**Мұғалімдерге, ата – аналарға, мектеп бітірушілеріне арналған ұсыныcтар мен кеңестер**

 **Мұғалімдерге кеңестер:**

Мұғалімдерге «жағада тұрып жүзуді үйретуге болмайтынын» ескере отырып, оқыту жүйесіне тесттік технологияларды белсенді түрде енгізгендері жөн. Соңғы жылдары тақырыптық тесттердің көптеген жинақтары басылып шықты. Олардың көмегімен оқушылардың материалдарды қаншалықты меңгергендігін бағалауға және тест тапсырмаларымен жұмыс біліктіліктерін қалыптастыру.

Тест тапсырмаларын орындаудағы бұндай жаттығулар оқушыларға ҰБТ тапсыруда ұпайларын жоғарылатуға мүмкіндік туғызады.Тесттік тапсырмалардың типтік құрылымын білгендіктен, оқушы нұсқаулықты түсінуге уақыт та жұмсамайды. Бұндай жаттығулар кезінде өздік жүйелеу мен өздік бақылаудың сәйкесінше психотехникалық біліктіліктері қалыптасады.

Бұл жағдайда жұмыстың негізгі бөлігін емтиханның дәл алдында емес, өткен тақырыптар бойынша сынақ тапсырғанда әрбір бөлшегін адалдай отырып, мейлінше ертерек, яғни, ҰБТ тапсырғандағыдай емес, эмоциональдық шиеленісі  төмен жағдайларда жүргізу керек.             Оқу үрдісінде оқушылардың алған білімдерін психотехникалық дағдылары ҰБТ тапсыруға дайындықтың тиімділігін арттырып қана қоймай, емтихан кезінде өздерін табысты етуіне мүмкіндік туғызады,ой жұмысының дамуына, өзін шешуші жағдаятта жұмылдыру білуіне, эмоциясына ие болуына септігін тигізеді.

**Ата – аналарға кеңес:**

Емтиханның табысты тапсырылуы көп жағдайда ата –аналардың бұған қарым – қатынасы мен күйін келтіруге тәуелді болады. Балаға емтиханға дайындалуына неғұрлым  жақсырақ көмектесу үшін біраз кеңестерді орындап көріңіз:  -   Баланың емтиханнан жинаған ұпайына уайымдамаңыз, оған ұпай саны жетілгендік емес деген сенім ұялатыңыз;

-       Емтихан қарсаңында баланың үрейін ұлғайтпаңыз – бұл баланың тестілеу нәтижесіне теріс әсер етеді, бала өз жас ерекшелігіне байланысты өз эмоциясына ие бола алмай, морт кетуі әбден мүмкін;

- Үйде баланы сабақ қарауға ыңғайлы орынмен қамтамасыз етіңіз, үйдегілердің оған кедергі жасамауын қадағалаңыз;

- балаға дайындалатын тақырыптарды күндерге бөлуге көмектесіңіз;

- баланы емтиханға дайындалу әдістерімен таныстырыңыз, пән бойынша тесттік тапсырмалардың бірнеше нұсқасын даярлаңыз да баланы жаттықтырыңыз, себебі, тестілеу бала үшін үйреншікті жазбаша және ауызша емтихандарынан айрықша ғой;

- тестілеу тапырмалары бойынша жаттығу кезінде баланы уақытқа бағдар жасауға және оны бөлуге үйретіңіз. Егер бала сағат тақпаса, оған міндетті түрде сағат беріңіз;

-баланы сергітіңіз, оның өзіне деген сенімділігін арттырыңыз;

-Баланың емтиханға дайындалу тәртібін бақылаңыз, шамадан тыс жүктеуге жол бермеңіз;

-баланың тамақтануына көңіл бөліңіз. Балық, ірімшік, жаңғақтар, курага және сол сияқты тағамдар мидың жұмысын жақсартады;

-емтихан қарсаңында баланың дұрыс тынығуын қамтамасыз етіңіз, ол демалуы және ұйқысын қандыру керек;

-баланы емтиханнан кейін сынаққа алмаңыз;

- есте сақтаңыз: ең бастысы – баланың  мазасыздануы мен үрейленуін азайту және оған сабақ қарауына ыңғайлы жағдай туғызыңыз.

**Түлектерге кеңес**

**Емтиханға дайындық:**

- сабақ қарау үшін орын дайында:үстелден артық дүниелерді жина, керекті оқулықтарды, кітаптарды, дәптерлерді,қарындаштарды және т.б. ыңғайлы орналастыр;

- бөлмені сарыға немесе күлгін түске бояңыз(олар ақыл –ой белсенділігін күшейтеді). Бұл үшін осы түстегі суреттер мен эстапмтардың болуы жеткілікті;

- сабақтың жоспарын құрастыр. Бұл үшін алдымен өзіңнің кім екеніңді анықтап ал: «үкісіз бе?» әлде «бозторғайсыз ба?», және соған орай таңғы немесе кешкілік сағаттарды мейлінше молынан пайдаланыңыз.

Дайындықтың әрбір күніне жоспар жасай отырып, бүгін дәл не оқылатынын нақты анықтап алу керек. «Біраз дайындаламын» деп емес, дәл қай бөлімдерді және тақырыптарды оқитыныңды айқында: - өзіңіз ең нашар білетін ең қиын тақырыптан баста.

            Бірақ егер сізге шайқалу қиын болса, өзіңіз үшін қызықты және сүйікті тақырыптан бастауға болады:

-          Дайындалу мен демалуды кезектестіріңіз: 40 минут сабақ, сосын 10 минут үзіліс. Үзіліс кезінде ыдыс жуып, гүл суарып, бой жазу жаттығуын жасап, душ қабылдауға болады;

-          Бұл пән бойынша әр түрлі шығарылған тесттерді мейлінше көбірек орындаңыз.

Бұл жаттығулар сізді тесттік жаттығулардың құрылымымен таныстырады:

-          Қолыңызға секундомер алып жаттығыңыз, тесттің орындалу уақытын есептеңіз(1 тапсырмаға орташа есеппен 2 минуттан көп емес уақыт кетуі керек);

-          Емтиханға байындала отырып, ойша шаттыққа бөленіңіз. Тапсырманы орындай алмай қаламын – ау деп ешқашан ойламаңыз;

-          Емтиханның алдында бір күнді ең қиын сұрақтарды тағы бір рет қайталауға қалдырыңыз.