«ЕГЭ глазами школьников»

Особенности Единого экзамена:

- 1) его результаты одновременно учитываются в школьном аттестате и при поступлении в ВУЗы;

- 2) при проведении этих экзаменов на всей территории России применяются однотипные задания и единая шкала оценки, позволяющая сравнивать всех учащихся по уровню подготовки.

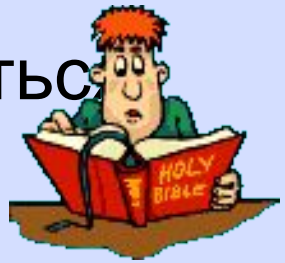
Основные цели введения ЕГЭ:

1) получение объективной картины качества образования в системе среднего (полного) образования;
2) объективной оценки освоения государственного образовательного стандарта выпускникам школы;
3) Повышение мобильности абитуриентов, поступающих в ВУЗы, особенно для лиц , проживающих в территориально отдалённой от вузовских центров местности;

4) Уменьшение психологических нагрузок выпускников школ при переходе из школы в ВУЗ;
5) Уменьшение субъективизма при зачислении абитуриентов в ВУЗ;
6) Уменьшение расходов родителей абитуриентов на преодоление барьера школа – ВУЗ.

Мифы о ЕГЭ:

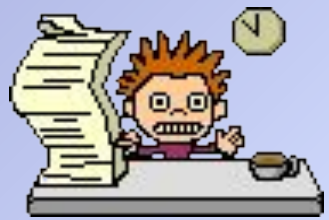
- на ЕГЭ можно «натаскать»;
- к успешной сдаче ЕГЭ можно подготовиться быстро;



- получить за ЕГЭ оценку выше 90 баллов практически нереально. 100 баллов в сертификате – это пропуск в Книгу рекордов Гиннеса или… основание для проверки из прокуратуры, на предмет утечки правильных вариантов ответов;
- сдача ЕГЭ – колоссальное психологическое напряжение, к тому же не всем дано сдавать экзамен в тестовой форме.

Страх перед экзаменами

√ «поединок вопросов и ответов»

