

## При заполнении бланков регистрации:

- прослушать инструктаж организаторов по заполнению области регистрации бланков и по порядку работы с экзаменационными материалами;
- под руководством организаторов заполнить бланк регистрации и области регистрации бланков ответов № 1 и № 2.

После того как все находящиеся в аудитории участники ЕГЭ заполнили регистрационные поля бланков, официально объявляется о начале экзамена.

### Время начала и окончания экзамена фиксируется на доске.

Во время экзамена нужно выполнять задания. Как это надо делать, можно потренироваться на демоверсиях — они опубликованы на сайте [www.fipi.ru](http://www.fipi.ru).

Поговорим лучше о передвижениях: *куда и зачем можно выходить.*

Выходить из аудитории можно по уважительной причине (в туалет, в медицинскую комнату). В этом случае участника сопровождает один из организаторов вне аудитории, которых можно назвать дежурными по этажу. Все экзаменационные материалы (бланки, КИМ, черновики) нужно оставить на своем рабочем месте, после того как ответственный организатор в аудитории проверит их комплектность.

### По окончании экзамена:

- организаторы собирают бланк регистрации, бланки ответов № 1 и № 2, в том числе дополнительный бланк ответов № 2 (при наличии), черновик и КИМ. При приемке бланков ответов № 1 организатор должен отметить количество исправленных ответов и поставить свою подпись.
- при сдаче материалов ответственный организатор в аудитории фиксирует количество сданных бланков;
- по указанию организаторов необходимо покинуть аудиторию и ППЭ.



**«Успех приходит только к тем, кто действует. Он очень редко приходит к тем, кто пасует перед обстоятельствами»**

**Джавахарлал Неру**

## Как подготовиться психологически к экзаменам :

- Для того чтобы в кризисной ситуации не терять головы, необходимо не ставить перед собой сверхзадач для достижения сверхцели. Не стоит дожидаться, пока ситуация станет катастрофической.
- Начинать готовиться к экзаменам заранее, понемногу, по частям, сохраняя спокойствие.
- Если очень трудно собраться с силами и мыслями, постарайся запомнить сначала самое легкое, а потом переходи к изучению трудного материала.
- Ежедневно выполняй упражнения, способствующие снятию внутреннего напряжения, усталости, достижению расслабления.

### Что делать если устали глаза?

В период подготовки к экзаменам увеличивается нагрузка на глаза. Если устали глаза, значит, устал организм: ему не хватает сил для выполнения экзаменационного задания. Нужно сделать так, чтобы глаза отдохнули.

#### Выполняй два любых упражнения:

- Посмотри постепенно вверх-вниз (25 секунд), влево-вправо (15 секунд)
- Напиши глазами свое имя, свое желание.
- Попеременно фиксируй взгляд на удаленном предмете (20 секунд), потом на листе бумаги перед собой (20 секунд)
- Нарисуй квадрат, треугольник — сначала по часовой стрелке, потом в противоположную сторону.

### Режим дня

#### Раздели на три части:

- Готовься к экзаменам 8 часов в день;
- Занимайся спортом, гуляй на свежем воздухе, сходи на дискотеку потанцуй – 8 часов;
- Спи не менее 8 часов; если есть желание и потребность, сделай себе тихий час после обеда.

### Питание

Питание должно быть 3-4 разовым, калорийным и богатым витаминами. Употребляй в пищу грецкие орехи, молочные продукты, рыбу, мясо, овощи, фрукты, шоколад.

**Еще один совет: перед экзаменом не следует надеяться.**

**Удачи!!!**

Буклет подготовлен:

ГБОУ РО «Каменск-Шахтинская школа-интернат»



## Всероссийская акция «100 баллов для победы»

ЕДИНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКЗАМЕН

### ПАМЯТКА для учащихся «Советы выпускникам»

**«...Чему бы ты не учился, ты учишься для себя...»**

**Гай Петроний**



г. Каменск-Шахтинский  
2019 год

## Что такое ЕГЭ?

ЕГЭ — это основная форма государственной итоговой аттестации (ГИА) по образовательным программам среднего общего образования. ЕГЭ является одновременно выпускным экзаменом в школе и вступительным экзаменом в вуз.

