

Психологические рекомендации при подготовке к ЕГЭ





Чтобы поддержать учащихся (особенно тревожных) при подготовке и во время ЕГЭ необходимо:

- Помогайте подростку поверить в себя и свои способности.
- Сосредоточивайтесь на позитивных сторонах и преимуществах учащегося с целью укрепления его самооценки.
- Помогайте избежать ошибок, настраивайте на то, чтобы школьник максимально реализовал свои возможности в период проведения экзамена.

- 
- 
- Поддерживайте выпускника при неудачах, вселяйте уверенность в том, что в школе ребёнок учится и ошибки при получении знаний неизбежны.
 - Подробно расскажите выпускникам, как будет проходить единый государственный экзамен, чтобы каждый из них последовательно представлял всю процедуру экзамена.
 - Приложите усилия, чтобы родители не только ознакомились с правилами для выпускников, но и не были сторонними наблюдателями во время подготовки ребенка к экзамену, а, наоборот, оказывали ему всестороннюю помощь и поддержку.

- 
- Учитывайте во время подготовки и проведения экзамена индивидуальные психофизиологические особенности выпускников.

Психофизиологические особенности – это устойчивые природные характеристики человека, которые не меняются с возрастом и проявляются в скорости протекания мыслительно-речевых процессов, в продуктивности умственной деятельности.



**Не так страшен ЕГЭ,
как его малюют**

