**Памятки-советы родителям при подготовке  детей к ГИА и ЕГЭ**

•      Забыть о прошлых неудачах и ошибках ребенка, не подчёркивать их! Помнить только о его успехах и возвращаться к ним!

•      Опираться на сильные стороны ребенка.

•      Проявлять веру в ребенка,   уверенность в его силах.

•      Создать дома обстановку дружелюбия и уважения,   демонстрировать любовь и уважение к ребенку

•      Быть одновременно твердыми, но добрыми,  не выступайте в роли судьи.

•      Поддерживать  своего ребенка, демонстрировать, что понимаете его переживания.

•      Наблюдайте за самочувствием ребенка, никто, кроме Вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояния ребенка, связанное с переутомлением.

•     Контролируйте режим подготовки ребенка, не допускайте перегрузок, объясните ему, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом.

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

•     Подготовьте различные варианты тестовых заданий по предмету (сейчас существует множество различных сборников тестовых заданий). Заранее во время тренировки по тестовым заданиям приучайте ребенка ориентироваться во времени, уметь его распределять.

•     Если ребенок не носит часов, обязательно дайте ему часы на экзамен. А вот сотовый телефон лучше оставить дома – обезопасьте ребенка от возможного нарушения правил сдачи экзамена!

•    Накануне экзамена обеспечьте ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться.