

Как помочь ребёнку в период подготовки к экзаменам

Уважаемые родители!

Слово «экзамен» переводится с латинского языка как «испытание».

Экзамен – это лишь одно из жизненных испытаний,

которое предстоит пройти Вашим детям.

Для любого человека – это определенный стресс.

- 1. Не повышайте тревожность ребенка накануне экзаменов.**
- 2. Внушайте ребенку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.**
- 3. Подбадривайте детей.**
- 4. Повышайте их уверенность в себе.**
- 5. Наблюдайте за самочувствием ребенка.**
- 6. Контролируйте режим подготовки ребенка, не допускайте перегрузок.**
- 7. Обеспечьте дома удобное место для занятий.**
- 8. Приучайте ребенка ориентироваться во времени и уметь его распределять.**
- 9. Накануне экзамена обеспечьте ребенку полноценный отдых.**

И помните, Вашим детям очень важна в период подготовки к экзаменам эмоциональная поддержка.

Не забывайте подбадривать их и хвалить.

Обязательно повышайте их уверенность в себе.

Желаю Вам успехов!