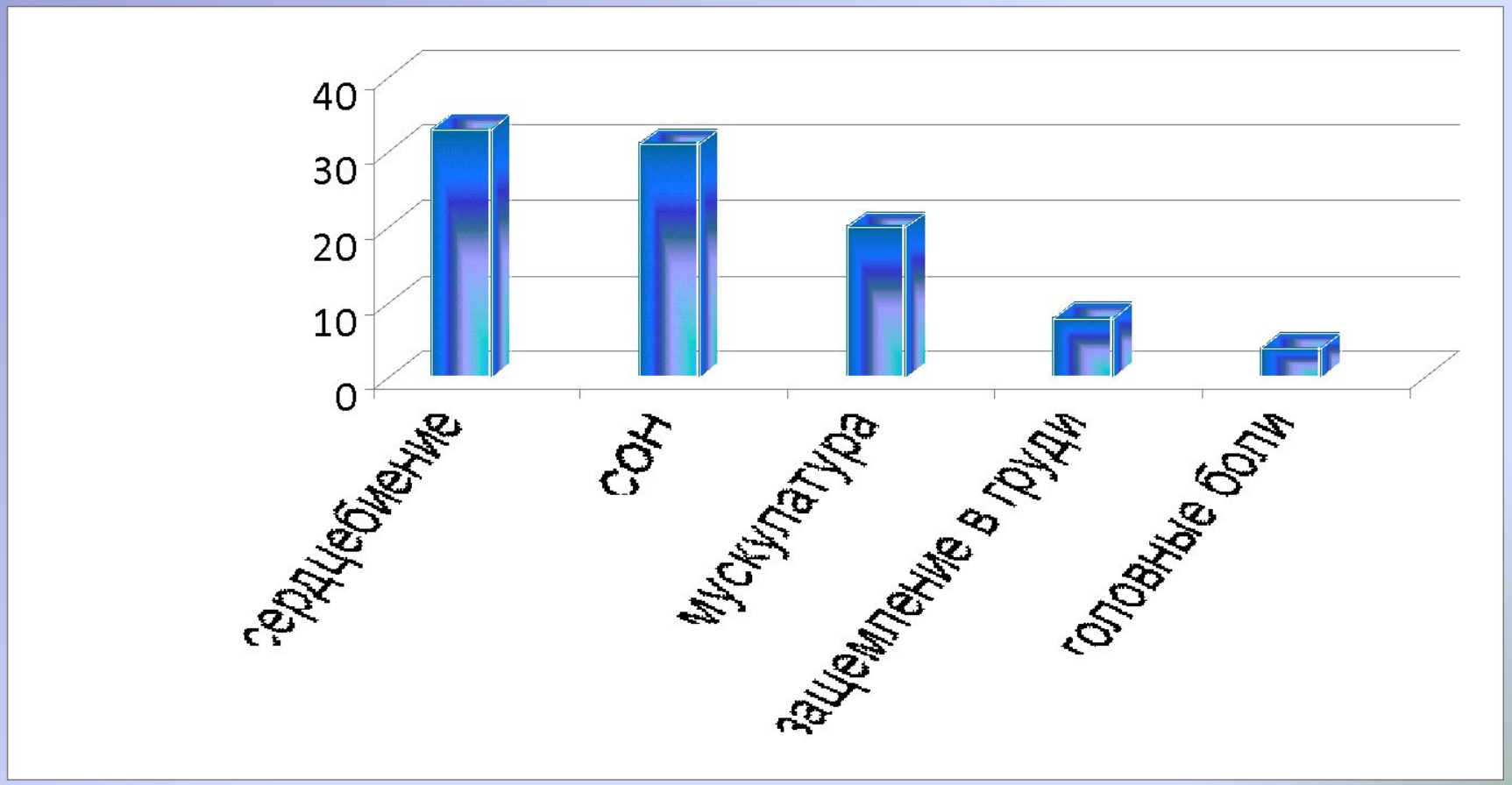


√ «изощренная пытка»

√ «интеллектуальная и эмоциональная перезагрузка»

Анкетирование учащихся

«Что я испытываю перед экзаменами?»



Как справиться с экзаменационным стрессом?

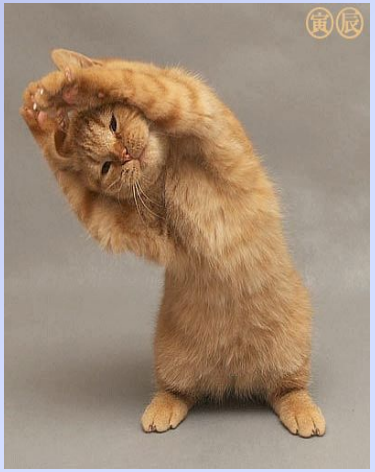
- Поверить в себя;
- Не пытаться быть совершенным;
- Планировать и предпринимать последовательные шаги для преодоления проблем;
- Не держать всё в себе;
- Смотрите на всё в перспективе.

Советы для подготовки к экзамену

- Оставьте для подготовки к экзамену достаточно времени;
- Составьте расписание подготовки;
- Устраивайте себе короткие передышки;
- Экспериментируйте с различными методиками подготовки;

- Не пейте слишком много кофе, чая и газированных напитков;

- Регулярные, но умеренные физические упражнения усилят Вашу энергию, просветлят мышление и снизят ощущения стресса;



- Попробуйте упражнения йоги, дыхательную технику или другие способы расслабления и преодоление страха.

Советы для экзамена

- ✔ Избегай паники;
- ✔ Сосредоточься на бланке, попробуй забыть про окружающих;
- ✔ Начинай с легкого:
- ✔ Пропускай ;
- ✔ Думай только о текущем задании;
- ✔ Читай задания до конца.

Заключение