арена – онлайн-игра, где пользователи соревнуются в знании школьных предметов, сделана по принципу ―Своей игры‖.

―Экзамер‖ – платный сервис, бесплатно доступен первый модуль любого предмета. Я провел довольно много времени, изучая возможности ―Экзамера‖, – полностью прошел курс по русскому языку. Мне курс понравился – он действительно помогает понять специфику заданий и подготовиться к ним. 2. Foxford – подготовка к ЕГЭ с профессиональным преподавателем

―Фоксфорд‖ – это онлайн-школа для подготовки к ЕГЭ с помощью удаленных занятий с учителями. Ученики занимаются, как в обычной школе, но через интернет. Происходит это так:

Ученик регистрируется на сайте foxford.ru, выбирает и оплачивает нужный курс. В назначенное время нужно зайти на сайт и подключиться к уроку. Во время урока можно задавать вопросы в текстовом или голосовом чате. После урока учитель задает домашнее задание, записи пройденных уроков доступны в личном кабинете. Урок проходит не с помощью программ вроде Skype, а с помощью специального интерфейса на сайте ―Фоксфорда‖: Где слева располагаются материалы задания, справа – видео и чат. Видео можно развернуть на весь экран.

Помимо платных курсов на ―Фоксфорде‖ есть и бесплатные возможности: Открытые уроки и мастер-классы – в расписании вы можете найти бесплатные занятия. На них нужно только записаться и вовремя ―прийти‖, то есть подключиться к уроку. Некоторые занятия доступны для просмотра в записи.

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПОДРОСТКА**

Итак, основные функции родителей в период подготовки и сдачи выпускных экзаменов – это:

- сохранить здоровье их ребенка;

- снизить риски стресса у старшеклассника;

- обеспечить дома комфортные условия для подготовки к выпускным экзаменам;

- оказать поддержку в выборе профессии с учетом любых результатов экзаменов.