

**МБУК «Библиотеки Тольятти»  
Отдел информационного сопровождения**



**ГИА-2019**

**Интерактивное пособие в помощь выпускникам 9 и 11 классов**

**Тольятти  
2019**

## Содержание

### От составителя

1. Универсальные образовательные ресурсы для подготовки к экзаменам
2. Подготовка по отдельным предметам
3. Полезные приложения
4. Психологическая поддержка

### От составителя

Все учащиеся уже с 5 класса знают, какие испытания их ждут на протяжении всей учебы в школе. Первым таким испытанием являются экзамены в 9 классе. Это основной госэкзамен, который сдается обязательно. Для одних он является промежуточным перед переходом в 10 класс, а другим он нужен для поступления в средние специальные учреждения. Данный экзамен очень похож на тот, который детям нужно будет сдавать после 11 класса, а именно ЕГЭ.

**ГИА** - государственная итоговая аттестация, обозначает обязательные экзамены в девятом и одиннадцатом классе. Для каждого вида экзаменов есть свое название:

9 класс - **ОГЭ** (основной государственный экзамен). Он назван основным не просто так - его сдают абсолютно все школьники страны.

11 класс - **ЕГЭ** (единый государственный экзамен). Этот экзамен сдают лишь те, кто заканчивает 11 класс и поступает в ВУЗы.

У многих школьников идет последний год обучения, который может стать определяющим в выборе будущей профессии. Чтобы получить высокие оценки по Единому государственному экзамену (ЕГЭ), надо начать готовиться прямо сейчас.

Обучение онлайн очень удобно, эффективно и привычно для школьников, поэтому такой вид подготовки стоит непременно рассмотреть. Подборка представленных ниже ресурсов поможет разобраться в море предлагаемых материалов для подготовки к экзаменам.

Гл. библиограф Г. Н. Гостева

*Что есть экзамен? Кто определит?  
 Экзамен - это, - мудрость отвечает.  
 Когда один все знает, но молчит,  
 Другой же беспрестанно говорит,  
 Хоть абсолютно ничего не знает.*

*Э. Асадов*

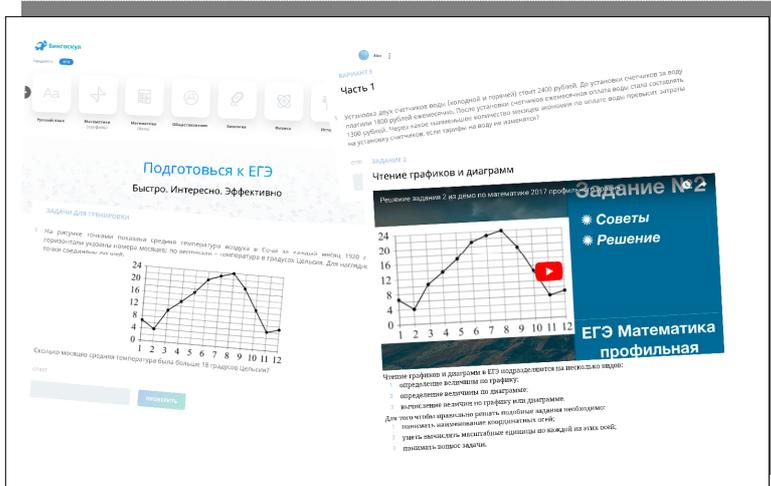


**Бенделева, Л. М. Капканы ЕГЭ и ГИА [Электронный ресурс] / Л. М. Бенделева.**  
 – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <http://капканы-егэ.рф> (дата обращения: 18.01.2019)

*На сайте учителя Бенделевой Любови Михайловны можно найти изложения, сочинения и советы, которые помогут при подготовке к ЕГЭ и ОГЭ по русскому языку и литературе.*

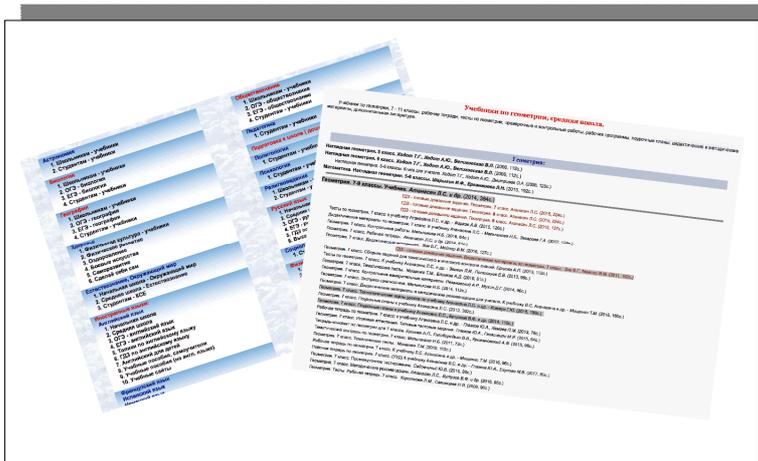
*Есть возможность оформить подписку на платные консультации.*

**Бингоскул [Электронный ресурс].** – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <https://bingoschool.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



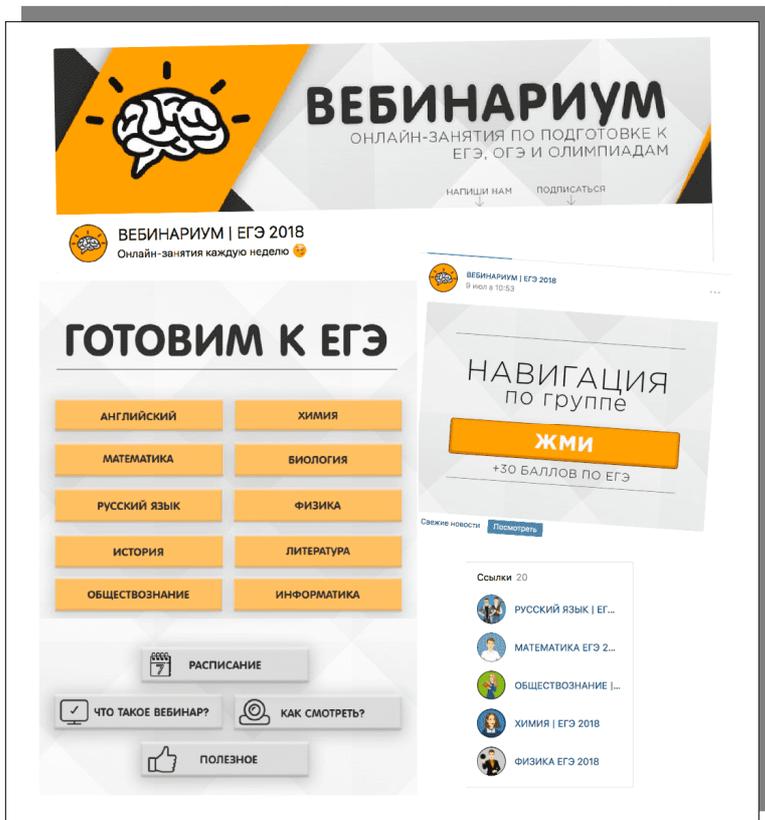
*На этом сайте можно изучить теорию и прорешать тесты по всем предметам ЕГЭ.*

**Васильев, А. Alleng.ru [Электронный ресурс]** / А. Васильев. – Электрон. дан. – Санкт-Петербург, 2006-2007. – URL: <http://www.alleng.ru/index.htm> (дата обращения: 18.01.2019)



