

## Đề nghị cách hỗ trợ con em quý vị khi có bài thi

Quý vị muốn con em quý vị đạt kết quả tốt nhất có thể đạt trong các kỳ thi quan trọng - quý vị có thể giúp đỡ các em. Sau đây là một số đề nghị cách giúp đỡ con quý vị khi có bài thi:



■ **Giữ thói quen sinh hoạt thường lệ.** Các chuyên gia cho biết rằng sự thay đổi đột ngột về thói quen sinh hoạt của đứa trẻ có thể ảnh hưởng không tốt đến kết quả thi. Điều này đặc biệt đúng cho những em học sinh nhỏ thích được thoải mái với những điều các em thích làm trước khi đi ngủ và thói quen về ăn uống.

■ **Giúp con em quý vị chuẩn bị cho bài thi** với một giấc ngủ ngon, bữa sáng bổ dưỡng và thái độ lạc quan.

■ **Khuyến khích con em quý vị cố gắng hết sức mình.** Những lời nói động viên và thái độ lạc quan về kết quả thi của con em quý vị sẽ giúp các em bớt căng thẳng và lo lắng trước khi làm thi hơn. Nếu quý vị lo lắng về kết quả của con em quý vị, quý vị có thể cho con em của quý vị thấy rằng quý vị nghĩ là em không có khả năng hoặc không được chuẩn bị kỹ để làm bài thi tốt.

■ **Bảo đảm con quý vị đến trường và đến đúng giờ trong những ngày có bài thi.** Việc đi học chuyên cần mỗi ngày rất quan trọng, nhưng đặc biệt quan trọng vào những ngày thi khi học sinh có cơ hội "thể hiện những gì các em biết."

**Sau khi các em làm bài thi, hãy cho con em quý vị biết rằng quý vị trân trọng sự nỗ lực hết sức mình của em.** Sự động viên của quý vị sẽ giúp con em quý vị tự tin và làm bài thi với mọi nỗ lực và bằng hết khả năng của em.

■ **Liên lạc với giáo viên của con em quý vị nếu hoàn cảnh đặc biệt có thể đã ảnh hưởng đến kết quả thi.**

Một đứa trẻ hoặc cha mẹ đau bệnh hay gia đình gặp khủng hoảng có thể khiến học sinh không làm bài thi bằng hết khả năng của em. Nói cho giáo viên của con em quý vị biết những điều khiến quý vị lo lắng, quan tâm.

■ **Biết rõ lịch trình thi cho cấp lớp của con em quý vị.** Xem trên trang mạng của học khu hoặc hỏi giáo viên của con em quý vị để biết lịch trình thi cho năm học này. Vui lòng lưu ý, mặc dù một số ngày đã được sắp xếp riêng cho việc làm bài thi, các em chỉ mất một chút thời gian — chỉ khoảng một tiếng đồng hồ cho đến tối đa hai tiếng đồng hồ — là thực sự dành cho việc làm bài thi trong bất cứ ngày học nào.



### Học khu Công lập Quận Gwinnett

437 Old Peachtree Road, NW, Suwanee, GA 30024-2978 • 678-301-6000 • [www.gwinnett.k12.ga.us](http://www.gwinnett.k12.ga.us)