

ЯК ДОПОМОГТИ ВИПУСКНИКАМ ПІДГОТУВАТИСЯ ДО ЗНО **(пам'ятка для батьків)**

Шановні батьки! Для Вас і Ваших дітей настає відповідальний та хвилюючий час – час складання ЗНО. Ваша підтримка та увага дуже потрібні дитині у цей момент її життя. То ж декілька порад щодо того, як можна допомогти дитині підготуватися до ЗНО.

- Створіть удома затишну, теплу, робочу атмосферу.
- Складіть разом з дитиною розклад її робочого часу на період підготовки до ЗНО. У розкладі передбачте 15-20 хвилинні перерви після кожної години роботи.
- Додайте в раціон харчування горіхи, шоколад, рибу.
- Виключіть підвищений тон у спілкуванні зі своєю дитиною.
- Чуйно реагуйте на прохання дитини.
- Майте на увазі, що в період підготовки до ЗНО дитина повинна щоденно прогулюватися на свіжому повітрі.
- Не дозволяйте своїй дитині втрачати час марно.
- Обмежте коло відвідувачів Вашої дитини.
- Не стійте постійно над дитиною, коментуючи її дії.
- Дайте напередодні іспиту відпочити дитині.
- У день складання іспиту не забудьте:
 - вчасно розбудити дитину;
 - приготувати відповідний одяг;
 - перевірити наявність у дитини необхідних документів та ручки з чорною пастою;
 - побажати дитині успіхів.

Якщо ж все-таки спіткала невдача, не загострюйте над цим увагу. Дитина також має право на невдачу. Поставтеся до цього з розумінням.