

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ МАРАФОН»



Уважаемые родители!

Для вас и ваших детей наступает пора сдачи первых государственных экзаменов. От того, насколько серьезно вы к ним отнесетесь, во многом зависит итог участия вашего ребенка в экзаменационном марафоне.

- ✓ Создайте в своем доме уютную теплую рабочую атмосферу.
- ✓ Составьте расписание рабочего времени своего ребенка на период экзаменов.
- ✓ Учтите в расписании 15 - 20-минутные перерывы после часа работы.
- ✓ Соблюдайте режим питания в это ответственное время. Не забывайте, что мозгу нужна витаминная пища.
- ✓ Исключите повышенный тон, нервозность в общении со своим ребенком.
- ✓ Чутко реагируйте на его просьбы, если он обращается к вам за помощью или советом.
- ✓ Учтите, что в период подготовки к экзаменам нельзя сидеть взаперти, необходимы ежедневные прогулки на свежем воздухе.
- ✓ Не позволяйте своему ребенку впустую тратить время.

В день сдачи учеником экзаменов не забудьте:

- ~ вовремя разбудить;
- ~ приготовить одежду, соответствующую торжественности случая;
- ~ положить необходимые учебные принадлежности;
- ~ пожелать ему удачи и успехов.