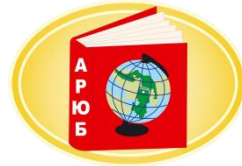


так. Процедурные ошибки преследуются очень строго.

Во время экзаменов родители часто говорят: хватить гулять, не сиди за компьютером, в этом месяце ты должен учиться! Правильная ли эта тактика?

Во-первых, есть такое понятие, как порог обучаемости, и он у всех различный. Во-вторых, психика — штука строго индивидуальная, и процесс учения очень субъективен. Кому-то достаточно один раз прочитать, и это удержится в голове надолго, а кому-то нужно прочитать с коротким проговариванием, да ещё и конспект сделать - и то не сразу запомнит. С точки зрения психологов, в этот период интенсивность занятий, безусловно, должна возрастать. Расчёт в такой ситуации делается на краткосрочную память. Ты выучил, выстрелил запасом знаний, и дальше благополучно забыл. Каждый вырабатывает некий свой график.

Здесь есть ещё другой вопрос: насколько сильна мотивация у выпускника школы? Насколько он готов физически и интеллектуально работать, и если человека надо пинками заставлять поступать в университет, может, ему лучше в армию пойти? А девушке — в ларёк торговать? Может, тогда желание появится. Дать общие рекомендации нельзя, это всё очень индивидуально, зависит от многих условий. Не только от интеллектуальных способностей и устойчивости психики ребёнка, но ещё и от структуры питания, утомляемости, уровня тревожности, уровня эмоционального



выгорания, рабочего места. Некоторым нужна полная тишина и абсолютный климат-контроль.

Родителям нужно чётко понимать, что жизнь ребёнка на ЕГЭ не закончится, какой бы ни был результат. Для родителей совет один — ни в коем случае не «наезжать». Очень велик риск нервного срыва. Нужно быть очень внимательным и чётко отслеживать состояние своего ребёнка.

Как вести себя на ЕГЭ?

Поведение должно быть в рамках той социальной нормы, которая здесь действует — быть абсолютно доброжелательным, спокойным, вежливым и отстранённым. А основная задача — «включить» мозги на конкретный отрезок времени.

Мы работаем:

Пн.-Чт. 10:00 – 18:00

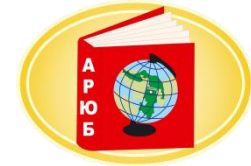
Пт. Вс. 10:00 – 17:00

Сб. – выходной

1-ый четверг месяца – **сан.день**

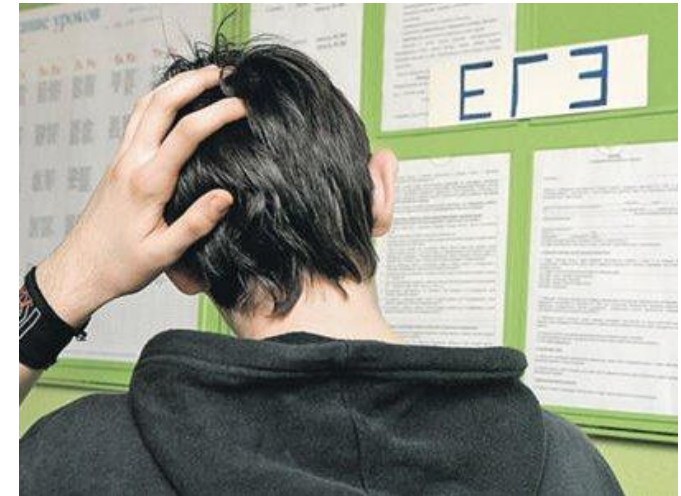
Наш адрес: г. Майкоп, ул.
Комсомольская, 193.
тел. 8(8772)52-38-10, 57-04-75, 52-11-50

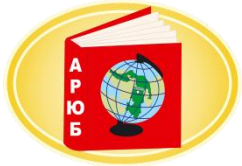
Наш сайт: aryub.rf



**Адыгейская республиканская
юношеская библиотека**

Пора **ЕГЭ**





Единый государственный экзамен близится. Вот некоторые «невредные» советы детям и родителям, которые помогут при подготовке к ЕГЭ.

