

Готовимся вместе к ГИА

Родительское собрание в 9 классе
2024

**Проведение государственной
итоговой аттестации
выпускников 9 класса в 2025 году**



Формы проведения государственной итоговой аттестации

**Основной
государственный
экзамен – ОГЭ**

**Государственный
выпускной
экзамен - ГВЭ**

Формы проведения государственной итоговой аттестации

❖ Основной государственный экзамен – ОГЭ

Проводится с использованием экзаменационных материалов, представляющих собой комплексы заданий стандартизированной формы (контрольных измерительных материалов -КИМ)



ГИА – 9 в 2025 году

- В 2025 году количество сдаваемых экзаменов **четыре**.

Порядок проведения ГИА-9

2024/25



Обязательные предметы:

русский язык

математика

2 предмета по выбору

(физика, химия, биология, история, география, информатика и ИКТ, иностранные языки, обществознание, литература)

Аттестат = успешные результаты ГИА по четырем учебным предметам

Порядок проведения ГИА-9

При проведении ГИА-9 по учебному предмету в состав организаторов и ассистентов **не входят** специалисты по этому учебному предмету

Определение **места для личных вещей участников ГИА до входа в ППЭ.**
Определение понятий «территория ППЭ», «вход в ППЭ».

ГВЭ для всех категорий ОВЗ по желанию
2 или 4.

Г И А в 2025 году

Экзамены по выбору

выпускник определяет самостоятельно.

Заявление о выборе экзаменов и их количестве, подписанное родителями

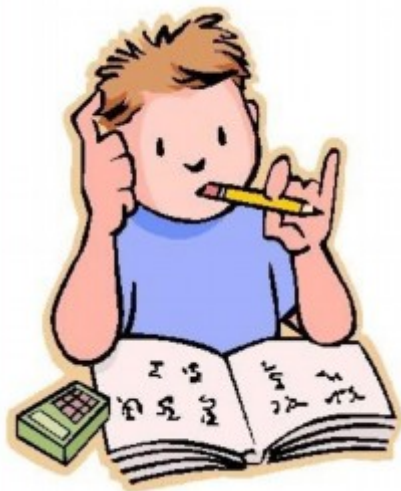
(законными представителями),

подаёт выпускник самостоятельно

не позднее 1 марта 2025 года

Участники государственной итоговой аттестации

К ГИА допускаются обучающиеся, имеющие годовые отметки по всем учебным предметам учебного плана за IX класс не ниже *удовлетворительных*.



Участники государственной итоговой аттестации

Решение о допуске к государственной итоговой аттестации принимается педагогическим советом образовательной организации и оформляется распорядительным актом образовательной организации **не позднее 5 мая** текущего года.



ОСОБЕННОСТИ ОГЭ-2025

Единое для всех расписание ОГЭ
и продолжительность экзаменов
по предмету в 2025 году устанавливает
соответствующий приказ Министерства
просвещения Российской Федерации,
Федеральной службы о надзоре в сфере
образования и науки.

ОСОБЕННОСТИ ГИА-2025

- Единое расписание
- Использование заданий стандартизированной формы (КИМ)
- Использование специальных бланков для оформления ответов на задания

ОСОБЕННОСТИ ГИА-2025

- Расписание проведения и продолжительности экзаменов утверждается Федеральной службой по надзору в сфере образования и науки.
- Экзамены начинаются по местному времени в 10.00.
- На подготовительные мероприятия (проведение инструктажа, заполнение области регистрации бланков ОГЭ и др.) выделяется время до 10-15 минут, которое не включается в продолжительность выполнения экзаменационной работы.

Итоговое собеседование

12 февраля 2025 года состоится **итоговое собеседование по учебному предмету «русский язык»**.

Результаты собеседования **будут влиять на допуск** учащихся к ГИА-9 в **2025** году.

Основной срок: 12 февраля

Дополнительные сроки: 12 марта и 21 апреля 2025 г.

Итоговое собеседование

- Итоговое собеседование по русскому языку направлено на проверку навыков спонтанной речи – **на подготовку участнику будет даваться 1-2 минуты.**

Модель собеседования включает следующие типы заданий:

- 1) чтение текста вслух;
- 2) пересказ текста с привлечением дополнительной информации;
- 3) монологическое высказывание по одной из выбранных тем;
- 4) диалог с экзаменатором-собеседником.

Все тексты для чтения, которые будут предложены участникам собеседования, - это тексты о выдающихся людях России.

