# Подготовка к экзаменам

**Меньше недели остается до Единого госэкзамена - досрочный период начинается уже 21 марта. В этом году сдавать ЕГЭ будут более 700 тысяч человек, большинство из которых - выпускники школы этого года. По словам главы Рособрнадзора Анзора Музаева, несмотря на риски в связи с ситуацией на Украине, речи об отмене ЕГЭ в России нет. "Мы уже работаем с субъектами, антикризисные меры принимаем. Пока у нас твердое ощущение, что экзамен мы провести сможем. Какие бы новые ограничения ни вводились, это не будет для нас серьезной помехой", - сказал Музаев.**



21 марта у российских выпускников школ начинается досрочный период сдачи Единого государственного экзамена. Фото: Светлана Джафарова

## Обществознание

Уже который год самым популярным экзаменом по выбору остается обществознание, причем число желающих сдавать его постоянно растет. В 2022 году на ЕГЭ по обществознанию подано более 333 тысяч заявок. И это на 26 тысяч больше, чем в прошлом году - вот так скачок!

Чем привлекает предмет? Тут все просто: ЕГЭ по обществознанию необходим для поступления на огромное количество специальностей - от юриспруденции и экономики до лингвистики и политологии. А еще некоторые выбирают его, ошибочно полагая, что это предмет "обо всем и ни о чем" и сдать его будет легче легкого. Но те, кто так думает, как правило, "садятся в лужу" - ЕГЭ по обществознанию не так-то прост. Не случайно в 2021 году сдать его не смогли почти 20 процентов выпускников.

Рассказываем, на что обратить внимание на экзамене в целом и что нового будет в материалах и заданиях в 2022 году. Кстати, в досрочный период ЕГЭ по обществознанию будут сдавать 7 апреля, а в основной - 9 июня.

Итак, на каких вопросах чаще всего спотыкаются школьники? Это различие функций законодательной и исполнительной властей, разделение полномочий между федеральными и муниципальными властями. Многим не под силу пояснить некоторые пункты из Конституции. Поэтому во второй части контрольно-измерительных материалов появилось задание N 23 с развернутым ответом по Конституции РФ. Внимание: отвечая на вопросы, не нужно указывать в ответе номера соответствующих статей Конституции и дословно воспроизводить их содержание. Берегите время!

Что еще? Из экзаменационной работы 2022 года исключена часть заданий, дублирующих друг друга с точки зрения тех умений, которые они проверяют. Время экзамена сократилось - теперь писать его будут 3 часа 30 минут, а в прошлом году на это давали на 25 минут больше.

*В 2022 году ЕГЭ будут сдавать более 700 тысяч человек. Самый массовый экзамен по выбору - обществознание*

Зато участники ЕГЭ-2022, выбравшие обществознание, не будут писать мини-сочинение. А задание с кратким ответом на анализ графика спроса и предложения превратилось в задание с развернутым ответом.

Обратите внимание: во второй части, где нужны развернутые ответы, не нужно отвечать сверх того, о чем спрашивают в задании. Неточности и ошибки в таких "дополнительных" элементах ответа могут теперь привести к снижению балла за все задание.

А вот какого рода вопросы могут выпасть на экзамене (примеры из демоверсии 2022 года, [опубликованной на сайте](http://fipi.ru/ege/demoversii-specifikacii-kodifikatory) Федерального института педагогических измерений fipi.ru):

Установите соответствие между действиями и уровнями научного познания: к каждой позиции, данной в первом столбце, подберите соответствующую позицию из второго столбца.

**Действия:**

а) наблюдение;

б) эксперимент;

в) описание объекта;

г) объяснение существующих взаимосвязей;

д) формулирование закономерностей.

**Уровни научного познания:**

1) эмпирический;

2) теоретический.

Какие из перечисленных позиций относятся к основам конституционного строя Российской Федерации? Запишите цифры, под которыми они указаны:

1) единство экономического пространства;

2) наличие официальной идеологии;

3) правовое государство;

4) приоритет судебной власти;

5) светское государство.

Вам необходимо подготовить доклад по теме "Политические партии". Используя обществоведческие знания, составьте сложный план, позволяющий раскрыть тему по существу. Сложный план должен содержать не менее трех пунктов, из которых два или более детализированы в подпунктах.

