Дорогие родители, нам очень важно ваше участие в жизни школы. На страницах сайта вы можете узнать о том, чем мы занимаемся. Традиционно в школе проводятся родительские всеобучи - приходите, ваше внимание нам необходимо.

"Каждый, кто хочет учить мыслить, должен уметь мыслить сам. Нельзя научить другого делать то, чего сам не умеешь делать"

Э.В. Ильенков

**КАК ГОТОВИТЬСЯ К ЭКЗАМЕНАМ?**
(советы родителям)

Не секрет, что успешность сдачи экзамена во многом зависит от настроя и отношения к этому родителей. Чтобы помочь детям как можно лучше подготовиться к экзаменам, попробуйте выполнить несколько советов:Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребенок получит на экзамене. Внушайте ему мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей

Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребенок получит на экзамене. Внушайте ему мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей;

Не повышайте тревожность ребенка накануне экзаменов - это отрицательно скажется на результате тестирования. Ребенок в силу возрастные особенностей может не справиться со своими эмоциями и «сорваться»;

Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал;

Помогите детям распределить темы подготовки по дням. Ознакомьте ребенка с методикой подготовки к экзаменам. Подготовьте различные варианты тестовых заданий по предмету и потренируйте ребенка, ведь тестирование отличается от привычных ему письменных и устных экзаменов;

Во время тренировки по тестовым заданиям приучайте ребенка ориентироваться во времени и уметь его распределять. Если ребенок не носит часов, обязательно дайте ему часы на экзамен;

Подбадривайте детей, повышайте их уверенность в себе;

Контролируйте режим подготовки ребенка к экзаменам, не допускайте перегрузок;

Обратите внимание на питание ребенка. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага и т.д. стимулируют работу головного мозга;

Накануне экзамена обеспечьте ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться. Не критикуйте ребенка после экзамена;

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