****Уважаемые учителя !****

Помня о том, что **«нельзя научиться плавать, стоя на бере­гу»**, следует активнее вводить тестовые технологии в систему обучения. В последние годы Центром тестирования РФ выпущены сборники тематиче­ских тестов. Эти тесты разработаны для учащихся с 5-го по 11-й классы практически по всем предметам, выносимым на ГИА. С их помощью мож­но оценивать уровень усвоения материала учениками и отработать у них навык работы с тестовыми заданиями.  
Такие тренировки в выполнении тестовых заданий позволят уча­щимся в ходе сдачи ГИА реально повысить балл. Зная типовые конструк­ции тестовых заданий, ученик практически не будет тратить время на по­нимание инструкции. Во время таких тренировок формируются соответст­вующие психотехнические навыки саморегуляции и самоконтроля.  
При этом основную часть работы желательно проводить не перед самим экзаменом, а заранее, отрабатывая отдельные детали при сдаче за­четов по пройденным темам, т.е. в случаях не столь эмоционально напря­женных, как сдача ГИА.  
Психотехнические навыки, полученные учащимися в процессе обу­чения, не только повышают эффективность подготовки к сдаче ГИА, но и позволяют учащимся более успешно вести себя во время экзамена, способствуют развитию навыков мыслительной работы, умению мобилизовав себя в решающей ситуации, овладевать собственными эмоциями

•  Сосредоточивайтесь на позитивных сторонах и преимуществах учащегося с целью укрепления его самооценки.

•  Помогайте подростку поверить в себя и свои способности.

•  Помогайте избежать ошибок.

•  Поддерживайте выпускника при неудачах.

•  Подробно расскажите выпускникам, как будет проходить единый государственный экзамен, чтобы каждый из них последовательно представлял всю процедуру экзамена.

•  Приложите усилия, чтобы родители не только ознакомились с правилами для выпускников, но и не были сторонними наблюдателями во время подготовки ребенка к экзамену, а, наоборот, оказывали ему всестороннюю помощь и поддержку.

•  Учитывайте во время подготовки и проведения экзамена индивидуальные психофизиологические особенности выпускников. Психофизиологические особенности – это устойчивые природные характеристики человека, которые не меняются с возрастом и проявляются в скорости протекания мыслительно-речевых процессов, в продуктивности умственной деятельности