### Участники ЕГЭ

К ЕГЭ допускаются выпускники, не имеющие академической задолженности и полностью выполнившие учебный план или индивидуальный учебный план, то есть имеющие годовые отметки по всем учебным предметам за 10-й и 11-й классы не ниже удовлетворительных. Также, чтобы быть допущенными к ЕГЭ, выпускникам нужно получить «зачет» по итоговому сочинению (или изложению).

### Сроки проведения ЕГЭ

ЕГЭ проводится по единому расписанию, которое ежегодно утверждается приказом Министерства образования и науки Российской Федерации. Экзамены проходят в три этапа: досрочный, основной и дополнительный (сентябрьский).

### Задания ЕГЭ

Задания ЕГЭ называются контрольными измерительными материалами (КИМ). Каждый КИМ — это комплекс заданий, разработанных в четком соответствии со школьной программой и всеми теми требованиями, которые определяет Федеральный государственный образовательный стандарт. Их выполнение позволяет установить уровень освоения школьной программы.

ЕГЭ проводится по 14 учебным предметам.



У вас все получится — не сомневайтесь!!!

ЕГЭ проводится в специально оборудованных ППЭ, которые, как правило, размещаются в школах.

Для обеспечения безопасности участников и исключения возможных нарушений ППЭ оборудуются металлодетекторами и средствами видеонаблюдения. Почти во всех аудиториях видеотрансляция во время экзамена ведется онлайн. В некоторых случаях, по решению региональных властей, устанавливаются и системы подавления сигналов мобильной связи.

### Что нужно взять с собой в ППЭ:

- паспорт или другой документ, удостоверяющий личность;
- гелевую или капиллярную ручку с черными чернилами;
- разрешенное дополнительное оборудование;
- воду, шоколад, медицинские препараты и питание при необходимости.

### Что будет в ППЭ и в аудитории:

- ЕГЭ начинается в 10:00 по местному времени;
- ППЭ открываются для участников с 09:00.

**При входе в ППЭ** организаторы должны проверить у участника документ, удостоверяющий личность, распределение в ППЭ и аудиторию. Личные вещи и уведомления необходимо оставить в специально выделенном для этого помещении, которое расположено до входа в ППЭ.

Потом организаторы провожают участников ЕГЭ к аудиториям. Где кому предстоит сдавать экзамен, указано в списках распределения участников ЕГЭ по аудиториям, которые вывешиваются на информационном стенде при входе в ППЭ и у каждой аудитории, в которой будет проходить экзамен.

**При входе в аудиторию** организатор должен сверить данные вашего паспорта с данными в своей ведомости.

В аудитории не нужно садиться на понравившееся место у окна или на задней парте. **Всех участников ЕГЭ уже распределили по аудиториям: это делается заранее, автоматизированно.** Поэтому организаторы указывают ваше место в аудитории в соответствии с распределением.

**Во время рассадки нельзя переговариваться с другими участниками ЕГЭ и меняться местами.**

Вы проходите в аудиторию, взяв с собой только паспорт, черную ручку, воду и, если нужно, лекарства, питание и разрешенное дополнительное оборудование.

**Дополнительное оборудование**, которым разрешается пользоваться на ЕГЭ:

- по математике — линейка;
- по физике — линейка и непрограммируемый калькулятор;
- по химии — непрограммируемый калькулятор;
- по географии — линейка, транспортир, непрограммируемый калькулятор.

**Все остальное, что не входит в данный перечень, иметь при себе и использовать на экзамене ЗАПРЕЩЕНО!**

### Что нужно делать на разных этапах экзамена

**При раздаче комплектов экзаменационных материалов:**

- внимательно прослушать инструктаж, проводимый организаторами в аудитории (как заполнять бланки, сколько продолжается экзамен, как подавать апелляцию, где и когда можно ознакомиться с результатами ЕГЭ);
- получить от организаторов запечатанные индивидуальные комплекты с вложенными в них бланками регистрации и бланками для ответов, а также КИМ;
- получить от организаторов черновики со штампом школы;
- вскрыть по указанию организаторов индивидуальные комплекты;
- проверить количество бланков регистрации и бланков ответов, а также КИМ в индивидуальном комплекте и отсутствие в них полиграфических дефектов;
- сверить штрихкоды.

Если вы обнаружили в своем индивидуальном комплекте лишние или недостающие бланки и КИМ, а также полиграфические дефекты, **нужно незамедлительно сообщить об этом организаторам**, которые обязаны полностью заменить индивидуальный пакет с дефектными материалами.