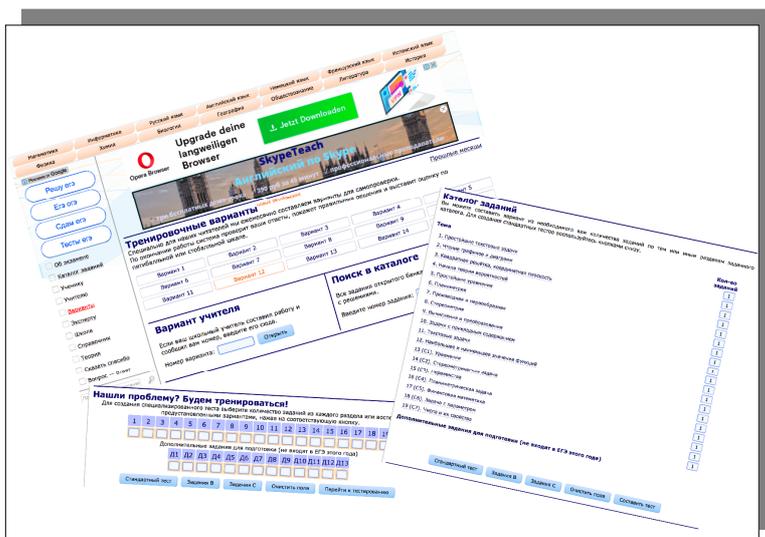
*Большая коллекция материалов по ЕГЭ и ГИА по всем предметам. В основном на сайте представлены тестовые материалы и пособия.*

Вебинариум [Электронный ресурс] // вКонтакте. – Электрон. дан. – URL: <https://vk.com/webinarum> (дата обращения: 28.01.2019)



Группы вКонтакте с регулярными вебинарами практически по всем предметам для ЕГЭ и ОГЭ.

Гущин, Д. Д. РЕШУ ЕГЭ : Образовательный портал для подготовки к экзаменам [Электронный ресурс] / Д. Д. Гущин. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2011-2018. – URL: <https://ege.sdangia.ru> (дата обращения: 17.01.2019)



Сайт для подготовки к ЕГЭ по всем предметам. Тут есть учебники, справочники, база заданий и пробные тесты.

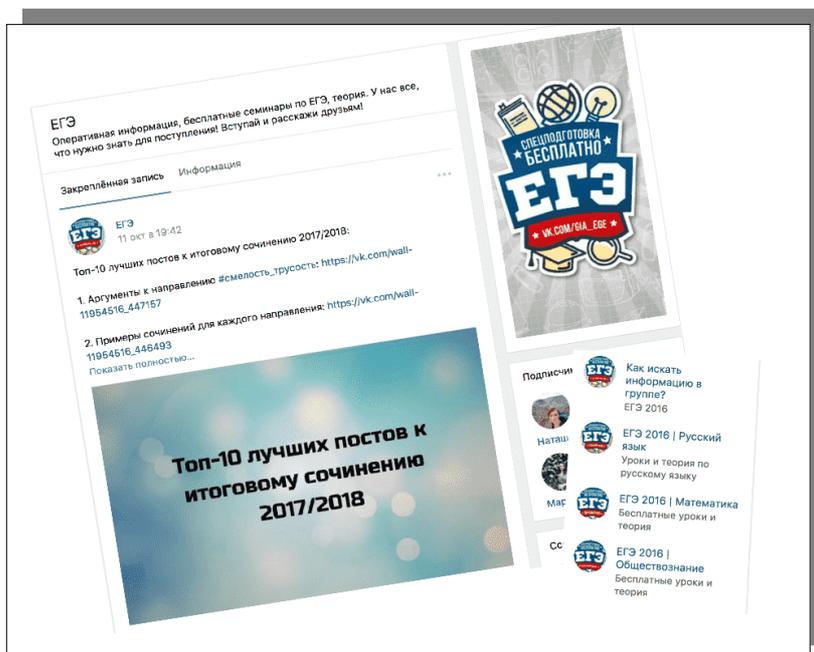
Очень крутая функция - возможность создать свой собственный тест. Любой тест можно настроить. Например, можно включить опцию показа правильного решения после выполнения работы.

Гущин, Д. Д. РЕШУ ОГЭ : Образовательный портал для подготовки к экзаменам [Электронный ресурс] / Д. Д. Гущин. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2011-2018. – URL: <https://math-oge.sdangia.ru> (дата обращения: 17.01.2019)



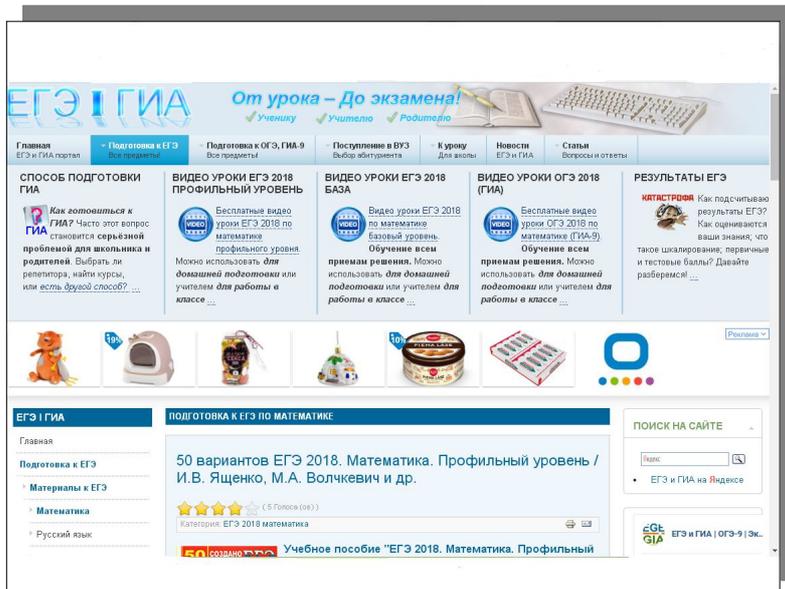
*Портал для подготовки к ОГЭ. Тут есть каталог типовых заданий из ОГЭ с решениями по всем предметам, учебники, справочники и пробные тесты.*

ЕГЭ [Электронный ресурс] // ВКонтакте. – Электрон. дан. – URL: [https://vk.com/gia\\_ege](https://vk.com/gia_ege) (дата обращения: 28.01.2019)



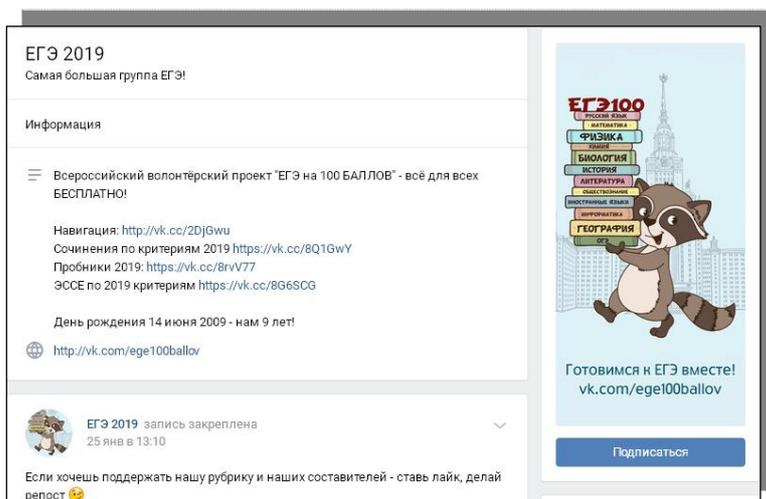
*Оперативная информация, бесплатные семинары по ЕГЭ, теория.*

ЕГЭ I ГИА [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <http://www.egeigia.ru> (дата обращения: 21.01.2019)



