Памятка *родителям при сдаче детьми ЕГЭ и ОГЭ*

**Что значит – поддержать выпускника?**

•Верить в успех ребёнка.

•Опираться на сильные стороны ребёнка.

•Подбадривать, хвалить ребёнка.

•Избегать подчеркивания промахов ребёнка.

•Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение ребёнку.

**Как оказывать поддержку?**

• Добрыми словами (например: «Зная тебя, я уверен, что ты всё сделаешь хорошо!»,  «Ты знаешь это очень хорошо», «У тебя всё получится!», «Я буду мысленно всегда рядом с тобой!»

• Совместными действиями (присутствием при домашних занятиях ребёнка, совместными прогулками, совместными занятиями спортом)

• Доброжелательным выражением лица, тоном высказываний, прикосновений

**Категорически нельзя:**

• Рассматривать ЕГЭ, ГИА как единственный фактор, который имеет значение для будущего ребёнка.

**Очень важно:**

• Быть спокойным, уравновешенным, доброжелательным в общении

• Обсудите с ребёнком то, как он чувствовал себя во время экзамена.

• Поинтересуйтесь тем, какие задания показались ему наиболее интересными,   сложными, легкими, забавными, неожиданными и т.д.

• Обеспечьте ребёнку возможность активного отдыха.

**Категорически запрещается:**

• Критиковать ребёнка после экзамена.

• Проявлять озабоченность и тревожность в связи с количеством баллов,

которые ребёнок получит на экзамене.

**Очень важно:**

**Проявите мудрость и терпение!**

**Ваша поддержка обязательно поможет ребёнку быть успешным**