Итоговое собеседование

На выполнение работы каждому участнику будет отводиться около 15 минут. В процессе проведения собеседования будет вестись аудиозапись.

Оценка выполнения заданий работы будет осуществляться экспертом непосредственно в процессе ответа по специально разработанным критериям с учетом соблюдения норм современного русского литературного языка.

Итоговое собеседование выпускники 9 классов проходят в своих школах. Оцениваться оно будет по системе «зачет»/«незачет».

Инструкция по выполнению заданий

Устное собеседование по русскому языку состоит из четырёх заданий.

Задание 1 – чтение вслух небольшого текста. Время на подготовку – 2 минуты.

В задании 2 предлагается пересказать прочитанный текст, дополнив его высказыванием. Время на подготовку – 1 минута.

В задании 3 предлагается выбрать один из трёх предложенных вариантов беседы: описание фотографии, повествование на основе жизненного опыта, рассуждение по одной из сформулированных проблем. Время на подготовку – 1 минута.

В задании 4 Вам предстоит поучаствовать в беседе по теме предыдущего задания.

Общее время Вашего ответа (включая время на подготовку) – 15 минут.

Всё время ответа ведётся аудио- и видеозапись.

Постарайтесь полностью выполнить поставленные задачи, старайтесь говорить ясно и чётко, не отходить от темы и следовать предложенному плану ответа. Так Вы сможете набрать наибольшее количество баллов.

Желаем успеха!

1

Задание 1. Чтение текста.

Вам, конечно, знаком человек, изображённый на этой фотографии. Это Юрий Алексеевич Гагарин (1934–1968) – первый космонавт.

Выразительно прочитайте текст о Юрии Алексеевиче Гагарине вслух.



У Вас есть 2 минуты на подготовку.



Кандидаты в первый отряд космонавтов набирались среди военных лётчиков-истребителей по решению С.П. Королёва, считавшего, что именно эти лётчики уже имеют опыт перегрузок, стрессовых ситуаций и перепадов давления. Их было 20 молодых лётчиков, которых готовили к первому полёту в космос. Юрий Гагарин был одним из них.

Когда началась подготовка, никто не мог даже предположить, кому из них предстоит открыть дорогу к звёздам. Надёжный, сильный и доброжелательный, Юрий никому не завидовал, никого не считал лучше или хуже себя. Он легко брал на себя инициативу, работал упорно и с удовольствием.

12 апреля 1961 года в 9 часов 7 минут по московскому времени с космодрома Байконур стартовал космический корабль «Восток» с пилотом-космонавтом Юрием Алексеевичем Гагариным на борту. Вскоре весь мир увидел кадры кинохроники, ставшие историей: подготовка к полёту, спокойное и сосредоточенное лицо Юрия Гагарина перед шагом в неизвестность, его знаменитое «Поехали!».

Смелость и бесстрашие простого русского парня с широкой улыбкой покорили всё человечество. Продолжительность полёта Гагарина равнялась 108 минутам. Всего 108 минут. Но не количество минут определяет вклад в историю освоения космоса. Юрий Гагарин был первым и останется им навсегда!

(176 слов)

2

Пересказ текста.

Полёт Юрия Гагарина по околоземной орбите стал возможен благодаря усилиям Сергея Павловича Королёва – выдающегося конструктора и учёного, работавшего в области ракетной и ракетно-космической техники. Именно он создал первый пилотируемый космический корабль «Восток-1», доставивший Гагарина на орбиту.

Перескажите прочитанный Вами текст, включив в пересказ слова С.П. Королёва о Юрии Гагарине:

«Он открыл людям Земли дорогу в неизвестный мир. Но только ли это? Думается, Гагарин сделал нечто большее – он дал людям веру в их собственные силы, в их возможности, дал силу идти увереннее, смелее...»

Подумайте, где лучше использовать слова С.П.Королёва в пересказе. Вы можете использовать любые способы цитирования.



У Вас есть 1 минута на подготовку.

3

Задание 3. Монологическое высказывание.

Выберите одну из предложенных тем беседы.



Тема 1. Праздник (на основе описания фотографии).



Тема 2. Поход (экскурсия), который запомнился мне больше всего (повествование на основе жизненного опыта).



Тема 3. Всегда ли нужно следовать моде? (рассуждение по поставленному вопросу)



У Вас есть 1 минута на подготовку.
Ваше высказывание должно занимать не более 3 минут.