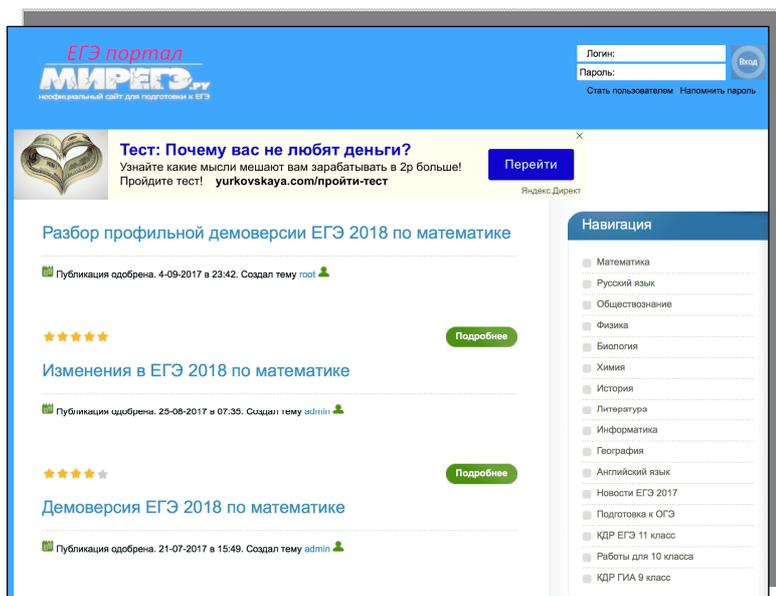
*Информационный образовательный портал с видеуроками, учебными пособиями по всем предметам, навигатором для абитуриентов по выбору профессии и вуза.*

ЕГЭ на 100 баллов [Электронный ресурс] // ВКонтакте. – Электрон. дан. – URL: <https://vk.com/ege100ballov> (дата обращения: 28.01.2019)



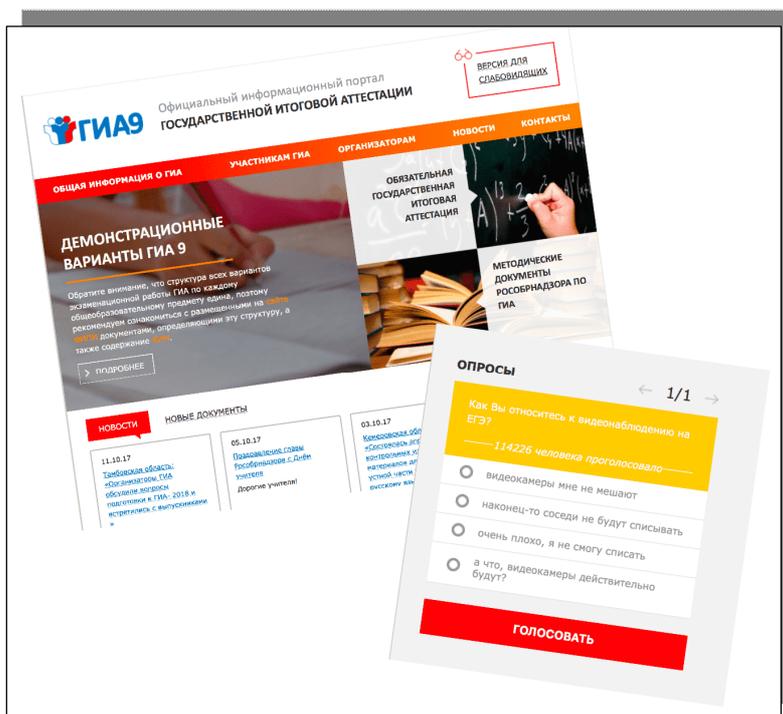
*Группа ВКонтакте по подготовке к ЕГЭ. Тут есть материалы для обучения на любой вкус и по любому предмету: теория по заданиям и темам, практика по заданиям и темам, варианты ЕГЭ, видеуроки и многое другое.*

Мир ЕГЭ [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2012-2017. – URL: [http://mirege.ru/mathematics\\_ege/](http://mirege.ru/mathematics_ege/) (дата обращения: 18.01.2019)



*Сайт по подготовке к ЕГЭ и ОГЭ по разным предметам.*

Официальный информационный портал Государственной Итоговой Аттестации [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - [Б. м.], 2001-2017. – URL: <http://gia.edu.ru/ru/> (дата обращения: 17.01.2019)



*Тут можно найти всю официальную информацию об ОГЭ, узнать даты и результаты экзаменов, скачать демонстрационные варианты, подать апелляцию и многое другое.*

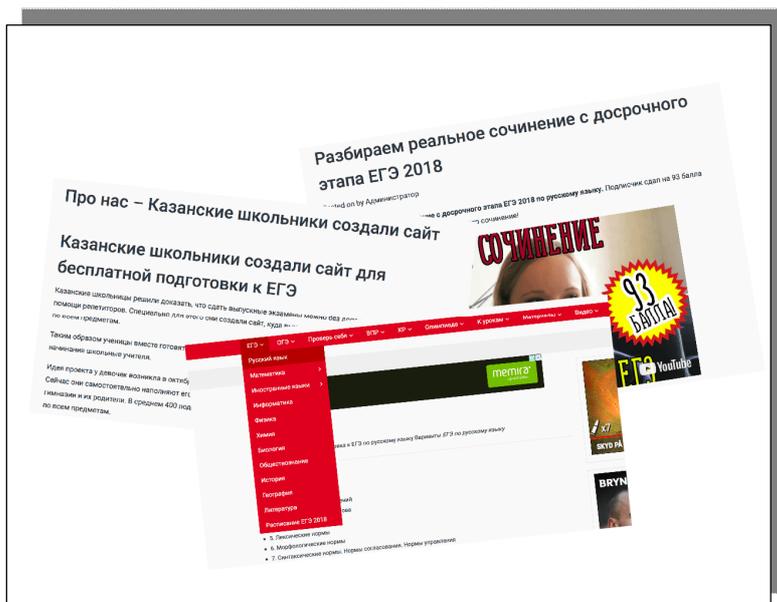
**Официальный информационный портал единого государственного экзамена**  
[Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2001-2017. – URL:  
<http://www.ege.edu.ru/ru/> (дата обращения: 17.01.2019)



*Тут можно посмотреть любую официальную информацию о ЕГЭ.*

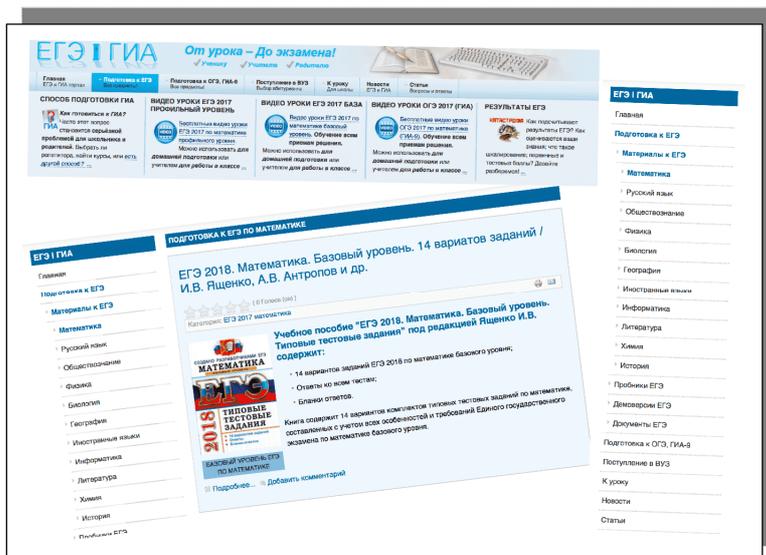
*Например, узнать даты и результаты экзаменов, скачать демонстрационные варианты, подать апелляцию и посмотреть множество других справочных материалов.*

**Подготовка к ЕГЭ, ОГЭ, ВПР и ЕРТ по всем предметам** [Электронный ресурс].  
– Электрон. дан. – Казань, [б. г.]. – URL: <http://onlyege.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



*На сайте можно найти справочные материалы, учебники, варианты ЕГЭ и ОГЭ, видеоуроки, олимпиады, контрольные работы и многое другое. Сайт создан казанскими школьниками.*

