

Рекомендации родителям

в период сдачи экзаменов:

- Накануне экзамена **обеспечьте ребенку полноценный отдых**, он должен отдохнуть и как следует выспаться.
- Практика показывает: **переедание непосредственно перед экзаменом тормозит умственную активность.**
- С утра **перед экзаменом дайте ребенку шоколадку** (это не баловство, а просто глюкоза, стимулирующая мозговую деятельность).
- **Дайте ребенку с собой воды.**
- **Будьте уверены в успехе!**
- **Откажитесь от критики после экзамена.** При любом исходе ребенку нужна ваша поддержка. Внушайте ему мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.