

Слово "экзамен" переводится с латинского как "испытание". Сложным испытанием для ребёнка становится ЕГЭ. Именно родители могут помочь своему одиннадцатикласснику наиболее эффективно распорядиться временем и силами при подготовке к ЕГЭ. Помощь взрослых очень важна, поскольку человеку, кроме всего прочего, необходима ещё и психологическая готовность к ситуации сдачи серьёзных экзаменов. Согласитесь, что каждый, кто, сдаёт экзамены, независимо от их результата, постигает самую важную в жизни науку - умение не сдаваться в трудной ситуации, а провалившись - вдохнуть полной грудью и идти дальше.

Как помочь детям подготовиться к экзаменам

❖ Задолго до экзаменов обсудите с ребёнком, что именно ему придется сдавать, какие дисциплины кажутся ему наиболее сложными, почему? Эта информация поможет совместно создать план подготовки, - на какие предметы придётся потратить больше времени, а что требует только повторения.

❖ Определите вместе с ребёнком его "золотые часы" ("жаворонок" он или "сова"). Сложные темы лучше изучать в часы подъёма, хорошо знакомые - в часы спада.

❖ Помогите детям распределить темы подготовки по дням.

❖ Ознакомьте ребёнка с методикой подготовки к экзаменам. Не имеет смысла зубрить весь фактический материал, достаточно просмотреть ключевые моменты и уловить смысл и логику материала. Очень полезно делать краткие схематические выписки и таблицы, упорядочивая изучаемый материал по плану. Если он не умеет, покажите ему, как это делается на практике. Основные формулы и определения можно выписать на листочках и повесить над письменным столом, над кроватью, в столовой и т.д.

❖ Не стесняйтесь признаться ребёнку, что уже не очень хорошо помните большинство разделов

биологии, химии или любого другого предмета, который ему необходимо подготовить. Пусть он просветит вас по тем или иным темам, а вы задавайте вопросы. Чем больше он успеет вам рассказать, тем лучше.

❖ В выходной, когда вы никуда не торопитесь, устройте ребёнку репетицию ЕГЭ. Например, возьмите один из вариантов ЕГЭ по математике. Договоритесь, что у ребёнка будет 3 или 4 часа, усадите за стол, свободный от лишних предметов, засекайте время и объявите о начале "экзамена". Проследите, чтобы его не отвлекали телефон или родственники. Остановите испытание, дайте школьнику отдохнуть и проверьте вместе с ним правильность выполнения заданий. Постарайтесь исправить ошибки и обсудить, почему они возникли. Поговорите и об ощущениях, возникших в ходе домашнего экзамена: было ли ему забавно или неудобно, удалось ли сосредоточиться на задании и не отвлекаться?

❖ Заранее во время тренировки к ЕГЭ заданиям приучайте ребёнка ориентироваться во времени и уметь его распределять. Тогда у него будет навык умения концентрироваться на протяжении всего тестирования, что придаст ему спокойствие и снимет излишнюю тревожность.

❖ Наблюдайте за самочувствием ребёнка, никто, кроме Вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение его состояния, связанное с переутомлением.

❖ Контролируйте режим подготовки ребёнка, не допускайте перегрузок, объясните ему, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом.

❖ Важно, чтобы одиннадцатиклассник обходился без стимуляторов (кофе, крепкого чая), нервная система перед экзаменом и так на взводе. Немало вреда может нанести и попытка сосредоточиться над учебниками в одной комнате с работающим телевизором или радио. Если школьник хочет работать под музыку, не надо

этому препятствовать, только договоритесь, чтобы это была музыка без слов.

❖ Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребёнок получит на экзамене, и не критикуйте ребёнка после экзамена. Внушайте ребёнку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.

❖ Не повышайте тревожность ребёнка накануне экзаменов - это может отрицательно сказаться на результате тестирования. Ребёнку всегда передается волнение родителей, и если взрослые в ответственный момент не могут справиться со своими эмоциями, то ребёнок в силу возрастных особенностей может эмоционально "сорваться".

❖ Подбадривайте детей, хвалите их за то, что они делают хорошо. Повышайте их уверенность в себе, так как чем больше ребёнок боится неудачи, тем больше вероятность допущения ошибок.

