**Поддержка ребенка накануне экзамена**



Слово «экзамен» в переводе с латинского языка означает "испытание". Именно испытаниями для выпускников, подчас серьезными и судьбоносными, становятся **единый государственный экзамен** (ЕГЭ) и **государственная итоговая аттестация выпускников 9-х классов** (ОГЭ). **ЕГЭ** и **ОГЭ**, по сравнению с обычными экзаменами, проводятся в новой форме, с использованием **контрольных измерительных материалов** (**КИМ**). Основным отличием этой формы аттестации от традиционных экзаменов является то, что она предполагает получение независимой "внешней" оценки **качества подготовки выпускников**. Сравнительный анализ ЕГЭ и ОГЭ с традиционными экзаменами позволяет выделить следующие плюсы первых:

* оценка выполнения заданий максимально объективна, оценивают выполненные задания незнакомые эксперты;
* экзамен охватывает практически весь объем учебного материала, что позволяет набрать большее количество баллов;
* результаты задания фиксируются в специальном бланке регистрации ответов, что упрощает процесс сдачи экзамена.

В какой бы форме не проводился экзамен – это проверка знаний в условиях стресса и непредсказуемого результата. Стресс возникает не только у обучающихся, но и у **родителе**й. Жизнь детей и взрослых в этот период наполнена эмоциональной напряженностью. Некоторым родителям кажется, что если они постоянно будут напоминать детям о том, какое сложное испытание тем предстоит перенести, что набранное количество баллов может испортить жизнь, что экзамен будет написан точно плохо и проч., то ребенок мобилизуется, начнет усиленно заниматься, а оскорбления и укоры послужат толчком к работе над собой. Увы, нередко результат таких действий бывает прямо противоположным. Запугивание и "страшилки" грозят получением низкой оценки на экзамене. И это очень плохие помощники в **преодолении экзаменационного стресса**. Для того чтобы оказать реальную помощь ребенку перед экзаменом, родителям предлагаются следующие рекомендации.