Сайт подготовки к ЕГЭ и ОГЭ (ГИА) [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2017-2018. – URL: <http://sait-ege-gia.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



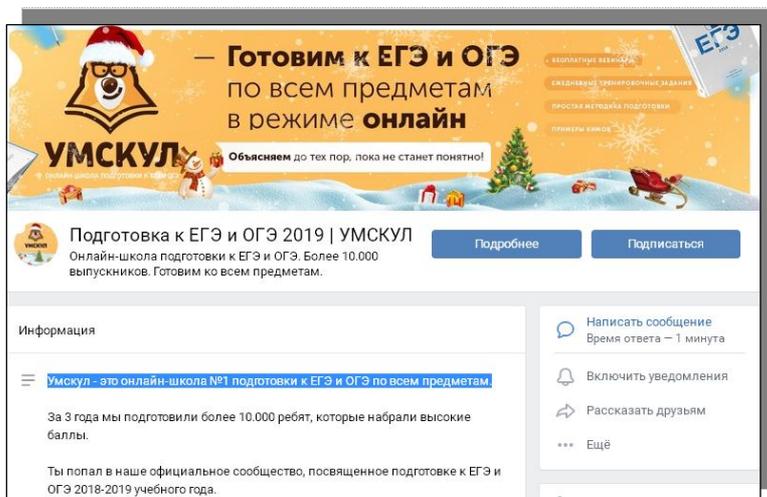
Сайт предлагает подготовку к ЕГЭ и ОГЭ по всем предметам. На сайте присутствует подборка демонстрационных версий экзаменов, диагностических работ, прототипов заданий с ответами в формате PDF, а также разбор основных правил для решения задач группы В. На сайте можно скачать ёмкие шпаргалки и учебники.

Спадило.ру [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г]. – URL: <http://spadilo.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



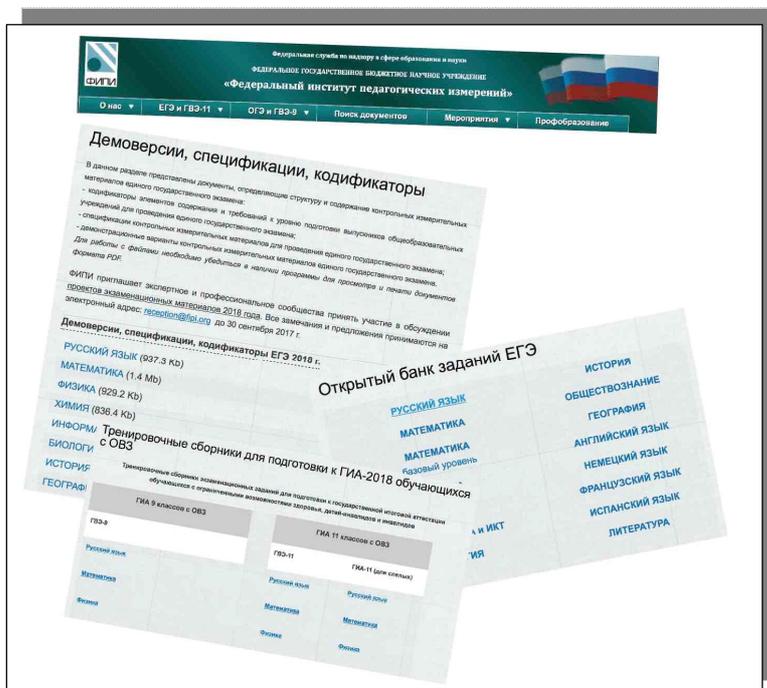
На этом сайте можно найти теорию, прорешать тесты и просто отдельные задания по всем предметам ЕГЭ, ГИА и ГВЭ. В разделах сайта, посвященных теории, можно встретить информативную и структурированную инфографику.

Умскул [Электронный ресурс] // ВКонтакте. – Электрон. дан. – URL: <https://vk.com/umsch> (дата обращения: 28.01.2019)



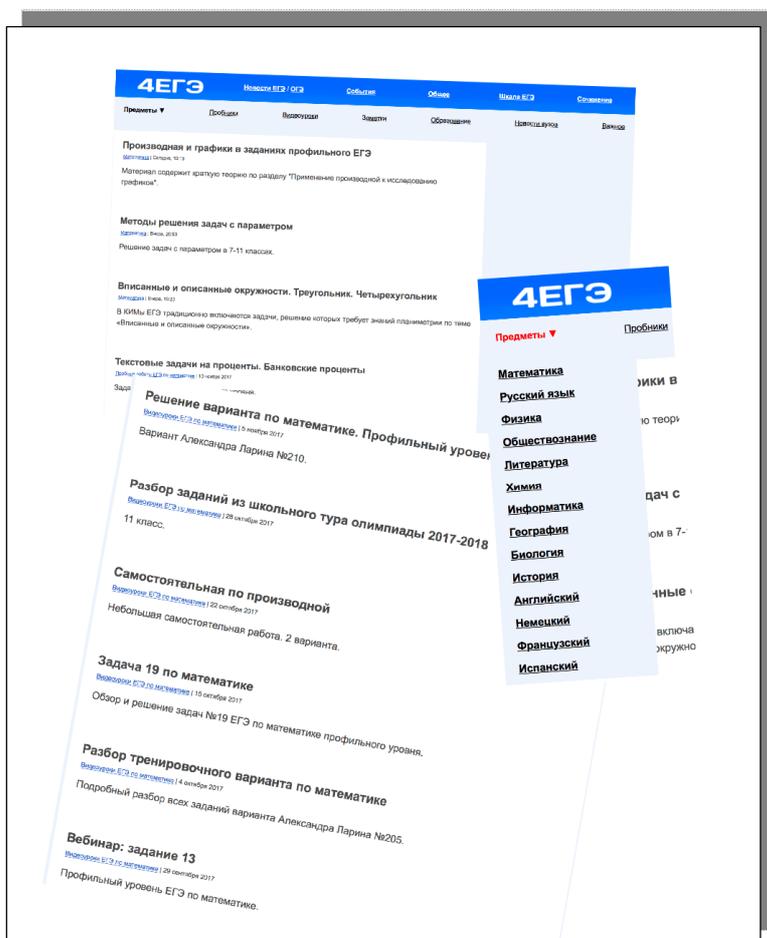
Умскул - это онлайн-школа №1 подготовки к ЕГЭ и ОГЭ по всем предметам. Группа с полезными материалами и ежедневными онлайн-занятиями.

Федеральный институт педагогических измерений [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2004-2019. – URL: <http://fipi.ru> (дата обращения: 17.01.2019)



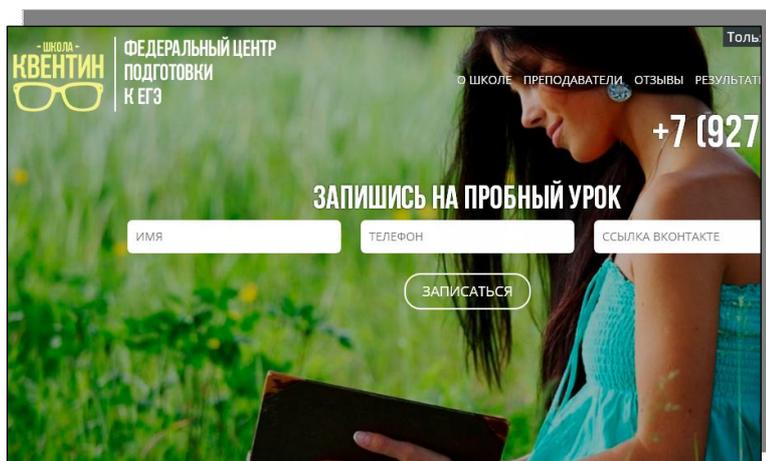
Тут можно найти актуальные демоверсии и большой банк заданий ЕГЭ, ОГЭ и ГВЭ. Один из немногих сайтов, где можно найти тренировочные сборники для подготовки к ГИА обучающихся с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья).