На чём лучше сосредоточиться?

Сейчас нужно сосредоточиться на том, чтобы сдать все те ЕГЭ, которые заявлены. Параллельно нужно искать ВУЗы (кроме того ВУЗа, что уже выбран) с набором ЕГЭ по своей или близкой к своей специальности.

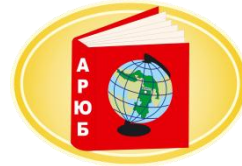
Что сказать родителям, если получил плохую оценку по ЕГЭ?

Правду. А так называемых «отмазок» здесь может быть целая куча: сдавал не на своей территории; в аудитории было страшно жарко или, наоборот, был сильный сквозняк; все вещи (мобильный, миниатюрные учебники и шпаргалки) сразу забрали; сок и шоколад на парту положить не дали; плохо проверили территорию, и под окнами ходили подозрительные собаки и кошки. Говорить, что не додали времени, не советую, — оно там фиксируется.

Как не съесть самого себя за плохую оценку?

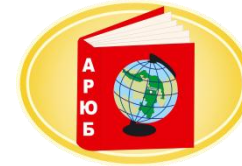
Вроде и готовился, а всё равно ничего не вышло...

Для всякого человека рефлексия — это явление нормальное, отличный стимулятор для действий — как умственных, так и материальных. Посему — здесь учить и рефлексировать. Но! Если первый экзамен пошёл вкривь, и баллов оказалось меньше, чем ты рассчитывал, самое основное —



не сломаться. Мало кто верит, что какой-то тренинг может помочь, потому что человек в такой ситуации обычно вообще про всё забывает. Если стержень в нём есть, он всё равно выдержит, сожмёт зубы и будет идти дальше; если стержня нет, — он заистерит, и всё пойдёт и дальше криво. Посему — наплевать, забыть и вцепиться в следующую попытку. Здесь как в спорте. Вообще, результат экзамена зависит не всегда от того, как ты готов, и не всегда — от психологического состояния. Это ещё и лотерея. Ты можешь быть прекрасно подготовлен, но вот попался единственный билет, на который ты не знаешь ответа, который тебе не нравится, и это роковым образом повлияет на результат.

Самое страшное при сдаче ЕГЭ для школьника — уровень ожидания родителей. Большинство неприятностей, скандалов, очень горьких упрёков, нервных срывов вплоть до суицидальных попыток бывает не от рефлексии, не оттого, что человек заел сам себя, а оттого, что человек не оправдал ожиданий, прежде всего родителей, а также друзей, школы. Особенно часто получается такая ситуация: «А вот я-то и умная, и красивая, а эта вот глупая, но она-то как-то поступила, а я пролетела». Вот эти вещи приносят наихудшие, наиярчайшие плоды. На всё это не надо обращать внимание! Как в бою — живым остаётся тот, кто справился со страхом. Не



боятся либо гении, либо... недалёкие люди.

Организатор, который в аудитории наблюдает за ребятами во время ЕГЭ, - он друг или враг?

В идеале он должен быть «Господин Zero», то есть никто. ЕГЭ — это стресс не только для участников, но и для тех, кто его проводит. Процедура достаточно сложная, каждый шаг делается под протокол. Организаторы в аудиториях подчиняются точно таким же правилам: у них должны быть изъяты сумки, мобильные телефоны, им запрещено давать даже книги. Эти люди должны постоянно находиться в рабочем состоянии. Инструктируют всегда в самую положительную для ребят сторону: абсолютная доброжелательность по отношению к ребятам, мгновенное реагирование на просьбы помочь и не создавать какую-либо нервозность. Единственная допустимая негативная реакция касается попыток откровенного списывания — это надо пресекать вплоть до удаления с экзамена, или неадекватных действий участников ЕГЭ (например, человек начинает кричать, разговаривать, вставать с места). Если тем или иным образом создаётся нервозная обстановка, ребёнок может написать соответствующую бумагу, существует специальный протокол, где он оспаривает процедуру и указывает, что было не