



## ПОРАДИ БАТЬКАМ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ВИПУСКНИКІВ ДО ЗНО

- Не тривожтесь про кількість балів, яку Ваша дитина отримає під час ЗНО. Поясніть їй, що кількість балів не є показником її можливостей.
- Не підвищуйте тривожність дитини напередодні ЗНО, бо це негативно позначиться на результатах тестування.
- Забезпечте вдома зручне місце для занять і слідкуйте, щоб дитині ніхто не зважав. Допоможіть дитині розподілити теми підготовки по днях.
- Ознайомтеся з методикою підготовки до тестування. Ваші діти можуть потренуватись у виконанні аналогічних до ЗНО тестових завдань. Адже тестування відрізняється від звичайних для неї письмових та усних іспитів.
- Під час таких тренувань привчайте дитину орієнтуватися в часі та вміти його розподіляти.
- Підбадьоруйте дитину, підвищуйте її упевненість в собі.
- Контролюйте режим підготовки до ЗНО, не допускайте перевантажень.
- Зверніть увагу на харчування дитини. Такі продукти, як риба, сир, горіхи, курага тощо стимулюють роботу головного мозку.
- Напередодні ЗНО забезпечте дитині повноцінний відпочинок. Вона має відпочити і добре виспатися.
- Не критикуйте дитину за незадовільні результати оцінювання.
- **Пам'ятайте: головне – знизити напруженість і тривожність дитини та забезпечити їй необхідні умови для занять.**