**4ЕГЭ** [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2008-2019. – URL: <http://4ege.ru/> (дата обращения: 18.01.2019)



*Сайт для подготовки к ЕГЭ по всем предметам. Тут есть теория, пробные работы и видеоуроки. На сайте есть "Шкала перевода баллов ЕГЭ". Практически весь учебный материал можно скачать в формате PDF или DOC.*

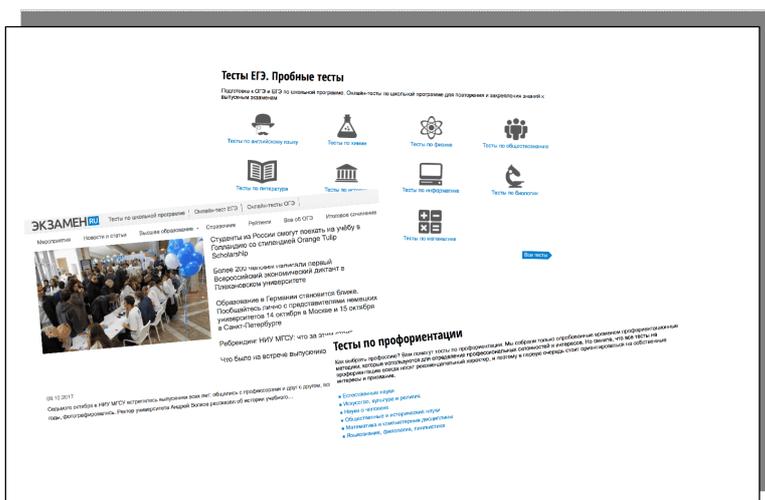
**Школа Квентин** [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2012-2019. – URL: <http://тольятти.школаквентин.рф> (дата обращения: 17.01.2019)



*На сайте можно познакомиться со Школой Квентин и ее преподавателями, имеющими достаточный опыт подготовки к экзаменам.*

*Программа подготовки разработана вплоть до самого экзамена. Занятия в школе платные.*

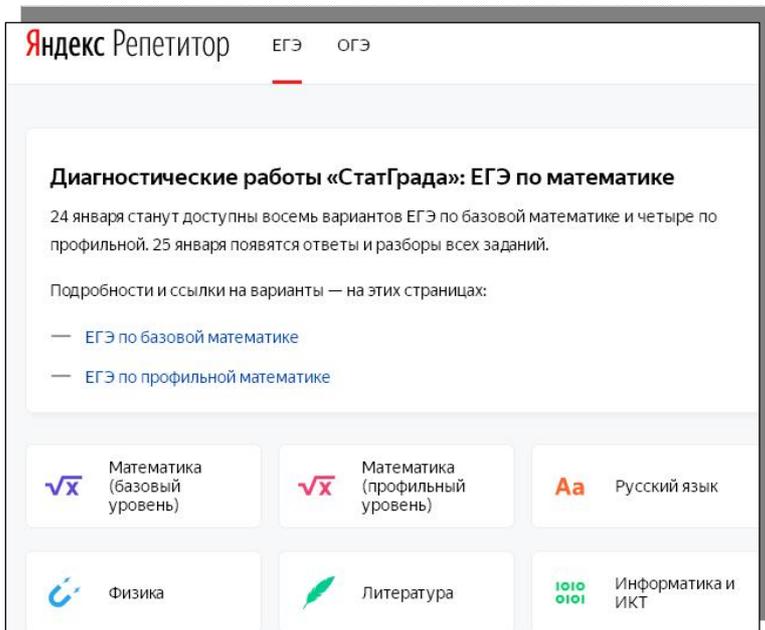
Экзамен RU [Электронный ресурс]. - Электрон. дан. – [Б. м.], 2019. – URL: <http://www.examen.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



Портал для абитуриентов и их родителей. Тут можно найти информацию о выпускных экзаменах, пройти бесплатные онлайн-тесты ЕГЭ и ОГЭ по всем предметам, узнать о системах образования в разных странах, стипендиях и возможностях бесплатного обучения.

На сайте можно пройти тесты для профориентации.

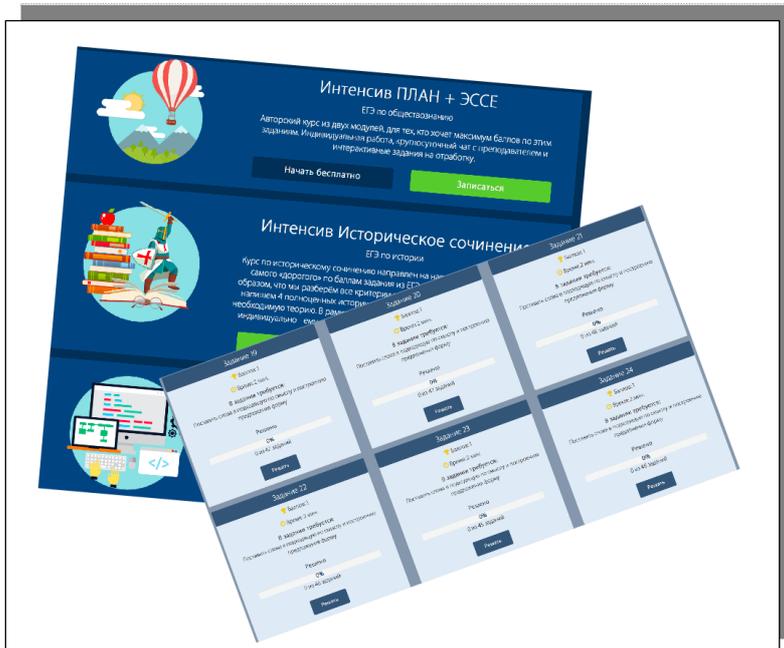
Яндекс. Репетитор [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2018-2019. – URL: <https://yandex.ru/tutor/> (дата обращения: 28.01.2019)



Подготовка к ЕГЭ и ОГЭ по всем предметам от яндекса. Есть видеорешения, вебинары разборы заданий и тесты с ответами.



**EASY Planet** [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <https://easy-planet.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



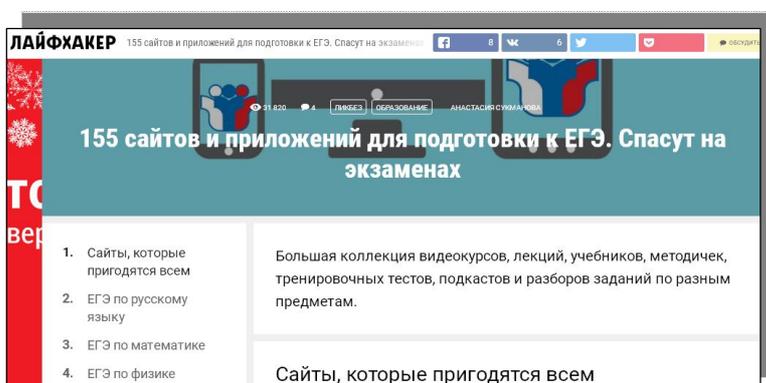
*На этом ресурсе можно подготовиться к ЕГЭ по всем предметам. Тут есть как бесплатные материалы (в основном задачи), так и платные курсы. Все задания составлены в соответствии с критериями ФИПИ.*

*Хороший выбор для экспресс подготовки.*

**100 лучших сайтов для подготовки к ЕГЭ и ОГЭ** [Электронный ресурс] // YouClever. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2013-2019. – URL: <https://youclever.org/ege-2018.html> (дата обращения: 21.01.2019)

*Навигатор по лучшим сайтам для подготовки к ЕГЭ и ОГЭ.*

**155 сайтов и приложений для подготовки к ЕГЭ** [Электронный ресурс] // Лайфхакер. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2019. – URL: <https://lifehacker.ru/servisy-ege/> (дата обращения: 21.01.2019)



*Подборка сайтов и приложений для подготовки по всем предметам.*

## Подготовка по отдельным предметам



### Математика

ЕГЭ Maximum [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2013-2019. - <https://egemaximum.ru> (дата обращения: 18.01.2019)

**Главная**

**Добро пожаловать!**

Рада видеть Вас! Я репетитор по математике и автор сайта [egemaximum.ru](https://egemaximum.ru). Сайт создан в первую очередь для старшеклассников, которые хотят повысить свой уровень знаний по математике. Также, надеюсь, полезен для себя материал найдут и мои коллеги.

