**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 ГИА.**

**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.**