Карточки участника собеседования**Тема 1. Праздник**

Опишите фотографию.

**Не забудьте описать**

- место и время проведения праздника;
- событие, которому, по Вашему мнению, посвящён праздник;
- присутствующих на празднике;
- общую атмосферу праздника и настроение участников.

**Тема 2. Поход (экскурсия)**

Расскажите о том, как Вы ходили в поход (на экскурсию).

Не забудьте рассказать,

- куда и когда Вы ходили в поход (на экскурсию);
- с кем Вы ходили в поход (на экскурсию);
- как Вы готовились к походу (экскурсии);
- почему Вам запомнился этот поход (экскурсия).

**Тема 3. Мода**

Всегда ли нужно следовать моде?

Не забудьте дать ответы на вопросы:

- Что значит следовать моде?
- Для Вас важно следовать моде и почему?
- Следовать моде можно только в одежде?
- Как Вы понимаете выражение «хороший вкус»?

4

Задание 4. Диалог.

Во время беседы Вам будут заданы вопросы по выбранной Вами теме беседы. Пожалуйста, давайте полные ответы на вопросы, заданные собеседником-экзаменатором.

Приложения**Карточка собеседника-экзаменатора****Тема 1. Праздник**

Опишите фотографию.

- 1) Какие праздники Вам нравятся больше и почему (домашние, школьные, праздники в кругу друзей)?
- 2) Когда можно сказать, что праздник удался?
- 3) Вы больше любите праздник или подготовку к нему? Почему?

**Карточка собеседника-экзаменатора****Тема 2. Поход (экскурсия)**

Расскажите о том, как Вы ходили в поход (на экскурсию).

- 1) Чем, по Вашему мнению, полезны походы (экскурсии)?
- 2) Что бы Вы порекомендовали Вашим сверстникам, которые собираются впервые отправиться в поход (на экскурсию)?
- 3) Что, по Вашему мнению, самое важное в походе (на экскурсии)?

**Карточка собеседника-экзаменатора****Тема 3. Мода**

Всегда ли нужно следовать моде?

- 1) Что означает, по Вашему мнению, слово «модный»?
- 2) Вы слушаете чужие советы? Чьи советы для Вас особенно важны?
- 3) Приведите пример отрицательного влияния моды.



О нас ▾

ЕГЭ и ГВЭ-11 ▾

ОГЭ и ГВЭ-9 ▾

Поиск документов

Мероприятия ▾

Профобразование

Анонсы

Курсы повышения квалификации для экспертов региональных предметных комиссий
ФИПИ опубликовал график дистанционных курсов повышения квалификации для экспертов региональных предметных комиссий на период октябрь 2017 г. - апрель 2018 г.

Курсы повышения квалификации по оценке образовательных достижений

Опубликован график дистанционных курсов повышения квалификации по программе «Система оценки образовательных достижений в условиях введения ФГОС основного и среднего общего образования» в период октябрь 2017 - апрель 2018 г.



Новости

30.10.2017

Вебинары по итоговому собеседованию по русскому языку

В период 23-27 октября ФИПИ провел серию вебинаров по вопросам устной части ГИА по русскому языку.

19.10.2017

Директор ФИПИ приняла участие во всероссийском совещании с руководителями РЦОИ

18-20 октября 2017 года в Москве проходит всероссийское совещание с руководителями и специалистами региональных центров обработки информации «Основные направления развития технологии проведения государственной итоговой аттестации в 2018 году», проводимое Рособрнадзором совместно с ФГБУ "ФЦТ".

16.10.2017

Методические рекомендации по организации и проведению итогового сочинения (изложения)

На сайте ФИПИ опубликованы [методические материалы](#), рекомендуемые к использованию при организации и проведении итогового сочинения (изложения) в 2017-2018 учебном году.

05.10.2017

С Днем учителя!

Коллектив ФГБНУ "ФИПИ" поздравляет всех коллег - педагогов с профессиональным праздником!

Итоговое сочинение

Открытый банк заданий
ЕГЭ

Открытый банк заданий
ОГЭ

Открытый банк
оценочных средств по
русскому языку (II-IX)

Цитата дня

*Чтобы обучить другого,
требуется больше ума,
чем чтобы научиться
самому.*

Мишель де Монтень

Расписание ОГЭ 2025

Досрочный период

23 апреля (вторник) — математика;

26 апреля (пятница) — русский язык;

3 мая (пятница) — информатика, литература,
обществознание, химия;

7 мая (вторник) — биология, география,
иностранные языки (английский, испанский,
немецкий, французский), история, [физика](#).