Перед многими выпускниками, быть может, вы – в их числе, стоит вопрос об успешной сдаче **ЕГЭ по математике**. Для вас я собрала необходимый **словарный материал**, разработала **десятки задач, различных вариантов** из открытого банка заданий **ЕГЭ по математике**, разработала **обучающие тесты** (на основе заданий открытого банка), которые позволят вам закрепить полученные знания. Вы также найдете на страницах сайта **видеоуроки по математике**. Сайт постоянно пополняется новыми материалами, – заходите чтобы не упустить новые **полезные статьи**.

Ни у кого нет лишнего времени. Я готова дать вам **удобный путеводитель для подготовки к ЕГЭ по математике** образно говоря, и буквально за руку. Победу вас по этому направлению для многих пути. От вас, конечно, потребуются умение **работать самостоятельно**, быть **терпеливым**, **запретить себе отвлекаться**, **преодолевать трудности**.

Я не разбираю десятки однотипных задач, но стараюсь вам показать **полный спектр задач**, умение решать которые вам необходимо для успешной подготовки к **ЕГЭ по математике**. От простого – к сложному! От вашего внимания не ускользнут самые коварные задания, которые могут встретиться на **ЕГЭ по математике**.

на **главное**, какой уровень знаний по математике сейчас. Главное – **перерастаи**, **пройдяи себе** **Сдать завтра успешнее, чем сегодня!**

Если у вас есть вопросы, – пожалуйста, оставьте комментарий! Если вам нужен репетитор по математике, – **обращайтесь**.

Буду рада видеть Вас снова!

**МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЕГЭ**

**С3 С5 С6**

**Решения**

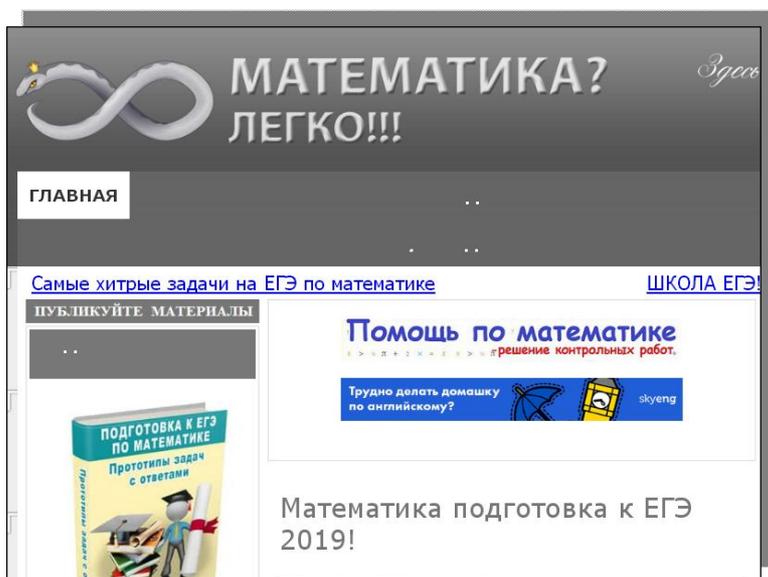
- 01 Простые текстовые задачи
- 02 Метод графика
- 03 Геометрия ч. I
- 04 Теория вероятностей
- 05 Простые уравнения
- 06 Функции, ч. II
- 07 Стройлинии, ПО
- 08 Стройлинии
- 09 Вычисления
- 10 «Применение» задачи
- 11 Текстовые задачи
- 12 Исследование функций
- 13 (С3) Уравнение
- 14 (С3) Уравнение
- 15 (С3) Уравнение
- 16 (С5) Планиметр. задачи
- 17 (С5) Планиметр. задачи
- 18 (С5) Планиметр. задачи
- 19 (С7) Числа, их свойства
- 20 Числа, их свойства
- 21 Часть
- 22 Видеороки

**Лариса**  
2017-05-15 в 17:36  
Завед. планирует продавать 1600 кг мяса в месяц по цене 2200 рублей за одно килограм. Если уменьшить цену на 100 рублей, то можно продавать на 100 килограм больше в месяц. По какой цене должен заказ продавать Елена Фомина, чтобы получить максимальный доход.  
Елена Фомина большое спасибо!  
[ Ответить ]

**egеMax**  
2017-05-15 в 21:14  
Лариса, посмотрите комментарии выше (от 1 на, Елена Фомина). Я уже разбираю подобную задачу.  
[ Ответить ]

Подготовка к **ЕГЭ** и **ГИА** по **математике**.  
**Видеоуроки**, **материалы**, **справочные** **обучающие** **тесты**.

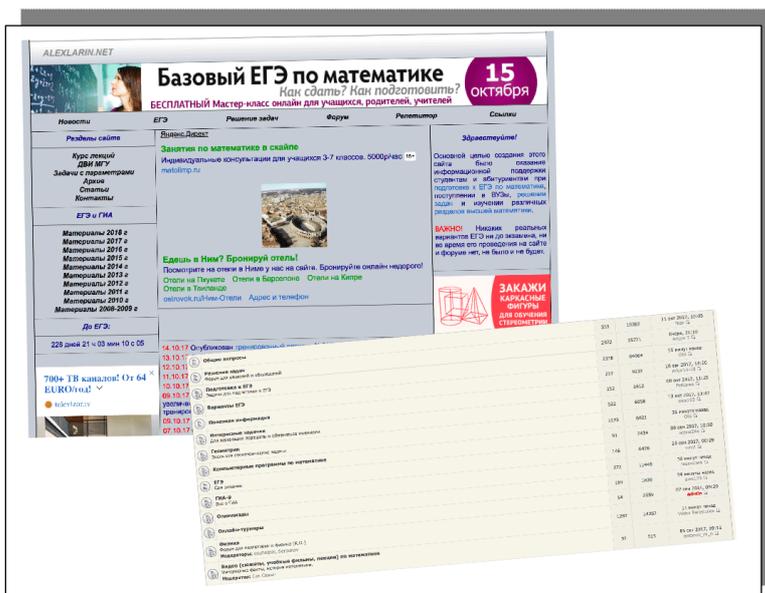
**Крутицких, А. Математика? Легко!** [Электронный ресурс] / А. Крутицких. – Электрон. дан. – [Б. м.], 1984-2019. - <https://matematikalegko.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



«Математика - это легко!», — убеждён Александр Крутицких, создатель сайта с соответствующим названием. В его арсенале более 1000 заданий с ответами, справочник «Математика в таблицах» и множество рекомендаций по решению задач.

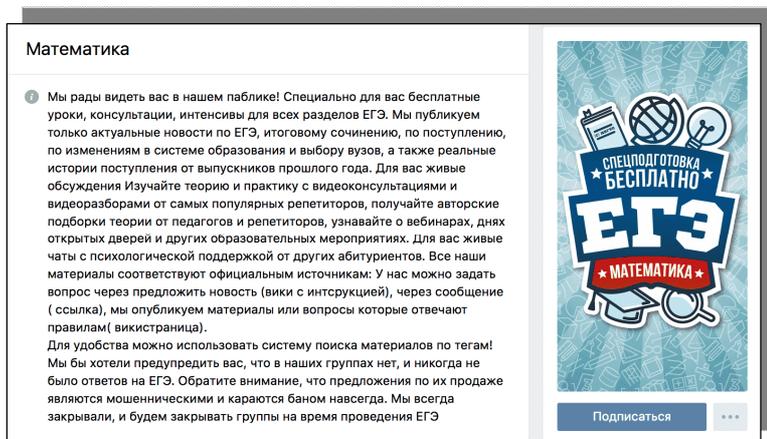
Для подписчиков сайта предусмотрены бонусы в виде дополнительных теоретических материалов и сборник прототипов заданий единого банка ЕГЭ, высылаемых по электронной почте.

