

Рекомендации для родителей по подготовке ребенка к ЕНТ:

1. Создайте благоприятные условия для учебы:
 - Обустройте тихое, удобное место для занятий.
 - Убедитесь, что ребенок имеет необходимые материалы (учебники, пособия, тесты).
 - Регулярно проверяйте, чтобы ребенок мог сосредоточиться на учебе без отвлекающих факторов.
2. Помогите организовать расписание:
 - Составьте вместе с ребенком график подготовки, чередуя учебные занятия с отдыхом.
 - Поощряйте регулярные перерывы, чтобы избежать переутомления.
3. Поддерживайте эмоциональное состояние:
 - Будьте терпеливыми и внимательными к ребенку.
 - Избегайте излишнего давления и сравнения с другими детьми.
 - Напоминайте, что ЕНТ – важный, но не единственный путь к успеху.
4. Стимулируйте мотивацию:
 - Покажите, как результаты ЕНТ связаны с будущими возможностями.
 - Хвалите ребенка за старания, а не только за достижения.
5. Обеспечьте здоровье и режим дня:
 - Следите за правильным питанием, включающим продукты, которые стимулируют мозговую активность (орехи, рыба, овощи).
 - Поддерживайте режим сна (не менее 7-8 часов).
 - Поощряйте физическую активность для снятия стресса.
6. Контролируйте прогресс:
 - Регулярно интересуйтесь успехами ребенка, не навязываясь.
 - Обсуждайте вместе сложные вопросы, помогая найти подход к их решению.
7. Покажите готовность помочь:
 - Если ребенок испытывает трудности, предложите помощь, например, нанять репетитора или найти дополнительные материалы.
 - Напоминайте, что вы рядом и готовы поддержать в любой момент.
8. Смоделируйте день экзамена:
 - Потренируйтесь проходить тесты в формате ЕНТ.
 - Расскажите ребенку, как важно распределять время во время экзамена.
9. Дайте пример спокойного отношения:
 - Сохраняйте уверенность и позитивный настрой, чтобы ребенок мог видеть вашу поддержку и чувствовать уверенность в своих силах.

Эти меры помогут ребенку успешно подготовиться к ЕНТ и сохранить эмоциональное равновесие.