|  |
| --- |
| **НҰР-сұлтан қаласы**  **№53 мектеп-лицей**  C:\Documents and Settings\Admin\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\7ZAAUU6B\MC900358763[1].wmf  **Мектеп бітірушілердің**  **ата-аналарына айтылар психологиялық кеңес** |

|  |
| --- |
| **ҰБТ-ке дайындалу кезінде ата-аналар тарапынан көрсетілетін көмек**  Балалардың ҰБТ-дан алатын балл саны туралы уайымдамаңыз және балаларды ҰБТ-дан кейін сынамаңыз. Балаға тестілеуден алатын балл саны оның мүмкіншілігін тексеретін толық көрсеткіш емес екендігіне сендіріңіз.  ҰБТ қарсаңында баланы көп мазаламаңыз - бұл тестілеу қорытындысына теріс әсер етуі мүмкін. Ата-аналарының қобалжуы балаларға беріледі. Ал егер ата-анасы жауапты кезеңдерде өз эмоцияларына ие бола алмаса, жас бала тіпті де қажып, сынуы мүмкін. Балаларды сергітіп, олар орындаған әр жақсы істері үшін мақтау айтыңыз.  Балалардың өз-өзіне деген сенімділігін арттырыңыз, себебі балалар сәтсіздіктен қорқа түскені сайын, қателіктер жіберу ықтималдығы да арта түседі.  Балаңыздың көңіл-күйі мен денсаулығын жиі тексеріп, қадағалап отырыңыз, баланың жан дүниесін Сізден артық ешкім түсінбейді. Баланың қатты шаршап, қажуына жол бермеңіз.  Баланың дайындық режимін қадағалап отырыңыз, бала дайындық арасында дем алып отыруы тиіс.  Үйден баланың дайындалуына қолайлы жер беріңіз, үйдегілердің ешқайсысы бөгет болмауын қамтамасыз етіңіз.  Баланың тамақтануына үлкен көңіл бөліңіз: баланың оймен қарқынды жұмыс істеу кезінде оған сіңімді әрі әр түрлі витаминді тағамдар жеуі керек. **Балық, ірімшік, дәндер, құрма т.б.** тағамдар мидың жұмыс істеуіне жақсы көмектеседі.  Балаларыңызға дайындық тақырыптарын әр күнге бөлуге көмектесіңіз.  Тестімен жұмыс істеу кезінде баланы алдын-ала уақытты бағдарлау мен оны үнемдей білуге үйретіңіз. Сонда ғана бала қобалжымай, тестіге толық көңіл бөлуде тәжірибесі мол болады. Егер ол бұрын қолына сағат тақпайтын болса, оған тестілеу кезінде міндетті түрде сағат беріңіз.  ҰБТ қарсаңында бала жақсылап дем алып, ұйқысын қандыруы керек.  **Тест кезінде мыналарға көңіл бөлуіне кеңес беріңіз:**  Қандай тапсырмалар түрі бар екенін көру үшін тестіге көзін бір жүргізіп өтсін, ол жұмысқа толық ден қоюына көмектеседі;  Сұракты соңына шейін оқып шығып, мағынасын түсіну керек (көбінесе балалар сұрақты соңына шейін оқымай жатып, алғашқы сөздерінен-ақ жауап беруге асығады);  Егер сұрақтың жауабын білмесең немесе сенімді болмасаң, тастап кет, кейін оған қайтып оралатыныңды белгілеп кет;  Егер берілген уақыт ішінде дұрыс жауап таба алмасаң, өз интуицияң бойынша дұрысына жақын деп тапқан жауабыңды белгіле;  **Есіңізде болсын, ең бастысы - баланы қобалжу мен қорқудан арылтып, оның дайындалуына қолайлы жағдай жасау.**  Мектеп психологтары: Жүнісова Назым Зиядақызы Ерпей Ерпейсова Жазира Көпболқызы |