**Ларин, А. Математика : Онлайн-курс** [Электронный ресурс] / А. Ларин. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <http://alexlarin.net> (дата обращения: 18.01.2019)



Огромная база олимпиадных заданий, тестирований и ЕГЭ прошлых лет, учебники по математике, разборы типовых ошибок, форум, где можно задавать вопросы.

**Математика** [Электронный ресурс] // ВКонтакте. – Электрон. дан. – URL: [https://vk.com/ege\\_math](https://vk.com/ege_math) (дата обращения: 28.01.2019)



*Бесплатные уроки, обсуждения, видеоразборы, теория и практика с видеоконсультациями.*

**Time To Study: бесплатные видеоуроки к ЕГЭ и ОГЭ** [Электронный ресурс] // ВКонтакте. – Электрон. дан. – URL: <https://vk.com/timetostudy> (дата обращения: 28.01.2019)

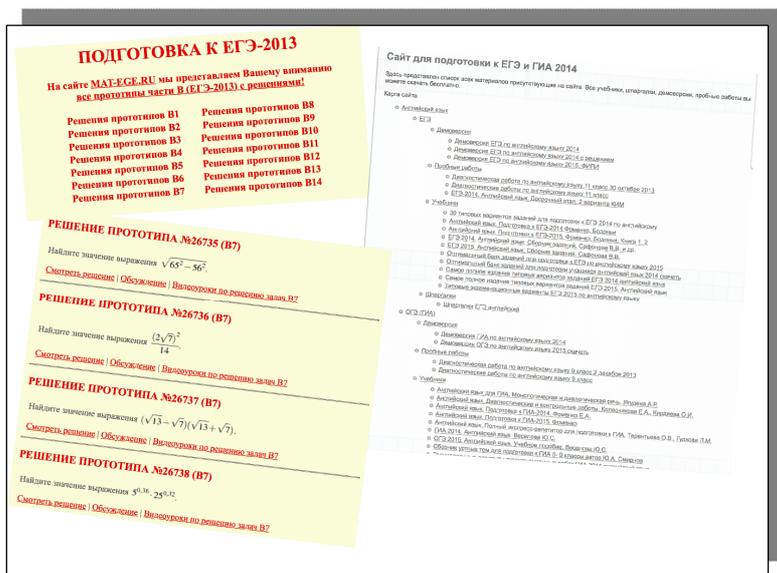


*Один из лучших ресурсов с видеоуроками для подготовки к ЕГЭ и ОГЭ по математике и физике.*

**GetAClass – Просто математика** [Электронный ресурс] // YouTube. – Электрон. дан. – URL: [https://www.youtube.com/channel/UCHE2sc5N7PfdV-yN2\\_ctvtg/videos](https://www.youtube.com/channel/UCHE2sc5N7PfdV-yN2_ctvtg/videos) (дата обращения: 18.01.2019)

*Канал с очень подробными видеоуроками.*

**Mat-ege.ru** [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2019.- URL: <http://mat-ege.ru> (дата обращения)



*Сайт по подготовке к ЕГЭ по математике, на котором есть всего понемногу: учебник, несколько видеоуроков, банк заданий и возможность сдать пробный ЕГЭ по математике.*

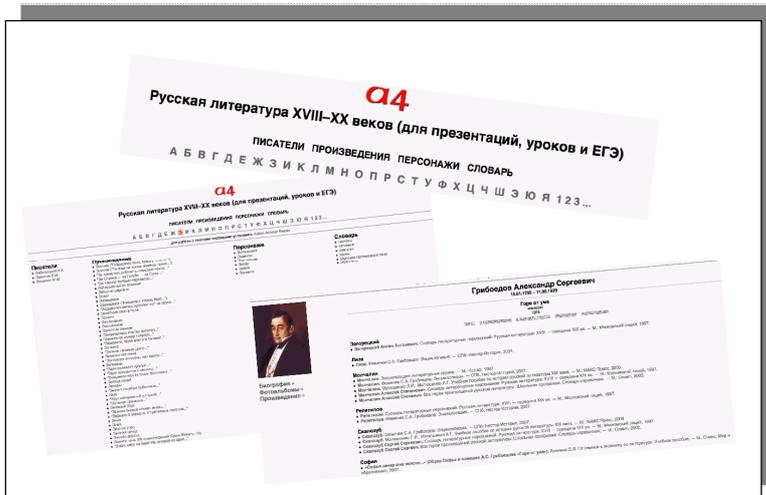
### Литература

**Брифли** [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <https://briefly.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



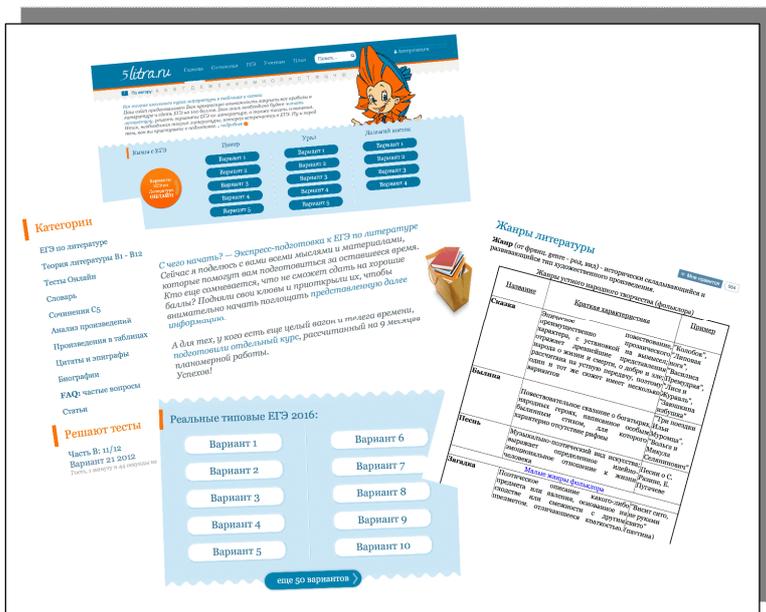
*Сайт с краткими содержаниями литературных произведений. Можно сортировать произведения по классам (с 5 по 11). Можно купить аудиокнигу выбранного произведения.*

Русская литература для презентаций, уроков и ЕГЭ [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <http://a4format.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



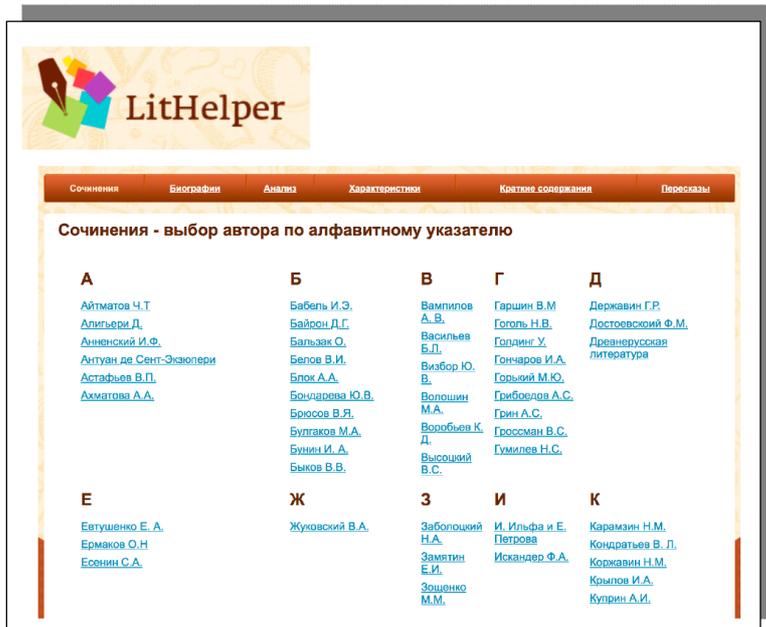
Качественный справочник по литературе. На этом ресурсе можно найти информацию о писателях, произведениях и персонажах произведений. Также тут есть анализ некоторых произведений и словарь терминов.

