

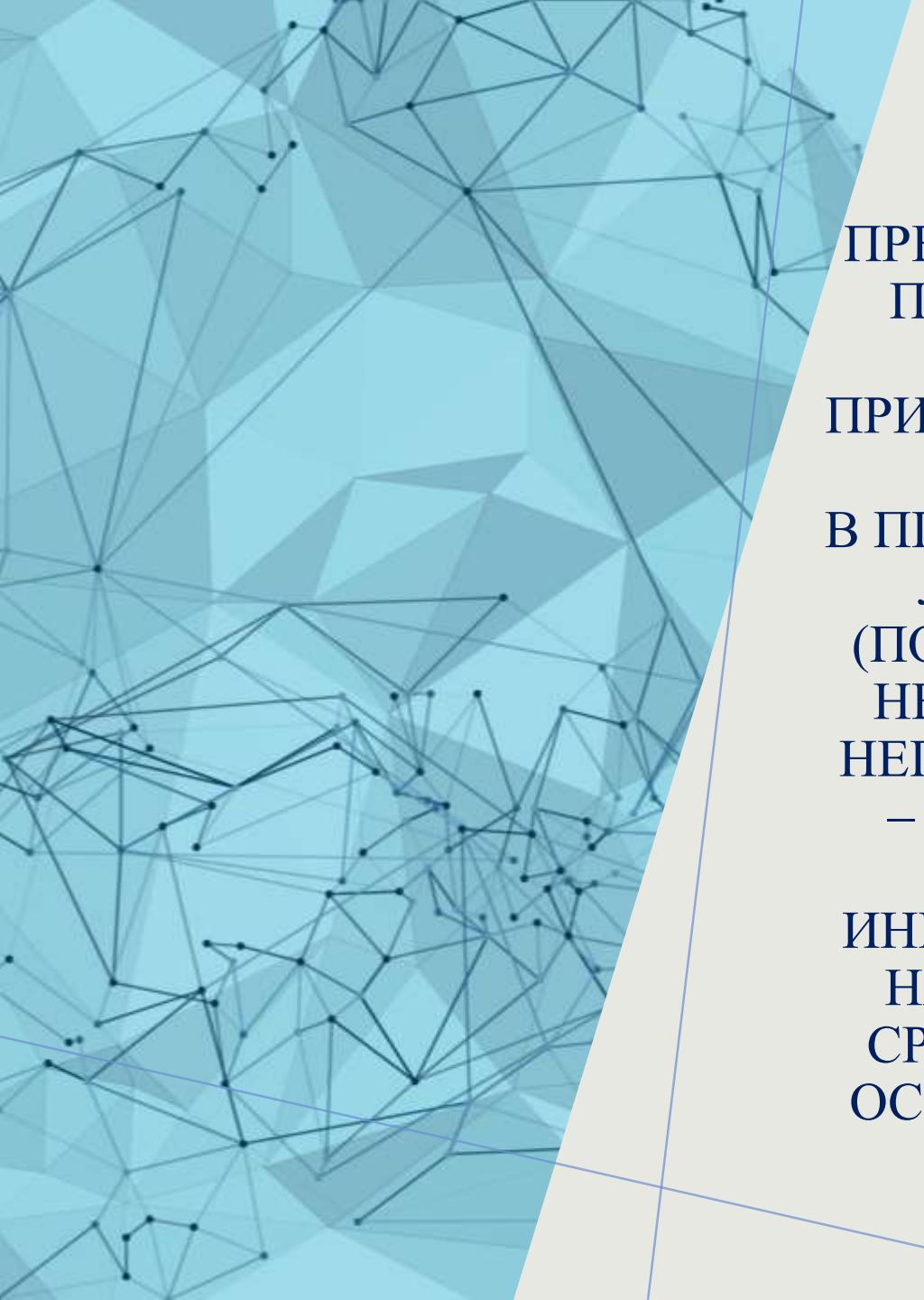


**МБОУ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ  
«ЛИЦЕЙ 51 ИМЕНИ КАПУСТИНА БОРИСА  
ВЛАДИСЛАВОВИЧА»**

**РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ С  
ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА**

***«РОЛЬ РОДИТЕЛЯ В  
ПОДГОТОВКЕ УЧАЩЕГОСЯ К  
СДАЧЕ ОГЭ, ЕГЭ/ГИА»***

**АВТОРЫ: ОВЧАР Л.Л. ШУПР,  
ПСИХОЛОГ ПРОХОРОВА Т.Н.  
2021 ГОД**



# ПРОЦЕДУРА ЕГЭ

ВРЕМЯ НАЧАЛА ЕГЭ ПО ВСЕМ УЧЕБНЫМ ПРЕДМЕТАМ **10:00** ЧАСОВ. ДОПУСК УЧАСТНИКОВ ЕГЭ В ППЭ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ С **09:00**. УЧАСТНИКИ ЕГЭ **НЕ ДОЛЖНЫ ОПАЗДЫВАТЬ** НА ЭКЗАМЕН.

