



**Май 2021**

МОБУ СОШ им.С.М. Чугункина с.Кармаскалы

## Немного о ЕГЭ

«ЕГЭ лишь одно из жизненных испытаний, которое вам предстоит пройти. Будьте уверены: каждому, кто учился в школе, по силам сдать ЕГЭ. Все задания составлены на основе школьной программы. Поэтому каждый из вас может успешно сдать экзамен». Именно с этой фразы начинается инструктаж на экзамене.



31 мая в российских регионах стартовал Единый госэкзамен. 184 тысяч ребят сдавали первый экзамен по химии, литературе и географии.

Экзамен стартовал ровно в 10.00. Все санитарные антиковидные меры, которые действовали в прошлом году, сохраняются. Генеральная уборка классов, дозаторы с антисептиками, термометрия, социальная дистанция - 1,5 метра, зигзагообразная рассадка за партами по 1 человеку. Плюс обязательные маски у экзаменаторов. А вот для детей они необязательны. Кто хочет - может надеть. Кому душно и неудобно - сможет писать ЕГЭ без маски.

Другие меры безопасности - против шпаргалок и мобильных - даже усиливаются. В 2021 году на ЕГЭ будет работать более 100 тысяч камер! А следить за порядком будут общественные наблюдатели.

Самым популярным экзаменом, среди наших выпускников был - математика профильная, который прошел 7 июня. Его сдавали 12 обучающихся. Второй по популярности - обществознание. Его выбрали восемь учеников.

Завершается основной период 2 июля.

Пожелаем ребятам удачи, максимально сосредоточиться на поставленных вопросах и успешно ответить на них. Ни пуха, ни пера...

*Махмутов Вадим, ученик 7а класса*

## Экзамен: боевая готовность №1!

Вот и закончилась школьная пора для наших тринадцати выпускников, начался важный этап – экзамены и поступление в средние специальные и высшие учебные заведения. Экзамены – это стресс и для школьников, и для учителей, и для родителей. Хорошо бы научиться и научить воспринимать экзамен не как испытание, а как возможность проявить себя, улучшить оценки за год, приобрести экзаменационный опыт, стать более внимательным и организованным. Как же это сделать?

*Психологи советуют:*

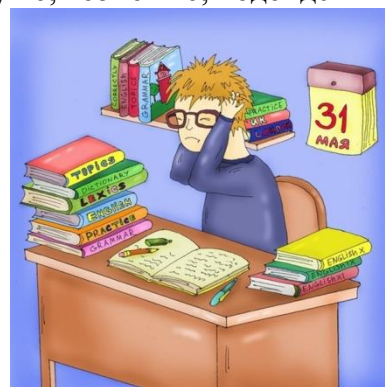
### 1. Позитивный настрой.

В этом смысле полезным может стать выработка у себя позитивного настроя на предстоящий экзамен, делающего восприятие этого события более спокойным: не «трудное испытание», не «стресс», не «крах», а просто «тестирование» или «очередной экзамен»... А ещё, готовясь к экзамену, не надо думать о том, что не справишься, а напротив, замечательно мысленно рисовать себе картину триумфа, а кому-то, возможно, подойдёт применение формул самовнушения: «У меня получится», «Я справлюсь»...- подобную формулу можно сформулировать самому, главное, чтобы было по душе, подбадривало и звучало позитивно.

### 2. Разговор с самим

*собой.*

В самом процессе экзамена часто пугает его непредсказуемость. Для того чтобы снизить тревожность учащихся по поводу непредсказуемых моментов при сдаче экзамена, можно порекомендовать им поговорить с самими собой (можно с родителями или друзьями) о возможных стрессовых ситуациях на экзамене и заранее продумать свои действия. Следует спросить себя, какая реальная опасность таится в этом событии, как выглядит худший результат и что в этом случае нужно будет сделать. Каковы возможные



трудности экзамена лично для меня и как их облегчить? Иногда простой хороший спокойный доверительный разговор на эту тему помогает снизить тревожность и успокоиться.