❖ Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал.

❖ Обратите внимание на питание ребёнка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага и т.д. стимулируют работу головного мозга.

❖ Договоритесь с ребёнком, что вечером накануне экзамена он прекратит подготовку, прогуляется, искупается и ляжет спать вовремя. Последние двенадцать часов должны уйти на подготовку организма, а не знаний.

❖ Посоветуйте детям во время экзамена обратить внимание на следующее:

▪ внимательно прочитать вопрос до конца и понять его смысл (характерная ошибка во время выполнения задания - не дочитав до конца, по первым словам уже предполагают, ответ и торопятся его вписать);

▪ если не знаешь ответа на вопрос или не уверен, пропусти его и отметь, чтобы потом к нему вернуться;

❖ Не критикуйте ребёнка после экзамена!

Основные сведения о ЕГЭ

Единый государственный экзамен (ЕГЭ) является основной формой итоговой государственной аттестации в школе для всех выпускников школ Российской Федерации. Также участниками ЕГЭ являются закончившие российские школы иностранные граждане, лица без гражданства, беженцы и вынужденные переселенцы. Более подробную информацию о проведении ЕГЭ см. в Положении о формах и порядке проведения государственной (итоговой) аттестации. **Приказ Минобрнауки России от 26.12.2013 N 1400 "Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования". Приказ Минобрнауки России от 16.01.2015 года №9 «О внесении изменений в Порядок проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 декабря 2013 года №1400.**

Какие предметы обязательны для получения аттестата?

Для всех выпускников обязательными являются два экзамена в форме ЕГЭ: русский язык и математика (базовый уровень или профильный уровень)

Предметы по выбору.

Если обучающийся намерен продолжить образование в образовательном учреждении высшего профессионального образования, то, помимо обязательных, он должен сдать предметы по выбору в форме ЕГЭ.

Сроки проведения ЕГЭ

Сроки и единое расписание проведения ЕГЭ ежегодно определяются Рособрназдором.

Неудовлетворительная оценка по ЕГЭ

Минимальное количество баллов по каждому предмету определяется по 100-балльной шкале

Выдача аттестатов

Школы обязаны выдать выпускникам аттестаты в период с 20 по 30 июня.

Срок действия результатов ЕГЭ

Результаты ЕГЭ действует 4 года, следующих за годом выпуска.

Для участников ЕГЭ установлен запрет на наличие: средства связи, электронно-вычислительной техники,

Фото-, аудио-, видеоаппаратуры, справочных материалов, письменных записок и иных средств хранения и передачи информации.

ППЭ оборудуются **стационарными или переносными металлоискателями, средствами видеонаблюдения**. Срок хранения видеозаписи экзамена составляет не менее трех месяцев со дня проведения экзамена. По решению ГЭК ППЭ оборудуются системами подавления сигналов подвижной связи.

Аудитории оборудуются средствами видеонаблюдения. Материалы видеонаблюдения используются лицами, привлекаемыми к проведению ЕГЭ, в целях обнаружения фактов нарушения порядка проведения ЕГЭ.

Участник ЕГЭ имеет право подать апелляцию о нарушении установленного порядка проведения ЕГЭ и (или) о несогласии с выставленными баллами и конфликтную комиссию.

Сайты и порталы, на которых размещены нормативные документы, регулирующие проведение ЕГЭ и открытый банк заданий ЕГЭ.

- Официальный информационный портал ЕГЭ www.ege.edu.ru
- Сайт Федерального государственного учреждения «Федеральный институт педагогических измерений» (ФИПИ) www.fipi.ru
- Сайт Федерального государственного учреждения «Федеральный центр тестирования» (ФЦТ) www.rustest.ru
- Сайт Регионального центра обработки информации Республики Башкортостан (РЦОИ РБ) www.rcoi.net
- Сайт Министерства образования и науки Российской Федерации <http://xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/>
- Сайт Министерства образования Республики Башкортостан <http://www.morb.ru/>

Муниципальное казенное учреждение
Управление образования
Администрации городского округа
город Нефтекамск

Как помочь ребёнку подготовиться к экзаменам

