**Рекомендации для родителей при подготовке к ГИА.**

В 9-х и 11-х классах проводится [государственная итоговая аттестация (ГИА)](https://externat.foxford.ru/polezno-znat/gia) в форме ОГЭ и ЕГЭ. После сдачи этих экзаменов обучающийся получает аттестат об основном или среднем общем образовании.

**Что необходимо делать родителям?**

# Разработать план подготовки к аттестации обучающихся на дому

Главный инструмент для успешной сдачи — крепкие знания. Чтобы не паниковать перед финальными контрольными, важно отслеживать пробелы в течение года и сразу восполнять их.

Если итоговая аттестация близится, а ребёнок чувствует себя неуверенно, важно сразу составить чёткий план. Сядьте вместе с ребёнком и подумайте, какие дисциплины ему даются легче всего, а с какими потребуется дополнительная помощь. Пошагово распишите, чем и как нужно заниматься, чтобы успешно сдать

# Организовать пространство

Порядок и чистота как никогда важны во время подготовки к итоговой аттестации учащихся, а [удобное рабочее место](https://externat.foxford.ru/polezno-znat/workplace) — залог продуктивных занятий.

Вместе с ребёнком уберитесь на письменном столе, рассортируйте всё и выкиньте хлам. Это ещё и медитативное занятие, которое поможет настроиться на учебный лад и не переживать перед грядущими испытаниями.

# Следить за здоровьем

Наблюдайте за самочувствием детей — важно не допустить переутомления во время подготовки к аттестации. Не забывайте об отдыхе. Жёсткий учебный марафон, когда ребёнок бесперебойно что-то делает, не вставая из-за стола, приведёт к печальным результатам и нервному срыву.

Во время перерывов можно не только лежать на диване и ничего не делать. Лучший отдых — смена деятельности. Встряхнуться поможет хорошая физическая тренировка — пробежка, бассейн, зарядка.

# Провести пробную аттестацию

Если ребёнок прошёл все темы, предусмотренные планом, а до аттестации остаётся время, то можно не только посвятить его повторению, но и представить, будто сдавать экзамен нужно прямо сейчас.

Самостоятельно составьте ребёнку контрольную, исходя из заданий и тем, которые проходили в этом учебном году, или воспользуйтесь примерами аттестаций обучающихся прошлых лет, которые можно найти в интернете.

Создайте атмосферу настоящего экзамена — засеките время, уберите все отвлекающие факторы, посоветуйте ребёнку переодеться в подходящую одежду, выступите в роли наблюдателя.

# **Чувствовать психологический комфорт**

Составьте чёткий план подготовки к промежуточной аттестации. Подбадривайте ребёнка и следите за поддержанием чистоты в комнате. Полезно также провести пробный экзамен и оценить уровень готовности.

Подбадривайте детей и хвалите их. Для этого подойдут фразы: «Ты у меня всё сможешь», «Я уверена, ты справишься с экзаменами», «Я тобой горжусь», «Главное — знания, а не оценки». Поддержка родителей важна всегда, а во время промежуточной аттестации особенно.