### *3. Качественная подготовка – залог успеха!*

Что здесь имеется ввиду? Помимо психологического настроя немаловажную роль играет элементарная готовность по предмету экзамена. Часто учащимся не хватает навыка систематизации знаний, то есть умения эти знания стройно и удобно «уложить» в своей голове. Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить наизусть весь учебник! Полезно структурировать материал за счёт составления планов, схем, причём желательно на бумаге. Как это не банально звучит, но не устану напоминать и о важности чередования занятий и отдыха, скажем, 40 минут занятий, затем 10 минут – перерыв. Можно в это время сделать зарядку, принять душ, помыть пол...

### *4. Тайна последней ночи.*

Многие считают: для того, чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это неправильно. Ты уже устал, и не надо себя переутомлять. Напротив, с вечера перестань готовиться, прими душ, соверши прогулку. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением своего здоровья, силы, боевого настроя. Ведь как не крути, а экзамен, всё - таки, своеобразный бой, и его нужно дать и выдержать! В нём нужно проявить себя, показать свои возможности и способности.

### *5. От простого к сложному.*

Это тоже на первый взгляд такое всем знакомое и элементарное правило, но часто как раз во время экзамена оно забывается. Важно начать с лёгкого, с того, в чём не сомневаешься, это придаст тебе уверенность, поможет войти в рабочий ритм, не дать себе увязнуть в начале. Но даже лёгкое задание требует к себе уважения на экзамене: важно быть сосредоточенным и внимательным – читать задание до конца. И, конечно, золотое правило: оставить время на проверку.

### *6. Попался «неудачный» билет?*

С кем не бывает! Главное – не паниковать! Сразу начинаем записывать всё, что когда-либо слышали по этому поводу: из телепередачи ли, из кинокомедии, из разговора с родителями, друзьями... в процессе написания в голову могут прийти какие-то мысли и, возможно, что-нибудь вспомнится из пройденного в классе или прочитанного.

### *7. И напоследок – вкусные советы!*

Всегда, а во время экзамена особенно, заботьтесь о своём здоровье. В это трудное время нужно хорошо и правильно питаться. С помощью пищи,

причём самой обычной, можно стимулировать деятельность мозга.

*Шарафутдинова Аделина, ученица 9а класса*

## **Вчера и сегодня**

Если сравнивать, как сдавали экзамены в СССР и сейчас, то можно часто услышать от наших дедушек и бабушек о том, что золотую медаль получали очень часто и очень многие. Иногда складывается впечатление, что сдать экзамен раньше было гораздо проще, поскольку так много было золотых медалей, но по утверждению тех же бабушек и дедушек в ретро времена сдавать их было во много раз тяжелее. Речь не идет о том, насколько важно получить диплом с отличием от других, это дело каждого, больше интересует насколько правильной ситуация сейчас и в те времена.

В СССР школу оканчивали после 10 класса, выпускникам приходилось сдавать восемь экзаменов: алгебра + геометрия, сочинение, русский язык, химия, физика, иностранный язык и история. Если человек претендовал на золотую медаль, то его проверяли две комиссии; сначала в школе, а потом в районе. Сам экзамен был в ретро-стиле, ученик просто тянул листик с вопросом, поэтому присутствовал элемент удачи или неудачи. И вот теперь та система сдачи экзамена, которая была привычна молодым людям и более старшим поколениям она стала ретро, на данный момент экзамены заменили тесты, причем как в письменной форме, так и в электронной. Элемент удачи ушел, и сегодня все сводится к выполнению определенных заданий, при этом увеличилась ответственность за подготовку этих экзаменов (ЕГЭ), а также отпала необходимость сдачи вступительных экзаменов так любимых ранее, при достижении определенных показателей. Поэтому, у всего есть и плюсы и минусы. Многие с ностальгией вспоминают прошлые времена, а прошлые времена это ретро-времена.



*Султангалиев Радмир, ученик 8а класса*

Печать: МОБУ СОШ им.С.М.Чугункина с.Кармаскалы.  
Адрес: Республика Башкортостан, с.Кармаскалы, ул.Худайбердина, 7  
Тел.: 8(347 65) 2-12-05  
E-mail: [karsch\\_1@mail.ru](mailto:karsch_1@mail.ru)  
Тираж 430 экз.