Основной период

24 мая (пятница) — иностранные языки (английский, испанский, немецкий, французский);

25 мая (суббота) — иностранные языки (английский, испанский, немецкий, французский);

27 мая (понедельник) — биология, обществознание, химия;

30 мая (четверг) — география, история, физика, химия;

3 июня (понедельник) — русский язык;

6 июня (четверг) — математика;

11 июня (вторник) — география, информатика, обществознание;

14 июня (пятница) — биология, информатика, литература, физика.

Резервные дни

24 июня (понедельник) — русский язык;

25 июня (вторник) — по всем учебным предметам (кроме русского языка и математики);

26 июня (среда) — по всем учебным предметам (кроме русского языка и математики);

27 июня (четверг) — математика;

1 июля (понедельник) — по всем учебным предметам;

2 июля (вторник) — по всем учебным предметам;

Дополнительный период

3 сентября (вторник) — математика;

6 сентября (пятница) — русский язык;

10 сентября (вторник) — биология, география, история, физика;

13 сентября (пятница) — иностранные языки (английский, испанский, немецкий, французский), информатика, литература, обществознание, химия.

Резервные дни

18 сентября (среда) — русский язык;

19 сентября (четверг) — математика;

20 сентября (пятница) — по всем учебным предметам (кроме русского языка и математики);

23 сентября (понедельник) — по всем учебным предметам (кроме русского языка и математики);

24 сентября (вторник) — по всем учебным предметам.

МИНИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

- [Распоряжением Рособрнадзора](#)
устанавливается минимальное количество баллов по всем предметам ОГЭ-2024, подтверждающее освоение участниками экзаменов основных общеобразовательных программ основного общего образования в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

- Если выпускник текущего года получает результат ниже минимального количества баллов по двум предметам, то он может пересдать эти экзамены в этом же году. Сделать это можно в резервные дни в текущем году, которые устанавливаются приказом Министерства просвещения Российской Федерации.

НЕУДОВОЛЕТВОРИТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

- Если выпускник текущего года получает результаты, ниже минимального количества баллов по трём предметам, он сможет пересдать ОГЭ в сентябре.
- Если он не пересдал в сентябре, то он остаётся на повторный год обучения.

Прибытие в ППЭ

- Все участники ОГЭ должны явиться в ППЭ в день и время, указанные в пропуске, имея при себе:
- **документ**, удостоверяющий личность (свидетельство о рождении не является таким документом);
- гелевую или капиллярную ручку с **черными чернилами**;
- дополнительные устройства и материалы, которые можно использовать по отдельным предметам.

УЧАСТНИКИ ОГЭ



- Внимательно прослушать инструктаж, проводимый организаторами в аудитории.
- Получить от организаторов КИМы и черновики.

Особенности проведения экзаменов ГИА-9 по отдельным учебным предметам

Учебный предмет	Продолжительность экзамена	Разрешенные дополнительные материалы и оборудование
Русский язык	235 минут (3 часа 55 минут)	Орфографические словари. Аппаратура, которая может обеспечить качественное воспроизведение аудиозаписей с компакт-диска (формат аудиозаписи –mp3).
Математика	235 минут (3 часа 55 минут)	На каждого участника экзамена: Справочные материалы, содержащие таблицу квадратов двузначных чисел, основные формулы по алгебре и геометрии. Разрешается на экзамене использовать линейку , непрограммируемый калькулятор

Особенности проведения экзаменов ГИА-9 по отдельным учебным предметам

Учебный предмет	Продолжительность ь экзамена	Разрешенные дополнительные материалы и оборудование
История	180 минут (3 часа)	Не используются.
Обществознание	180 минут (3 часа)	Не используются.

Особенности проведения экзаменов ГИА-9 по отдельным учебным предметам

Учебный предмет	Продолжительность экзамена	Разрешенные дополнительные материалы и оборудование
Литература	235 минут (3 часа 55 минут)	Книги с текстами художественных произведений и сборники лирики, в которых не должно быть вступительных статей и комментариев Пользование личными текстами художественных произведений и сборниками лирики участникам ОГЭ запрещено.
Физика	180 минут (3 часа)	Инструкция по правилам безопасности. На каждого участника экзамена: Непрограммируемый калькулятор.

