**Памятка 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 и ОГЭ. Ваш достаточный опыт работы в школе с различными категориями учеников является залогом Вашей успешной работы по подготовке учащихся к ЕГЭ и ОГЭ;
* регулярно обменивайтесь позитивным опытом с коллегами по подготовке Ваших учащихся к ЕГЭ и ОГЭ;
* проявляйте интерес по поводу того, что именно волнует учащихся при подготовке к ЕГЭ и ОГЭ. Старайтесь отвечать на эти вопросы;
* поддерживайте самооценку учащихся, отмечая каждое удачно выполненное задание;
* учите детей правильно распределять свое время в процессе подготовки к ЕГЭ и ОГЭ, ориентируясь на индивидуальные особенности самого ребенка;
* используйте юмор во взаимодействии с учащимися. 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 и ОГЭ, распределив ответственность между школой и семьей;
* познакомьте учащихся с методикой подготовки к ЕГЭ и ОГЭ. 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 учащимся не только подготовиться, но и грамотно работать с текстами;
* посоветуйте учащимся и их родителям, какими дополнительными источниками целесообразнее пользоваться с целью успешной сдачи ЕГЭ и ОГЭ;
* уделяйте должное внимание совместному с учащимися деловому обсуждению вопросов, связанных с правилами поведения во время процедуры ЕГЭ и ОГЭ.

 Педагог- психолог Э.Х.Джаппарова