

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Обратите внимание!

1. Подробно познакомьтесь вместе со своим ребенком с правилами и порядком проведения Государственной итоговой аттестации (ГИА). Выясните все непонятные вопросы (это можно сделать в своем общеобразовательном учреждении или воспользовавшись специальной литературой, посвященной ГИА).
2. Внимательно вместе со своим ребенком изучите образцы бланков и правила их заполнения (с образцами бланков можно познакомиться в общеобразовательном учреждении).
3. Внимательно изучите вместе со своим ребенком демонстрационные варианты заданий ЕГЭ.
4. Выясните с преподавателем все непонятные вопросы.
5. Подберите различные варианты тестовых заданий по тем предметам, которые Ваш ребенок предполагает сдавать. Выполнение тестовых заданий имеет свою специфику, поэтому важно, чтобы у ребенка был опыт выполнения заданий такого типа.
6. Во время тренировки в выполнении тестовых заданий приучайте Вашего ребенка обращать внимание на время и умение его распределять. Это позволит Вашему ребенку чувствовать себя более уверенно и спокойно во время экзамена. На экзамене у Вашего ребенка обязательно должны быть часы.
7. Проконсультируйтесь с преподавателями о том, как лучше Вашему ребенку организовать подготовку к экзамену. Помогите распределить материал для повторения по дням, следите за режимом подготовки, не допускайте перегрузок.
8. Обеспечьте Вашему ребенку условия для подготовки к экзамену (удобное рабочее место, спокойную рабочую обстановку).
9. Обеспечьте Вашему ребенку полноценное питание. Проконсультируйтесь с врачом о том, какие продукты и витамины необходимы для Вашего ребенка в период подготовки к экзамену.
10. Проследите, чтобы накануне экзамена Ваш ребенок хорошо отдохнул и не выполнял никаких учебных заданий. Рекомендуется прогулка, в ходе которой визуализируется (представляется образно) успешный для учащегося ход экзамена.
11. Не рекомендуется перед экзаменом использовать медикаментозные средства как стимулирующего, так и успокаивающего действия. Предпочтение следует отдать естественному волнению, справиться с которым поможет хорошая подготовленность к экзамену и уверенность в своих силах.
12. В процессе подготовки к экзамену не увеличивайте тревожность ребенка обсуждением количества баллов, которые он может получить на экзамене, не обсуждайте сразу после экзамена ошибки, допущенные Вашим ребенком.
13. Постарайтесь справиться со своими эмоциями, чтобы Ваше волнение не передалось ребенку и не увеличило его тревожность.
14. В беседах с ребенком старайтесь повысить его уверенность в хорошем результате экзамена.