

СОВЕТЫ УЧАСТНИКАМ ГИА 11 в 2022 г.

В экзаменационную пору всегда присутствует психологическое напряжение. Стресс при этом – абсолютно нормальная реакция организма. Легкие эмоциональные всплески полезны, они положительно сказываются на работоспособности и усиливают умственную деятельность. Но излишнее эмоциональное напряжение зачастую оказывает обратное действие. Причиной этого является, в первую очередь, личное отношение к событию. Поэтому важно формирование адекватного отношения к ситуации. Оно поможет выпускникам разумно распределить силы для подготовки и сдачи экзамена.

Экзамены - лишь одно из жизненных испытаний, многие из которых еще предстоит пройти. Не придавайте событию слишком высокую важность, чтобы не увеличивать волнение. При правильном подходе экзамены могут служить средством самоутверждения и повышения личностной самооценки.

Заранее поставьте перед собой цель, которая Вам по силам. Никто не может всегда быть совершенным. Пусть достижения не всегда совпадают с идеалом, зато они Ваши личные. Не стоит бояться ошибок. Известно, что не ошибается тот, кто ничего не делает. Люди, настроенные на успех, добиваются в жизни гораздо большего, чем те, кто старается избегать неудач. Будьте уверены: каждому, кто учился в школе, по силам сдать выпускные экзамены в любой форме. Все задания составлены на основе школьной программы. Подготовившись должным образом, Вы обязательно сдадите экзамен.

Перед началом работы нужно сосредоточиться – расслабиться и успокоиться. Расслабленная сосредоточенность гораздо эффективнее, чем напряженное, скованное внимание. Заблаговременное ознакомление с правилами и процедурой экзамена снимет эффект неожиданности на экзамене. Тренировка в решении заданий поможет ориентироваться в разных типах заданий, рассчитывать время.

Подготовка к экзамену требует достаточно много времени, но она не должна занимать абсолютно все время. Внимание и концентрация ослабевают, если долго заниматься однообразной работой. Меняйте умственную деятельность на двигательную. Не бойтесь отвлекаться от подготовки на прогулки и любимое хобби, чтобы избежать переутомления, но и не затягивайте перемену! Оптимально делать 10-15 минутные перерывы после 40-50 минут занятий.

Для активной работы мозга требуется много жидкости, поэтому полезно больше пить простую или минеральную воду, зеленый чай. Соблюдайте режим сна и отдыха. При усиленных умственных нагрузках стоит увеличить время сна на час.

При заучивании материала главное – распределение повторений во времени. Повторять рекомендуется сразу в течение 15-20 минут, через 8-9 часов и через 24 часа. Полезно повторять материал за 15-20 минут до сна и утром, на свежую голову. При каждом повторении нужно осмысливать ошибки и обращать внимание на более трудные места. Повторение будет эффективным, если воспроизводить материал своими словами близко к тексту. Обращения к тексту лучше делать, если вспомнить материал не удастся в течение 2-3 минут. Чтобы перевести информацию в долговременную память, нужно делать повторения спустя сутки, двое и так далее, постепенно увеличивая временные интервалы между повторениями. Такой способ обеспечит запоминание надолго.

ПРАВИЛА И ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕНИЯ ЕГЭ

Время начала ЕГЭ по всем учебным предметам 10.00 часов по местному времени. Допуск участников ЕГЭ в ППЭ осуществляется с 09.00 по местному времени. Участники ЕГЭ не должны опаздывать на экзамен, так как для таких участников экзамена продолжительность проведения экзамена не продлевается и общий инструктаж, в том числе по заполнению регистрационных полей бланков ЕГЭ, не проводится.

При входе в ППЭ участник ЕГЭ должен предъявить документ, удостоверяющий личность (далее – паспорт). В случае отсутствия по объективным причинам у обучающегося паспорта он допускается в ППЭ только после письменного подтверждения его личности сопровождающим от школы. В случае отсутствия паспорта у выпускника прошлых лет и других категорий участников ЕГЭ в ППЭ такие участники ЕГЭ не допускаются.

В ППЭ участник ЕГЭ берет с собой: ручка; паспорт; лекарства и питание (при необходимости); средства обучения и воспитания (по математике линейка; по физике – линейка и непрограммируемый калькулятор; по химии – непрограммируемый калькулятор; по географии – линейка, транспортир, непрограммируемый калькулятор); участники ЕГЭ с ОВЗ, дети – инвалиды и инвалиды - специальные технические средства. Иные личные вещи (уведомление о регистрации на ЕГЭ, средства связи и другие запрещенные средства и материалы) участники ЕГЭ должны оставить в специально выделенном до входа в ППЭ месте для хранения личных вещей участников ЕГЭ.

