

Как подготовить младшего школьника к экзаменам?

Рекомендации для родителей.

В настоящее время экзамены в школе сдают не только старшеклассники, но и младшие школьники. С каждым годом значимость этих экзаменов возрастает. Любая проверочная работа — это стресс и для учеников, и для учителей, и для родителей. Необходимо выработать конструктивное отношение данному вопросу всех участников, научиться и научить воспринимать экзамены не как испытание, а как возможность проявить себя, улучшить оценки, приобрести опыт, стать более внимательными и организованными.

В подготовке к любой проверочной работе можно выделить две стороны: знание материала и психологическая подготовка. И если на первое родители могут повлиять только косвенно, то психологическая подготовка ребенка полностью в их руках.

Как родители могут помочь ребенку с подготовкой? Когда ребенок учиться в младших классах, то все довольно просто — можно задавать ребенку вопросы и проверять его знания. Если ребенку предстоит письменная работа, то готовиться к ней тоже лучше в письменной форме.

Что касается психологического момента, то очень часто боятся любых проверочных работ гиперответственные дети, для которых низкая оценка становится настоящей трагедией. И задача родителей не добавлять ребенку дополнительный стресс, привлекая повышенное внимание к проверке знаний и постоянно повторяя, что его главная задача — хорошо учиться. Ведь пятерка не стоит подорванного здоровья.

У детей часто бывают психологические проблемы при написании контрольной работы, когда они боятся не оправдать ожидания родителей. Ведите себя так, чтобы ребенок понял, что Ваше отношение к нему и любовь не зависят от оценки и многие психологические проблемы уйдут сами по себе. Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребенок получит на экзамене. Внушайте ему мысль, что количество баллов не является измерением его возможностей.

Родители должны научить ребенка нескольким важным правилам поведения при проверочной работе:

1. Заранее распределять и планировать время в зависимости от количества заданий.
2. Если какое-то задание не получается, оставить его и делать следующие. А потом уже вернуться к несделанному заданию.

3. Обязательно перепроверять работу, так как иногда одна маленькая ошибка ведет к неправильному решению всего задания.

Рекомендации родителям:

1. Не ругайте ребенка за ошибки в самостоятельных работах, а с помощью «наводящих вопросов» помогайте ему найти их причину и самостоятельно исправить.
2. Верьте в успех ребенка даже если пока у него плохо получается, замечайте любой, даже самый маленький, его самостоятельный шаг вперед, морально поддерживайте его и хвалите за этот шаг.
3. Стремитесь не «заставлять», а «мотивировать» ребенка, чтобы его работа над собой стала для него интересной и лично значимой. При этом важно постепенно переходить от внешней мотивации к внутренней: «конфета» - «похвала» - «привычка» - «потребность».
4. Проверяйте понимание и умение ребенка применять изученные правила. Хорошо, если вы прорешаете подобные задания. Это даст возможность выявить реальные результаты ребенка по всем темам и, таким образом, выяснить, какие темы требуют доработки. Одна из главных причин предэкзаменационного стресса - ситуация неопределенности. Тренировка в решении пробных тестовых заданий также снимает чувство неизвестности.
5. Позаботьтесь об организации режима дня и полноценного питания ребенка. Не допускайте перегрузок. Проследите, чтобы на экзамен ребенок отправился в оптимальной форме: не голодным, но и не с перегруженным желудком, выспавшимся и бодрым.

Основная задача родителей - создать комфортные условия для подготовки ребенка и... не мешать ему. Поощрение, поддержка, реальная помощь, а главное - спокойствие взрослых помогают ребенку успешно справиться с собственным волнением.