Особенности проведения экзаменов ГИА-9 по отдельным учебным предметам

Учебный предмет	Продолжительность экзамена	Разрешенные дополнительные материалы и оборудование
Химия	120 минут (2 часа)	Разрешенные дополнительные материалы и оборудование <ul style="list-style-type: none">- Инструкция по правилам безопасности (для каждой аудитории).На каждого участника экзамена:<ul style="list-style-type: none">- «Периодическая система химических элементов Д.И. Менделеева»;- Таблица растворимости солей, кислот и оснований в воде;- Электрохимический ряд напряжений металлов (ИК участника ОГЭ).- Непрограммируемый калькулятор.
Биология	180 минут (3 часа)	На каждого участника экзамена: <ul style="list-style-type: none">- линейка;- карандаш;- непрограммируемый калькулятор.

Особенности проведения экзаменов ГИА-9 по отдельным учебным предметам

Учебный предмет	Продолжительность экзамена	Разрешенные дополнительные материалы и оборудование
География	120 минут (2 часа)	На каждого участника экзамена: <ul style="list-style-type: none">- географические атласы для 7, 8 и 9 классов- непрограммируемый калькулятор;- линейка.
Информатика и ИКТ	150 минут (2 часа 30 минут)	<ul style="list-style-type: none">- Инструкция по правилам безопасности (для каждой аудитории);- 1 резервный компьютер. На каждого участника экзамена: <ul style="list-style-type: none">- Компьютер. Для выполнения задания 19 необходима программа для работы с электронными таблицами. На компьютере должны быть установлены знакомые участникам экзамена программы.

Особенности проведения экзаменов ГИА-9 по отдельным учебным предметам

Учебный предмет	Продолжительность экзамена	Разрешенные дополнительные материалы и оборудование
Иностранный язык	<p>120 минут (2 часа на выполнение письменной части работы) + 6 минут (на устный ответ). Общее время на проведение экзамена не должно превышать 360 минут (6 часов)</p>	<p>- Инструкция по правилам безопасности (для каждой аудитории); - Компьютер</p> <p>В аудитории для проведения письменной части экзамена необходимо установить звуковоспроизводящее устройство (компьютер с колонками), обеспечивающее качественное воспроизведение аудиозаписи в формате MP3.</p>

Порядок проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего образования

Накануне экзамена выпускник получает у администрации своего образовательного учреждения **уведомление на экзамен**, в котором указаны предмет ОГЭ, адрес, дата и время начала экзамена, код образовательного учреждения и иная информация.

В ППЭ (пункт приема экзамена) выпускников текущего года сопровождают представители от Гимназии (классные руководители)

Порядок проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего образования

В ППЭ выпускник обязан предоставить
паспорт

С собой иметь **черную гелевую ручку**,
дополнительные устройства и материалы,
используемые по отдельным предметам, в
соответствии с перечнем.





► ППЭ оборудуются стационарными и переносными металлоискателями, средствами видеонаблюдения;



ВО ВРЕМЯ ОГЭ ЗАПРЕЩАЮТСЯ:

- Разговоры.
- Вставания с мест.
- Пересаживания.
- Обмен любыми материалами и предметами.
- Пользование мобильными телефонами и иными средствами связи, любыми электронно-вычислительными устройствами.
- Пользование справочными материалами кроме тех, которые указаны Рособрнадзором.
- Хождение по ППЭ во время экзамена без сопровождения.

ЗАПРЕЩЕННЫЕ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НА ЭКЗАМЕНЕ МАТЕРИАЛЫ



УДАЛЕНИЕ С ОГЭ

- **При нарушении правил и отказе в их соблюдении организаторы совместно с уполномоченным представителем ГЭК вправе удалить участника ОГЭ с экзамена с внесением записи в протокол проведения экзамена в аудитории с указанием причины удаления. На бланках и в пропуске проставляется метка о факте удаления с экзамена.**

Проверка экзаменационных работ участников государственной итоговой аттестации и их оценивание

- ❖ Проверка экзаменационных работ участников **ОГЭ** будет осуществляться экспертами предметных комиссий централизованно (по аналогии ЕГЭ)

Утверждение, изменение и (или) аннулирование результатов государственной итоговой аттестации

Результаты государственной итоговой аттестации признаются

удовлетворительными в случае,

если обучающийся по обязательным

учебным предметам набрал

количество баллов **не ниже**

минимального.

ПОДАЧА АПЕЛЛЯЦИИ

О нарушении установленного порядка проведения ОГЭ – в день экзамена после сдачи бланков ОГЭ до выхода их ППЭ.

