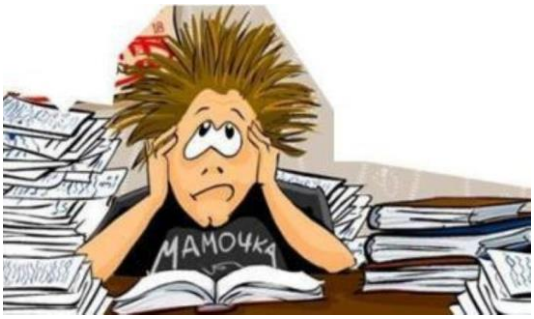
Советы РОДИТЕЛЯМ
«Помощь со стороны родителей по подготовке детей к ГИА»



1. Основная задача родителей - создать оптимальные комфортные условия для подготовки ребенка.
2.Поощрение, поддержка, реальная помощь, а главное - спокойствие взрослых помогают ребенку успешно справиться с собственным волнением.
3.Не запугивайте ребенка, не напоминайте ему о сложности и ответственности предстоящих экзаменов. Это не повышает мотивацию, а только создает эмоциональные барьеры, которые сам ребенок преодолеть не может.
4.Очень важно скорректировать ожидания выпускника. Объясните: для хорошего результата совсем не обязательно отвечать на все вопросы ГИА. Достаточно спокойно дать ответы на те вопросы, которые он знает наверняка.
5.Важны вера в успех, уверенность в своем ребенке, его возможностях, стимулирующая помощь в виде похвалы и одобрения.
6. Родители должны: помочь своим детям осознать свои сильные и слабые стороны, развить умения использовать собственные интеллектуальные ресурсы и настроить на успех!
7.Обеспечьте своему выпускнику удобное место для занятий, чтобы ему нравилось там заниматься!
8.Позаботьтесь об организации режима дня и полноценного питания. Не допускайте перегрузок ребенка. Через каждые 40-50 минут занятий обязательно нужно делать перерывы на 10-15 минут.
9.Накануне экзамена ребенок должен отдохнуть и как следует выспаться. Проследите за этим.
10.Не критикуйте ребенка после экзамена.

Независимо от результата экзамена, часто, щедро и от всей души говорите ему о том, что он (она) – самый(ая) любимый(ая), и что всё у него (неё) в жизни получится! Вера в успех, уверенность в своём ребёнке, его возможностях, стимулирующая помощь в виде похвалы и одобрения очень важны, ведь "от хорошего слова даже кактусы лучше растут".

Помните: *главное – снизить напряжение и тревожность ребенка и обеспечить ему подходящие условия для занятий.*