Контролируйте режим подготовки ребенка, не допускайте перегрузок, объясните ему, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом. Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал.

Если ребенок недостаточно времени уделяет подготовке к ЕГЭ, мотивируйте его и контролируйте объем подготовленного материала.

Обратите внимание на питание ребенка: 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.

Советы родителям в период сдачи экзаменов:

Накануне экзамена обеспечьте ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться. Практика показывает: переедание непосредственно перед экзаменом тормозит умственную активность.

Если ребёнок не носит часов, обязательно дайте ему часы на экзамен.

С утра перед экзаменом предложите ребенку шоколадку. Не забудьте дать с собой воды. Нельзя принимать успокоительные таблетки, они тормозят умственную деятельность.

Категорически запрещается повышать тревожность ребенка накануне экзамена и нагнетать обстановку!!!!!

Советы родителям после сдачи экзаменов:

- Поздравьте ребёнка с завершением экзаменационного испытания.
- Обсудите с ребёнком то, как он чувствовал себя во время экзамена.
- Поинтересуйтесь тем, какие задания показались ему наиболее интересными, сложными, легкими, забавными, неожиданными и т.д.
- Обеспечьте ребёнку возможность активного отдыха.

Будьте уверены в успехе! Откажитесь от критики после экзамена. При любом исходе ребенку нужна ваша поддержка. Внушайте ему мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей. Проявите мудрость и терпение! Ваша поддержка обязательно поможет ребёнку быть успешным!

Успешной сдачи экзаменов! Каждый, кто сдает 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.

«Школьный меридиан», тематический выпуск, февраль 2023 Издается с 2011 года Размещение на сайте школы: https://fom-tut.edu.yar.ru/obuchay_shchimsya_i_roditelyam/shkolniy_mer_dian.html	Директор школы: Л.Н.Мохова Редактор – И.С.Махорская

МОУ Фоминская средняя школа

Школьный меридиан

Информационно-просветительская газета для родителей

Тематический выпуск «Роль родителей и их практическая помощь при подготовке детей к ЕГЭ», №6, февраль 2023 год

Сегодня в номере:

1. Что важно знать родителям про ЕГЭ?

2. Помощь родителей при подготовке к ЕГЭ. Советы.

Что важно знать родителям про ЕГЭ?

Единый государственный экзамен (ЕГЭ) – это основная форма государственной (итоговой) аттестации выпускников школ Российской Федерации.

ЕГЭ проводится во всех субъектах российской Федерации.

Особенности ЕГЭ:

- единые правила проведения
- единое расписание
- использование заданий стандартизированной формы (КИМ)
- использование специальных бланков для оформления ответов на задания
- проведение экзамена письменно на русском языке (за исключением ЕГЭ по иностранным языкам)

К государственной итоговой аттестации допускаются выпускники ОУ, имеющие годовые отметки по всем общеобразовательным предметам учебного плана за 10/11 класс не ниже удовлетворительных и получивших ЗАЧЕТ за итоговое сочинение.

Обязательным для всех выпускников школ текущего года являются ЕГЭ по русскому языку и математике (базовая) или математике (профильная).

Положительные результаты ГИА по русскому языку и математике (преодоление минимальной границы, устанавливаемой ежегодно Рособрнадзором), являются основанием для выдачи выпускнику аттестата о среднем общем образовании.

Если в ВУЗе среди перечня необходимых предметов ЕГЭ указана математика, она всегда профильная. Поступить в ВУЗ с базовой математикой невозможно – этот экзамен нужен только для получения аттестата.

Выпускникам, не допущенным к ГИА, не прошедшим ГИА в установленные сроки или получившим неудовлетворительные результаты на обязательных экзаменах по русскому языку и математике, либо получив-

шим повторно неудовлетворительный результат по одному из этих предметов в дополнительные сроки, выдается справка об обучении в ОУ по установленной форме.

Итоговое сочинение, прошедшее 7 декабря 2022 года, является допуском к ГИА.

Для участия в ЕГЭ обучающиеся в срок до 1 февраля 2023 года подали заявление на участие в ЕГЭ с указанием предметов, которые выпускник собирается сдавать.

Периоды сдачи ЕГЭ:

- Досрочный период (март-апрель)
- Основной период (май-июль)
- Дополнительный период (сентябрь)

МИНИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

Предмет	Минимальный первичный балл	Минимальный тестовый балл
Русский язык	16	36
Математика (базовый уровень)	3	7
Математика (профильный уровень)	6	27
История	7	32
Обществознание	20	42
Ин. языки	22	22
Китайский язык	17	22
Физика	11	36
Химия	13	36
Биология	16	36
География	10	37
Информатика	6	40
Литература	15	32

К повторной сдаче ЕГЭ в текущем году не допускаются:

- Участники ЕГЭ, не явившиеся на экзамен без уважительной причины;
- Участники ЕГЭ, результаты которых были отменены ГЭК в связи с выявлением фактов нарушения участником ЕГЭ установленного порядка проведения ЕГЭ.

Если участник ЕГЭ получит результат ниже установленного минимального количества баллов по одному из обязательных учебных предметов, он имеет право на повторную сдачу в дополнительные сроки, предусмотренные единым расписанием. Если и в дополнительные сроки он не сдаст ЕГЭ по этому предмету, то вместо аттестата ему должна быть выдана справка об обучении в школе. В случае, если участник ЕГЭ не получает минимального количества баллов ЕГЭ по предметам, которые он выбрал, пересдача экзамена для таких участников ЕГЭ предусмотрена только через год.

Внимание! Апелляция о нарушении установленного Порядка проведения экзамена может быть подана участником ЕГЭ только в день проведения экзамена по соответствующему предмету, не покидая пункта проведения экзамена (руководителю ППЭ).

Апелляция о несогласии с выставленными баллами подается в течение двух рабочих дней после официального объявления результатов ГИА по соответствующему предмету (директору школы).

Как можно получить дополнительные баллы при поступлении в ВУЗ (от 1 до 10 баллов)?

- ✓ Итоговое сочинение
- ✓ Аттестат с отличием
- ✓ Волонтерская деятельность
- ✓ Участие и победы в предметных олимпиадах и творческих конкурсах
- ✓ Спортивные заслуги
- ✓ Знак ГТО

Помощь родителей при подготовке детей к ЕГЭ

Почему выпускники так волнуются? Сомнение в полноте и прочности знаний. Стресс ответственности перед родителями и школой. Сомнение в собственных способностях. Психофизические и личностные особенности: тревожность, застенчивость, неуверенность в себе.

Психологическая поддержка – один из важнейших факторов, определяющих успешность ребенка в сдаче экзамена. Поддержка основана на вере в прирожденную способность личности преодолевать жизненные трудности при поддержке тех, кого она считает значимыми для себя.

Чтобы показать веру в ребенка, родитель должен иметь мужество и желание сделать следующее:

- Забыть о прошлых неудачах ребенка;
- Помочь ребенку обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей;
- Помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.

Советы родителям:

Не повышайте тревожность ребенка накануне экзаменов – это может отрицательно сказаться на результате тестирования. Ребенку всегда передается волнение родителей, и если взрослые в ответственный момент могут справиться со своими эмоциями, то ребенок в силу своих возрастных особенностей может эмоционально «сорваться».

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

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