**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.