О несогласии с выставленными баллами по ОГЭ – в течение двух рабочих дней после официального объявления результатов экзамена и ознакомления с ними.

Результаты рассмотрения апелляции

- По результатам рассмотрения апелляции количество выставленных баллов может быть изменено как в сторону **увеличения**, так и в сторону **уменьшения**.
- Экзаменационная работа **перепроверяется полностью**, а не отдельная ее часть.
- Черновики, использованные на экзамене, в качестве материалов апелляции **не рассматриваются**.

До повторной сдачи ОГЭ в текущем году не допускаются

Участники ОГЭ, **не явившиеся** на экзамен без уважительной причины;

Участники ОГЭ, результаты которых были отменены ГЭК, в связи с выявлением фактов **нарушения участником** ОГЭ установленного порядка проведения ОГЭ.

.

ОГЭ

- в ППЭ не менее 15 участников ОГЭ;
- в аудитории не более 15 участников ОГЭ;
- на 15 участников ОГЭ не более 1 общественного наблюдателя;

ПОДГОТОВКА К ОГЭ

- Залогом успешной сдачи экзамена является качественное освоение школьной программы, повторение и систематизация изученных тем по предметам, развитие различных умений (читать и анализировать содержание текста, решать задачи и т.п.).

ПОДГОТОВКА К ОГЭ

- Перед экзаменом необходимо ознакомиться с демонстрационными вариантами КИМ, изучить все содержащиеся в них инструкции, чтобы хорошо понимать, сколько времени отведено на работу, в каком порядке выполнять задания, как записывать ответы.

ПОДГОТОВКА К ОГЭ

- Любые сборники тренировочных заданий или вариантов могут играть в подготовке только вспомогательную роль.
- Успешной сдаче ОГЭ помогает и правильный психологический настрой, уверенность в своих силах.

ПОДГОТОВКА К ОГЭ

- Всем учащимся, выпускникам 2025 года, доступны экзаменационные задания по ОГЭ для скачивания или для работы онлайн.
- Публикация открытого банка заданий ОГЭ на сайте Федерального института педагогических измерений www.fipi.ru.
- В нем представлены все типы экзаменационных заданий по всем предметам ОГЭ. Для удобства работы задания в открытом банке собраны по тематическим разделам — предметам.

Сайты:

- **решу ОГЭ**
- **фиши открытый банк заданий**
- **незнайка**
- **сдам гиа**
- **ПОДГОТОВКА К ОГЭ**
- **По уши в ОГЭ**
- **Капканы ГИА**
- **Могу писать (русский язык)**

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 05.10.2020 года №546 «Об утверждении порядка заполнения, учёта и выдачи аттестатов об основном и среднем общем образовании и их дубликатов»

- Итоговые отметки за 9 класс по русскому языку и математике и двум учебным предметам, сдаваемым по выбору обучающегося, определяются как **среднее арифметическое** годовой и экзаменационной отметок выпускника и выставляются в аттестат целыми числами в соответствии с **правилами** математического округления.
- Итоговые отметки за 9 класс по **другим** учебным предметам выставляются на основе **годовой** отметки выпускника за 9 класс.

- Аттестат об основном общем образовании **с отличием** и приложение к нему выдаются выпускникам 9 класса, завершившим обучение по образовательным программам основного общего образования, успешно прошедшим государственную итоговую аттестацию и имеющим **ИТОГОВЫЕ ОТМЕТКИ** "отлично" по всем учебным предметам учебного плана, изучавшимся на уровне основного общего образования.

Психологические рекомендации родителям выпускников

Рекомендация 1. «Душевный покой»

- ▶ Старайтесь выразить уверенность в его силах, не пугайте провалом.
- ▶ Старайтесь регулировать свое волнение и не переносить его на ребенка.
- ▶ Выражайте своему ребенку готовность помочь и помогайте в различных вопросах подготовки.



Психологические рекомендации родителям выпускников

Рекомендация 2. «Физическое здоровье»

- ▶ Не нагнетайте атмосферу накануне экзаменов.
- ▶ Повышайте уверенность у ребёнка.
- ▶ Наблюдайте за его самочувствием.
- ▶ Контролируйте режим подготовки ребёнка, не допускайте перегрузок. Организуйте прогулки на свежем воздухе.
- ▶ Обратите внимание на питание ребёнка. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага т.д. стимулируют работу головного мозга.