



Татьяна Иванова советует

Конец учебного года - ответственная пора для учащихся, учителей, родителей. Подготовка к экзаменам ОГЭ и ЕГЭ - это время, когда нагрузка на школьников возрастает, им необходимы наше понимание и наша поддержка. Настоятельно рекомендую при подготовке к

экзаменам составить план на каждый день, четко определив, что и когда Вами будет изучаться, что необходимо повторить. Желательно начинать с самого трудного: с темы, раздела, правил, которые знаете хуже всего. Но если трудно сосредоточиться, можно начать с материала, который больше всего интересен. Постепенно войдете в ритм, и дело пойдет. Полезно структурировать материал, составляя схемы, опорные таблицы, интеллект-карты. При подготовке к экзаменам проанализируйте и запишите свои сильные качества (например: настойчивость в достижении цели), рядом с этими качествами, напишите, как они помогут в подготовке к экзаменам. Список сильных качеств старайтесь держать на виду, и при возникшем нежелании читать, писать, учить, посмотрите на перечень качеств - это будет вашим стимулом при подготовке. И почаще представляйте сам экзамен, как Вы отвечаете, и делаете это уверенно и легко, какую высокую сумму баллов Вы набрали, какие чувства и эмоции

Вы испытываете при этом. Чем могут помочь родители? Постарайтесь непредвзято оценить интеллектуальные и эмоциональные ресурсы ребенка. Возможно, кому-то необходимы дополнительные консультации, кому-то организация рабочей обстановки дома, с учебником в руках. Контролируйте систему питания и режим дня, не забывая про прогулки на свежем воздухе.

Будьте аккуратны при общении с ребенком, избегайте установок: "Плохо учишь - плохо сдашь", "Весь год бездельничал - теперь спохватился!" и т.д. Такие установки занижают самооценку ребенка и снижают веру в свои силы и успех. Давайте вместе поддержим наших выпускников и поможем им достойно пройти все экзаменационные испытания. Ваш психолог, Шпагина Т.И.



Апрель

1	Шевырева А.А. (учитель начальных классов)
8	Чистоусова Т.В. (учитель английского языка)
10	Святогор А.А. (учитель второй половины дня)
11	Борискина А.А. (учитель второй половины дня) Мальшко Эрик (16 класс)
12	Мороз Анастасия (5 класс)
13	Бочарова Алина (7 класс)
16	Панфилова Рената (3а класс)
19	Колякин Михаил (8 класс)

20	Могилина Кира (1а класс)
23	Терещенко Федор (2б класс)
24	Владиславлева Анастасия (7 класс)
25	Романов Иван (11 класс) Корнило С.А. (учитель английского языка)
28	Паклина Александра (3б класс)
29	Саутина Софья (5 класс)
30	Гурьяков Семен (10 класс) Бондарева Е.П. (бухгалтер)