

Обратите внимание
на **питание** ребенка.
Включайте в рацион
больше **витаминов**:
овощей и фруктов



Позаботьтесь о том,
чтобы ребенок
придерживался
разумного распорядка
дня при подготовке к
экзаменам



ГОСУДАРСТВЕННАЯ
2020
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ



ЕГЭ
ОГЭ
в КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Верьте в своего ребенка, в
его природную
способность преодолевать
трудности

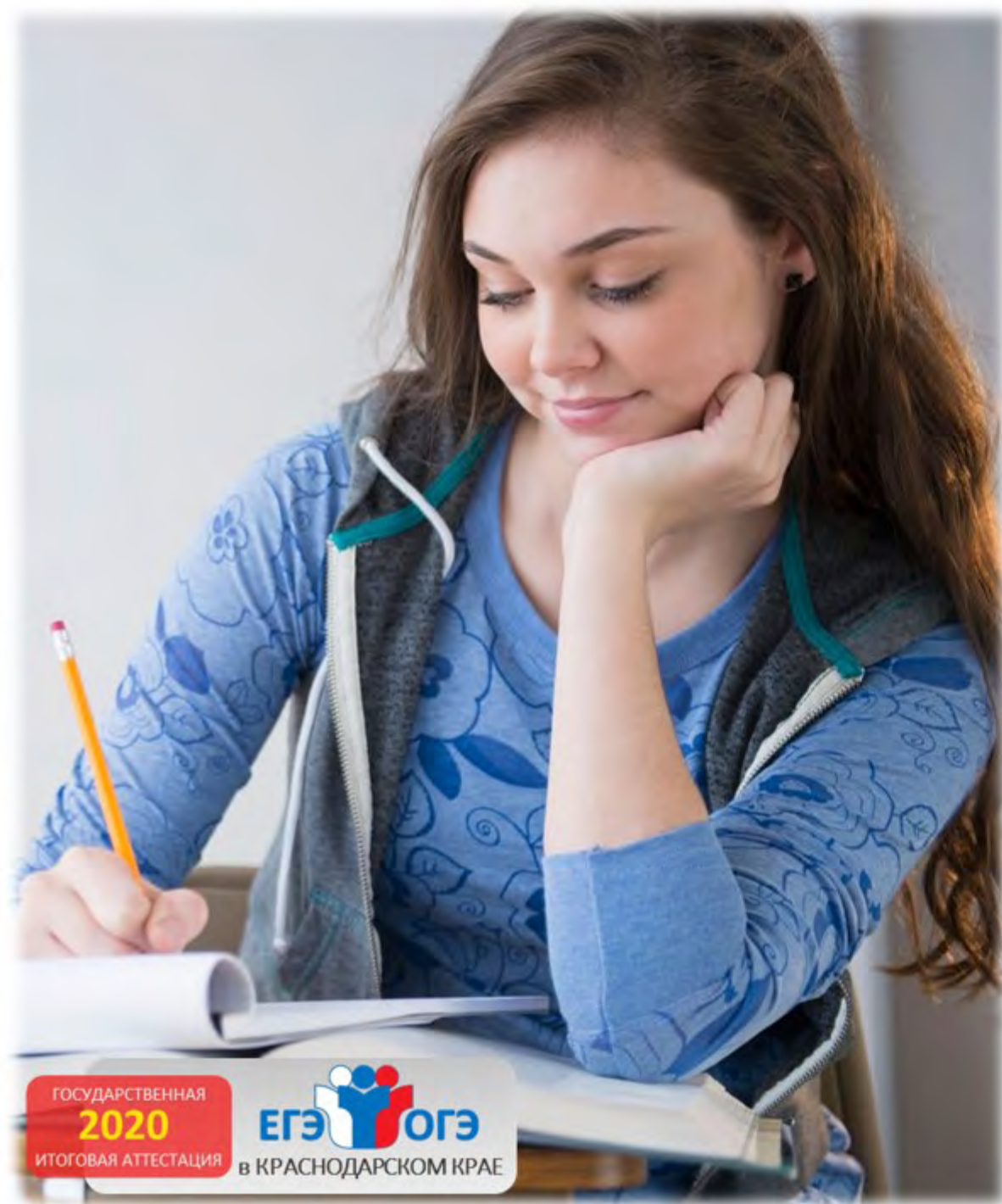


Старайтесь оставаться в
спокойной и взвешенной
позиции взрослого,
который всегда готов
ПОМОЧЬ



ГОСУДАРСТВЕННАЯ
2020
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

ЕГЭ  ОГЭ
в КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ



Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал готовиться к экзаменам



Помните, что подростку оптимально заниматься периодами по 1,5 часа с получасовым перерывом

ГОСУДАРСТВЕННАЯ
2020
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

ЕГЭ
ОГЭ
в КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ



Не тревожьтесь о
количестве баллов на
экзамене и не
критикуйте ребенка
после сдачи экзамена



Наблюдайте за
самочувствием ребенка,
чтобы вовремя
предотвратить ухудшение
состояния, связанное с
переутомлением

ГОСУДАРСТВЕННАЯ
2020
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

ЕГЭ ОГЭ
в КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ



Разговаривайте с
ребенком
заботливым,
успокаивающим,
ободряющим тоном



Не упоминайте
прошлых неудач,
связанных с учебой

ГОСУДАРСТВЕННАЯ
2020
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

ЕГЭ
ОГЭ
в КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