## Биология

[[](https://rg.ru/2022/02/06/ege-po-geografii.html)](https://rg.ru/2022/02/06/ege-po-geografii.html)

[Проверьте себя, смогли бы вы сдать ЕГЭ по географии?](https://rg.ru/2022/02/06/ege-po-geografii.html)

Изменения здесь незначительны. В числе новаций 2022 года - включение в экзаменационную работу заданий 2 и 22. Они проверяют исследовательские умения и навыки: как школьники могут спланировать и провести эксперимент, спрогнозировать его результат, выдвинуть гипотезу, сформулировать вывод. Приготовьтесь: в заданиях будет много схем, рисунков, моделей, которые нужно будет анализировать.

Количество заданий в экзаменационной работе не изменилось: их по-прежнему 28. Время также не поменялось: на выполнение работы, как и в 2021 году, дается 3 часа 55 минут.

В досрочный период биологию будут сдавать 7 апреля, а в основной период - 14 июня.

## Физика

В 2022 году изменилось число заданий в экзаменационной работе: их будет 30, в том числе 19 заданий базового уровня сложности, 7 - повышенного и 4 - высокого. Время, отведенное на экзамен, осталось прежним - 235 минут (3 часа 55 минут).

В контрольных материалах ЕГЭ по физике в этом году появились новые линии заданий: задание 1 - на множественный выбор, задание 2 - о различных зависимостях физических величин из разных разделов физики, задания 6 и 17 - на интегрированный анализ процессов.

Какие задания могут встретиться во второй части экзаменационной работы? Например, расчетные задачи по молекулярной физике (задания 25 и 27), механике (задания 25 и 40), квантовой физике (задание 26), электродинамике (задания 28 и 29), оптике (задание 29). А вот заданий по астрономии и элементам астрофизики в этом году не будет.

Зато будет новое задание 30, за которое можно получить 4 балла, оно будет целиком посвящено механике. Кроме самого решения потребуется указать все физические законы, которые были использованы в процессе решения, и объяснить, как они применялись к решению задачи.

# Как помочь ребенку пережить экзамены:

# 5 советов психолога

Конец учебного года все ближе, а значит, наступила горячая пора для выпускников — подготовка к ОГЭ и ЕГЭ. Наш автор Екатерина Мазеина поговорила с педагогом и психологом Анной Быковой о том, как поддерживать детей в этот непростой период.

https://rs.mail.ru/d103135553.gif?rnd=112090187&ts=1646454273

[https://r.mradx.net/img/B1/C43F0D.jpg](https://r.mail.ru/n368190820?&rnd=112090187)Партнер материала

## Помогите ребенку организовать режим дня

Это основная задача родителя — и в то же время самая сложная. Потому что ребенок вроде бы вырос и сам хочет решать, чем и как заниматься. Но дело в  том, что лобные доли мозга, которые отвечают за волю, созревают годам к двадцати. То есть «естественной» воли подростка может не хватить для качественной подготовки к экзаменам и его нужно будет направлять и поддерживать.

Основа режима дня, а также залог хорошего запоминания материала и успешной сдачи экзаменов — ежедневные прогулки на свежем воздухе, полноценная еда и здоровый сон. Если ребенок, например, будет достаточно спать, но при этом целыми днями будет только учиться, то ничего хорошего тоже не выйдет. Нужно не только зубрить уроки, но и полноценно отдыхать.

Стоит учитывать, что материал лучше запоминается, когда мы повторяем его перед сном.

Идеальный вариант, когда школьник прочитал материал утром или днем, а затем повторил его вечером и лег спать. В этом случае информация из оперативной памяти перейдет в долговременную. А если поучил днем, вечером повторил, а потом пошел на тусовку или забил информацию эмоциональными событиями и разговорами — то утром нужного эффекта не будет.

## Учитывайте индивидуальные особенности

Дети очень разные — одни планомерно учат уроки в течение года и приходят к экзаменам уже подготовленными, а есть «спринтеры», которые осваивают большой объем информации непосредственно перед экзаменом. Есть дети, которые предпочитают заниматься с утра. Есть те, кто учатся ночами, а отсыпаются утром. Это индивидуальные особенности — и те, и другие дети могут успешно окончить школу, поэтому обе стратегии имеют право на жизнь. Но при любой стратегии в ночь перед экзаменом важно, чтобы ребенок спал, а утром встал бодрый и хорошо позавтракал.

Бывают тревожные дети, которые целыми днями учат уроки и отказывают себе в отдыхе. Они думают, что сначала учеба, а отдых — потом. Истощенный нагрузками ребенок хуже запоминает материал, а его нервная система «перегревается» и на экзаменах может выдать неожиданную реакцию. Такому ребенку нужно напоминать о необходимости отдыха.