ПРИ ВХОДЕ В ППЭ УЧАСТНИК ЕГЭ ДОЛЖЕН **ПРЕДЪЯВИТЬ ПАСПОРТ**.

В ППЭ УЧАСТНИК ЕГЭ **БЕРЕТ С СОБОЙ:** **РУЧКУ; ПАСПОРТ;** ЛЕКАРСТВА И ПИТАНИЕ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ); (ПО МАТЕМАТИКЕ ЛИНЕЙКА; ПО ФИЗИКЕ – ЛИНЕЙКА И НЕПРОГРАММИРУЕМЫЙ КАЛЬКУЛЯТОР; ПО ХИМИИ – НЕПРОГРАММИРУЕМЫЙ КАЛЬКУЛЯТОР; ПО ГЕОГРАФИИ – ЛИНЕЙКА, ТРАНСПОРТИР, НЕПРОГРАММИРУЕМЫЙ КАЛЬКУЛЯТОР);

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.

# **СДАЕМ ЕГЭ**

**На выполнение всего задания вам отводится 15 минут.**  
**Вам не обязательно выполнять все задания, вы можете выбрать те из них, которые покажутся вам наиболее простыми. Все вопросы очень легкие, для вас не составит никакого труда на них ответить. Вам нужно прочитать вопрос и отметить ваш ответ на бланке, подчеркнуть нужный вариант или вписать свой вариант ответа». Ответ записываете справа от номера соответствующего задания: без пробелов, запятых и других символов. Ответом может быть слово или число. Знак числа, запятая в десятичной дроби записываются в отдельную клетку.**

В экзаменационную пору основная задача родителей – создать комфортные оптимальные условия для подготовки ребенка и не мешать ему. Поощрение, поддержка, реальная помощь, а главное – спокойствие взрослых помогают ребёнку успешно справиться с собственным волнением.



Помочь своим детям осознать свои сильные и слабые стороны, понять свой стиль учебной деятельности, развить умения использовать собственные интеллектуальные ресурсы и настроить на успех!

- Тренировка в решении пробных тестовых заданий также снимает чувство неизвестности. В процессе работы с заданиями приучайте ребёнка ориентироваться во времени и уметь его распределять.
- Обеспечьте своему выпускнику удобное место для занятий, чтобы ему нравилось там заниматься!



# РЕЖИМ ДНЯ

- Не допускайте перегрузок ребёнка. Через каждые 40-50 минут занятий обязательно нужно делать перерывы на 10-15 минут.
- Накануне экзамена ребенок должен отдохнуть и как следует выспаться. Проследите за этим. Именно Ваша поддержка нужна выпускнику прежде всего.



Рисунок Дмитрий Петрова/ miloserdie.ru



- Не тревожьтесь сами! Внушайте ребёнку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.
- Подбадривайте детей, хвалите их за то, что они делают хорошо.
- Наблюдайте за самочувствием ребёнка, т.к. никто кроме вас не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояния ребёнка, связанное с переутомлением.

- Обратите внимание на питание ребёнка! Исключить чипсы, газированную воду, кофеин содержащие напитки. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, мёд, курага стимулируют работу головного мозга.
- Накануне экзамена обеспечьте ребёнку полноценный отдых. Договоритесь, 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:

- пробежать глазами весь текст, чтобы увидеть какого типа задания в нём содержаться, это поможет настроиться на работу;
- внимательно прочитать вопрос до конца и понять его смысл (характерная ошибка во время тестирования – 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;
- если не смог в течение отведённого времени ответить на вопрос, есть смысл положиться на свою интуицию и указать наиболее вероятный вариант.

Не критикуйте ребёнка после экзамена.

# **СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

- **ПОМНИТЕ:** самое главное – это снизить напряжение и тревожность ребёнка и помочь ему организовать самого себя.
- Родители не могут **ВМЕСТО** ребёнка сдать экзамены, но они могут быть **ВМЕСТЕ** с ребёнком во время его подготовки к экзамену.
- Уважаемые родители, провожая сына или дочь на экзамен, проверьте, пожалуйста, наличие у них необходимых документов.

**ВЫ-прекрасные родители! У вас лучшие в мире ДЕТИ!**

Используемая литература: информация с сайта «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва»