**Советы родителям (законным представителям) несовершеннолетних**

* Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал.
* Во время интенсивного умственного напряжения необходима питательная и разнообразная пища.
* Проследите, чтобы накануне выполнения работы Ваш ребенок хорошо отдохнул и не выполнял никаких учебных заданий.
* Не рекомендуется перед выполнением работы использовать медикаментозные средства как стимулирующего, так и успокаивающего действия.
* Очень важно при подготовке к выполнению работы, позитивно настроить ребенка на предстоящие события. Следует помнить, что для ребенка важна положительная самооценка. Пусть говорит про себя: «Я уверен в себе. Я справлюсь с поставленными задачами, и все будет хорошо…» Научите ребенка представлять себя спокойным и полностью владеющим собой, уверенным в своих знаниях.
* Постарайтесь справиться со своими эмоциями, чтобы Ваше волнение не передалось ребенку и не увеличило его тревожность. Подбадривайте детей, хвалите их за то, что они делают хорошо. Повышайте их уверенность в себе, так как чем больше ребенок боится неудачи, тем больше вероятности допуска ошибок.
* Говорите чаще детям:
* «Ты у меня все сможешь!»
* «Я тобой горжусь!»
* «Что бы не случилось, ты для меня самый лучший!»
* В беседах с ребенком старайтесь повысить его уверенность в хорошем результате выполнения работ.
* Создайте в семье благоприятный климат: эмоционально ровный настрой родителей, наличие достаточного количества поддержки детям. Развивать самостоятельность учащихся в процессе жизненного самоопределения**.**
* **И помните:** самое главное - это снизить напряжение и тревожность ребенка и обеспечить подходящие условия для занятий.