

Рекомендации учащимся по сдаче ЕГЭ

Информация о ЕГЭ.

Единый государственный экзамен (ЕГЭ) – это процедура, совмещающая государственную (итоговую) аттестацию выпускников IX классов, освоивших общеобразовательную программу за курс среднего (полного) общего образования, и вступительные испытания для поступления в вуз.

ЕГЭ сдается по единым контрольно-измерительным материалам (тестам), которые разрабатываются группами ученых и педагогов под руководством специалистов института Общего среднего образования Российской академии образования.

Первая часть – группа «А» - включает в себя более легкие задания, в которых учащимся предлагают выбрать один из четырех предложенных вариантов ответов, и направлена на проверку знания непосредственно конкретного содержания литературных произведений. Формул, законов и т.д.

Вторая часть- задания группы «В» - требуют от экзаменуемых записать краткий ответ на предложенные вопросы в виде одного-двух слов или числа, и позволяют проверить знания и осведомленность учащихся по отдельным предметам.

Третья часть – задания группы «С» требуют от учащихся развернутых свободных ответов (подробное решение задачи по физике, химии; уравнений, неравенств по алгебре и началам анализа; написания рецензии или «эссе» на статью по русскому языку и т.д.) Ответы на задания группы «А» и «В» проверяются в Центре тестирования с использованием специальных компьютерных программ, а задания группы «С» - двумя независимыми друг от друга экспертами.

РЕКОМЕНДАЦИИ

По психологической подготовке к единому государственному экзамену учителям, выпускникам и их родителям (рекомендации составлены по материалам службы практической психологии Центра аттестации и контроля качества образования РДРМЦ МО РС (Я)) ЕГЭ (единый государственный экзамен) основан на тестовых технологиях. Такая новая форма экзамена требует хороших знаний по предметам, предварительной психологической подготовки всех участников образовательного процесса (учителей, родителей, учащихся).

Советы учителям:

Учителям следует активнее вводить тестовые технологии в систему обучения учащихся с 5-11 классы практически по всем предметам, выносимым на ЕГЭ. С их помощью можно оценивать уровень усвоения материала учениками и отработать у них навык работы с тестовыми заданиями.

Такие тренировки в выполнении тестовых заданий позволят учащимся в ходе сдачи ЕГЭ реально повысить балл. Зная типовые конструкции тестовых заданий, ученик практически не будет тратить время на понимание инструкции. Во время таких тренировок формируются соответствующие психотехнические навыки саморегуляции и самоконтроля.

Психотехнические навыки, полученные учащимися в процессе обучения, не только повышают эффективность подготовки к сдаче ЕГЭ, но и позволяют учащимся более успешно вести себя во время экзамена, способствуют развитию навыков мыслительной

работы, умению мобилизовав себя в решающей ситуации, овладеть собственными эмоциями.

- **Советы ученикам:**

У многих учеников ситуация экзамена вызывает такие яркие отрицательные эмоции, что в результате на связанную с экзаменом тревогу тратится куда больше сил, чем собственно, на то, чтобы подготовиться и сдать его.

Как же подготовиться к экзаменам максимально эффективно, не тратя попусту энергию? И как действовать на самом экзамене, чтобы показать свои лучшие стороны и добиться хорошего результата?

Некоторые рекомендации по подготовке к ЕГЭ:

- не нужно экономить время на сон! Экономия времени на сне ведет к тому, что снижается продуктивность интеллектуальной деятельности в другое время суток;
- нужно относиться к экзаменам более осмысленно и потратить интеллектуальные усилия на то, чтобы выделить ключевые вопросы, смысловые блоки курса;
- делать мини-конспекты, смысловые схемы ответов;
- настраивайте себя на успех.

К ЕГЭ и подготовке к нему нужно относиться как к важной части обучения, а не как к некому препятствию, которое требуется преодолеть.

- **Советы родителям:**

Родителям в первую очередь нужно помогать ребенку сохранять душевное равновесие, бодрость духа, ритм активной жизни, беречь от стрессов:

- радуйтесь успехам ребенка;
- ребенок должен чувствовать, что он любим.

Формула самовнушения.

- Я полностью контролирую свое поведение. Я вижу трудности на своем пути и это возможности моего личностного роста.
- Я контролирую свои мысли и чувства.
- Я с каждым днем чувствую себя более уверенным.
- Я в состоянии достичь своей цели, и я достигну своей цели.
- Я представляю себя счастливым, здоровым и успешным.
- Я буду таким, каким себя представляю.
- Я спокоен и уверен в себе.

Расписание ЕГЭ

Дата

ЕГЭ

Досрочный период

- 20 апреля (пт) русский язык
- 23 апреля (пн) иностранные языки, география, химия, история
- 26 апреля (чт) математика
- 02 мая (ср) информатика и ИКТ, биология, обществознание, литература, физика
- 04 мая (пт) резерв: по всем предметам

Основной период

- 28 мая (пн) информатика и ИКТ, биология, история
- 31 мая (чт) русский язык
- 04 июня (пн) иностранные языки, химия
- 07 июня (чт) математика
- 13 июня (ср) обществознание, физика
- 16 июня (сб) география, литература
- 18 июня (пн) резерв: иностранные языки, обществознание, биология, информатика и ИКТ
- 19 июня (вт) резерв: география, химия, литература, история, физика
- 20 июня (ср) резерв: русский язык
- 21 июня (чт) резерв: математика

Дополнительный период

- 7 июля (сб) русский язык, химия, информатика и ИКТ
- 10 июля (вт) математика, география, иностранные языки
- 12 июля (чт) обществознание, литература, физика
- 14 июля (сб) биология, история
- 16 июля (пн) резерв: по всем предметам