При раздаче комплектов экзаменационных материалов все участники ЕГЭ должны: внимательно прослушать инструктаж, проводимый организаторами в аудитории; обратить внимание на целостность упаковки сейф-пакета с электронным носителем и прослушать информацию о процедуре печати экзаменационных материалов (далее – ЭМ) в аудитории; получить от организаторов напечатанные полные комплекты ЭМ. В ЭМ участника ЕГЭ находятся: черно-белый бланк регистрации (при проведении устной части ЕГЭ по иностранным языкам в ЭМ находится только бланк регистрации устного экзамена); черно-белый бланк ответов № 1; черно-белый односторонний бланк ответов № 2 лист 1 (за исключением проведения ЕГЭ по математике базового уровня); черно-белый односторонний бланк ответов № 2 лист 2 (за исключением проведения ЕГЭ по математике базового уровня); КИМ; контрольный лист с информацией о номере бланка регистрации, номере КИМ и инструкцией по проверке комплекта для участника.

Дополнительные бланки ответов № 2 выдаются организаторами отдельно по просьбе участника ЕГЭ.

После получения комплектов экзаменационных материалов все участники ЕГЭ должны: сравнить уникальный номер КИМ на листах КИМ и номер КИМ, указанный на контрольном листе; сравнить цифровое значение штрихкода на бланке регистрации со значением, указанным на контрольном листе убедиться в совпадении значений в обеих парах чисел. В случае несовпадения сообщить об этом организаторам (которые произведут замену всего комплекта ЭМ); проверить качество напечатанного комплекта (отсутствие белых и темных полос, текст хорошо читаем и четко пропечатан, защитные знаки, расположенные по всей поверхности листа КИМ, четко видны), а также проверить правильность кода региона и номера ППЭ в бланке регистрации ответов. При выявлении любого брака необходимо осуществить замену всего комплекта ЭМ. Во время экзамена участникам ЕГЭ запрещается: иметь при себе: уведомление о регистрации на экзамены, средства связи, электронно-вычислительную технику, фото-, аудио- и видеоаппаратуру,

справочные материалы (кроме разрешенных, которые содержатся в КИМ), письменные заметки и иные средства хранения и передачи информации; выносить из аудиторий и ППЭ экзаменационные материалы (далее – ЭМ) на бумажном и (или) электронном носителях; выносить из аудиторий письменные принадлежности, письменные заметки и иные средства хранения и передачи информации; фотографировать ЭМ; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками ЕГЭ; переписывать задания КИМ в черновики со штампом образовательной организации ЕГЭ; произвольно выходить из аудитории и перемещаться по ППЭ без сопровождения организатора вне аудитории.

При нарушении настоящих требований и отказе от их соблюдения организаторы совместно с членами государственной экзаменационной комиссией (далее – ГЭК) вправе удалить участника ЕГЭ с экзамена. В данном случае организаторы совместно с ГЭК составляют акт об удалении участника ЕГЭ с экзамена. На бланках проставляется метка о факте удаления с экзамена. Экзаменационная работа такого участника ЕГЭ не проверяется.

Участники ЕГЭ могут выходить из аудитории по уважительной причине (в туалет, в медицинскую комнату) только в сопровождении организатора вне аудитории, организатор в аудитории предварительно проверяет комплектность оставленных участником ЕГЭ экзаменационных материалов.

При записи ответов на задания НЕЛЬЗЯ использовать обратную сторону бланков. Все записи ведутся ТОЛЬКО на лицевой стороне (для записи развёрнутых ответов сначала на бланке ответов № 2 лист 1, потом – на бланке ответов № 2 лист 2, далее – на ДБО № 2). Записи на оборотной стороне бланков проверяться не будут, конфликтная комиссия также не будет рассматривать апелляции по поводу записей на оборотной стороне бланков как апелляции по вопросам, связанным с неправильным оформлением экзаменационной работы.

Участники ЕГЭ, досрочно завершившие выполнение экзаменационной работы, могут покинуть ППЭ. Организатору необходимо принять у них все ЭМ.

По окончании работы участники ЕГЭ откладывают экзаменационные материалы, включая КИМ и черновики, на край своего стола. Организаторы в аудитории собирают у участников ЕГЭ экзаменационные материалы, включая КИМ и черновики.

С правилами проведения Государственной Итоговой Аттестации ознакомлен (а):

Участник ГИА: _____ (_____)

«__»_____20__ г.

Родитель/законный представитель участника Государственной Итоговой Аттестации ознакомлен

(а): _____ (_____)

«__»_____20__ г.