## Памятка «Психологическое сопровождение ЕГЭ» для учителей

Как научиться психологически готовить себя к ответственному событию? Предлагаем Вам, уважаемые учителя, некоторые рекомендации, которые позволяют успешно справиться с задачей, стоящей перед Вами:

Постарайтесь спокойнее отнестись к требованиям руководства по поводу подготовки и проведения процедуры ЕГЭ. Ваш достаточный опыт работы в школе с различными категориями учеников является залогом Вашей успешной работы по подготовке обучающихся к ЕГЭ;

Регулярно обменивайтесь позитивным опытом с коллегами по подготовке Ваших обучающихся к ЕГЭ;

Проявляйте интерес по поводу того, что именно волнует обучающихся при подготовке к ЕГЭ. Старайтесь отвечать на эти вопросы;

Поддерживайте самооценку обучающихся, отмечая каждое удачно выполненное задание;

Учите детей правильно распределять свое время в процессе подготовки к ЕГЭ, ориентируясь на индивидуальные особенности самого ребенка;

Используйте юмор во взаимодействии с обучающимися. Это значительно снижает уровень тревожности и обеспечивает положительный эмоциональный комфорт;

Продумайте пути взаимодействия с родителями: чтобы вы могли бы сообща сделать в процессе подготовки к ЕГЭ, распределив ответственность между школой и семьей;

Познакомьте обучающихся с методикой подготовки к ЕГЭ. Обратите внимание на возможность составления карточек, выписок по наиболее сложным темам, которые могут содержать ключевые моменты теоретических положений, основных формул, определений и т.п. Это поможет обучающимся не только подготовиться, но и грамотно работать с текстами;

Посоветуйте обучающимся и их родителям, какими дополнительными источниками целесообразнее пользоваться с целью успешной сдачи ЕГЭ;

Уделяйте должное внимание совместному с обучающимися деловому обсуждению вопросов, связанных с правилами поведения во время процедуры ЕГЭ.