## Не демонизируйте ОГЭ и ЕГЭ

Если ваш школьник склонен переживать по поводу учебы, то старайтесь не запугивать экзаменами. Иногда создается ощущение, что к выпускным экзаменам начинают готовиться чуть ли не с первого класса. И чем старше ребенок становится, тем сильнее психологическое давление учителей и родителей. Важно не перегнуть палку.

Пусть ребенок знает, что экзамены — это важно, что надо постараться сдать их максимально хорошо, что от них в какой-то степени зависит ближайшее будущее ребенка. Но ближайшее будущее — это не вся жизнь. Не стоит отказываться от своих хобби, интересных мероприятий во имя подготовки к ОГЭ и ЕГЭ.

Не становитесь для ребенка учителем, даже если вы сами хорошо разбираетесь в предмете. Это другая роль, которая может сильно подпортить детско-родительские отношения. Бывает, что в выпускном классе все общение детей и родителей сводится к теме экзаменов. Родители наседают, требуют, контролируют, проверяют. Это очень выматывает обе стороны, провоцирует ссоры и недопонимания. С какими-то другими вопросами к родителям лишний раз подходить уже не хочется, потому что опять все переведут на тему учебы. Сам процесс подготовки к экзаменам можно переложить на плечи профессионалов и в принципе снять с себя эту головную боль.

источник: [Depositphotos](https://ru.depositphotos.com/)

От автора: например, записаться в онлайн-школу [«Умскул»](https://r.mail.ru/n368162385), где девятиклассников и одиннадцатиклассников готовят к ОГЭ и ЕГЭ по всем предметам. За пять лет работы школа выпустила более 50 000 ребят, которые набрали высокие баллы на экзаменах.

Причем [«Умскул»](https://r.mail.ru/n368162385) — это не просто школа, а целое сообщество, где подростки могут получить много ценного: бесплатные онлайн-занятия, бесплатные видео и курсы для подготовки к ЕГЭ и ОГЭ, полезную информацию по всем предметам и авторские пособия и таблицы для максимально эффективной подготовки.

Еще в [«Умскул»](https://r.mail.ru/n368162385) есть ускоренная подготовка к экзаменам — мастер-группа NEO. Участники мастер-группы получают индивидуальную систему рекомендаций в зависимости от своих целей, двухуровневые домашки и другие инструменты для интенсивной подготовки к ОГЭ И ЕГЭ.

## Научите учиться

Помогите подростку сформировать лучшую для него стратегию подготовки к экзаменам. Есть дети, которые лучше усваивают аудиоинформацию. Есть визуалы, которым ближе зрительные образы. Можно рассказать ребенку о различных способах запоминания, различных приемах мнемотехники.

То есть научить детей учиться, помочь им в этом. Показать, что большой объем информации уложится в голове гораздо быстрее, если мы систематизируем его в виде таблиц или схем.

## Обсудите план

Все планы по покорению лучших вузов и подготовке к экзаменам стоит согласовывать с самим ребенком. План не должен выглядеть, как готовая инструкция, спущенная сверху, потому что любой подросток воспротивится такому вторжению просто из-за своего возрастного негативизма.

План должен родиться в совместном обсуждении. Родители могут задавать наводящие вопросы, но у подростка должно быть ощущение, что это его решение

Можно сказать, что этот план нужен в первую очередь вам — чтобы вам было не так тревожно в ожидании экзаменов. Так ребенок почувствует свою значимость и при этом автономность. А это очень важно для подростка.

Не требуйте от ребенка слишком многого.

Многие родители требуют от ребенка великих свершений — ты должен сдать на максимальный балл, ты должен поступить в такой-то вуз... Взрослые как бы подразумевают, что если подросток не сдаст экзамены, то вся его дальнейшая жизнь полетит кувырком.

Они могут требовать от сына или дочери каких-то нереальных побед, а ребенок будет переживать и нервничать из-за этого. Чем выше ожидания — тем сложнее учиться, так как выше стресс.

Такие достигаторские установки вредны для ребенка и его будущего. Гораздо экологичней иметь запасные варианты развития событий.

Например, если ты сдаешь на максимальный балл, то поступаешь в лучший вуз. Если сдаешь на меньший балл — тоже куда-нибудь поступишь. Если вовсе не сдаешь — экзамены можно пересдать.

Хорошо, когда у вас есть план А, план B и план C. У детей бывает линейное восприятие: они нарисовали у себя в голове одну стратегию и не видят другого пути. Задача родителей — показать разнообразие вариантов. Дорога к мечте не всегда бывает прямой. К желанной цели есть сотни разных путей, и нужно помочь ребенку их увидеть.  