



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

**ВАША ПОДДЕРЖКА ОЧЕНЬ
ВАЖНА ДЛЯ УСПЕШНОСТИ
ВАШЕГО РЕБЁНКА
В СДАЧЕ ЕГЭ, ГИА!**

ЧТО ЗНАЧИТ – ПОДДЕРЖАТЬ ВЫПУСКНИКА?

- Верить в успех ребёнка.
- Опирается на сильные стороны ребёнка.
- Подбадривать, хвалить ребёнка.
- Избегать подчёркивания промахов ребёнка.
- Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение ребёнку.



КАК ОКАЗЫВАТЬ ПОДДЕРЖКУ?

- Добрыми словами, например: «Зная тебя, я уверен, что ты всё сделаешь хорошо!», «Ты знаешь это очень хорошо», «У тебя всё получится!», «Я буду мысленно всегда рядом с тобой!»
- Совместными действиями (присутствием при домашних занятиях ребёнка, совместными прогулками, совместными занятиями спортом)
- Доброжелательным выражением лица, тоном высказываний, прикосновений



КАТЕГОРИЧЕСКИ НЕЛЬЗЯ:

- Постоянно использовать в своих высказываниях частицу «не» и слово «должен»
- Рассматривать ЕГЭ, ГИА как единственный фактор, который имеет значение для будущего ребёнка.



ОЧЕНЬ ВАЖНО:

- • Поддерживать рабочий настрой ребёнка.
- • Быть спокойным, уравновешенным, доброжелательным в общении с ребёнком.
- Наблюдайте за самочувствием ребёнка!
- • Снижайте тревожность ребёнка. Ребёнку всегда передаётся волнение родителей.
- Если взрослые в ответственный момент не могут справиться со своими эмоциями, то ребёнок в силу взрослых особенностей может эмоционально «сорваться» накануне экзаменов.



- Следите за состоянием здоровья ребёнка. Никто, кроме Вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение физического состояния ребёнка, связанное с переутомлением.
- Контролировать режим подготовки ребёнка, не допуская его переутомления.
- Объяснить ребёнку, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом.



КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- Допускать перегрузок ребёнка.
- Допускать длительное стрессовое состояние ребёнка- это очень опасно.



ОРГАНИЗУЙТЕ ГАРМОНИЧНУЮ ДОМАШНЮЮ СРЕДУ!

- Обеспечьте спокойную, эмоционально комфортную атмосферу в доме.
- Обеспечьте дома удобное место для занятия ребёнка.
- Проследите, чтобы никто из домашних не мешал ребёнку во время занятий.
- Обратите внимание на питание ребёнка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов.



ОБЪЯСНИТЕ РЕБЁНКУ:



- Не имеет смысла зазубривать весь фактический материал, достаточно просмотреть ключевые моменты и уловить смысл и логику материала;
- Очень полезно делать краткие схематические выписки и таблицы, упорядочивая изучаемый материал по плану;
- Если ребёнок не умеет, покажите ему, как это делается на практике;
- Основные формулы и определения можно выписывать на листочках и повесить над письменным столом, над кроватью, в столовой и т.д.