5litra.ru [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <http://5litra.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



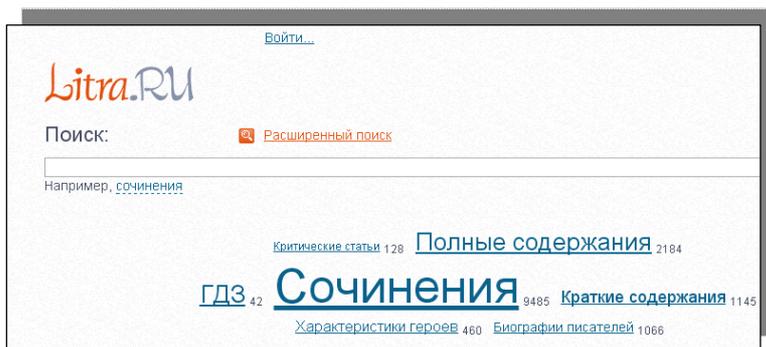
Сайт, на котором есть все, чтобы сдать литературу: онлайн-тесты, теория, примеры сочинений, биографии, анализ произведений и многое другое.

**LitHelper** [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м., б. г.]. – URL: <http://lit-helper.com> (дата обращения: 18.01.2019)



Сайт, на котором можно освежить свои знания по литературе или подготовиться к экзамену. Тут есть сочинения, биографии, анализ произведений, характеристики, краткие содержания и пересказы произведений из школьной программы.

**Litra.ru** [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2003-2018. – URL: <http://www.litra.ru> (дата обращения: 18.01.2019)



Очень простой сайт для изучения литературы. Сайт разбит на 6 разделов: сочинения, краткие содержания, полные произведения, характеристики, биографии, и критика. На сайте есть отлично работающий поиск, что делает его очень удобным ресурсом.

## Физика

**Подготовка к ЕГЭ по физике** [Электронный ресурс] // YouTube. – Электрон. дан.  
– URL: <https://www.youtube.com/playlist?list=PLrpByJxegBQb8nArUHJxJsgxr6lt8wHKL>  
(дата обращения: 18.01.2019)

*Вся основная теория по физике за 12 полуторачасовых занятий в форме видеоуроков.*

**Физика : Подготовка к ЕГЭ** [Электронный ресурс] // YouTube. – Электрон. дан. –  
URL: <https://www.youtube.com/playlist?list=PL66kIi3dt8A63YDXILntVhlofucIKi0ZJ> (дата  
обращения: 18.01.2019)

*Видеокурс для подготовки к ЕГЭ, разбор типовых тестовых заданий.*

## Химия

**Степенин, А. А. Видеокурс по органической химии : Подготовка к ЕГЭ**  
[Электронный ресурс] / А. А. Степенин // YouTube. – Электрон. дан. – URL:  
<https://www.youtube.com/user/astepenin/videos> (дата обращения: 18.01.2019)

*Разбор свежей демоверсии ЕГЭ и основных понятий органической химии.*

**Химия : Подготовка к ЕГЭ** [Электронный ресурс] // YouTube. – Электрон. дан. –  
URL: <https://www.youtube.com/playlist?list=PL66kIi3dt8A6Z059p40nAdwRFI2sl5E-o> (дата  
обращения)

*Видеокурс для подготовки к ЕГЭ, разбор типовых тестовых заданий.*

**Химия – просто** [Электронный ресурс] // YouTube. – Электрон. дан. – URL:  
<https://www.youtube.com/channel/UCRzZSsz5JISfN6Ba164vqVCg/featured> (дата обращения:  
18.01.2019)

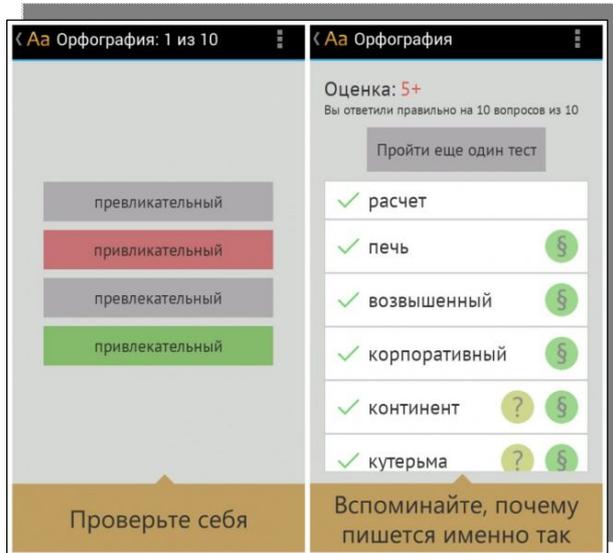
*Качественные видео с захватывающими химическими опытами и понятными объяснениями к ним.*

## Полезные приложения

### Приложение «Орфография»

Платформа: Android

Ссылка на сайт: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.gramotnee.orpho>



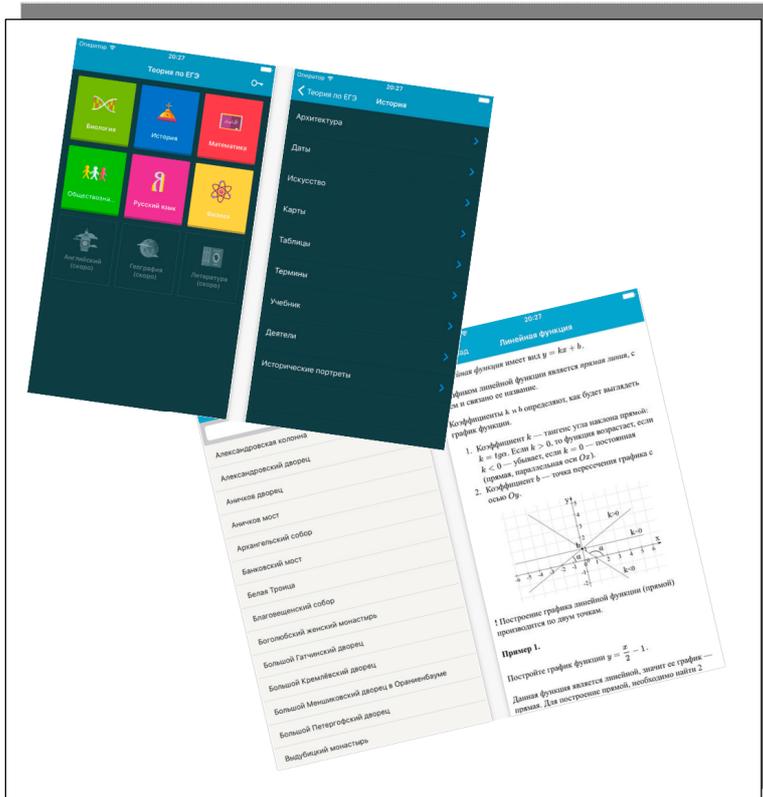
«Орфография» — это и тест, и игра, и викторина. Слова, в которых вы делаете ошибки, будут появляться в последующих тестах для того, чтобы вы наверняка их запомнили. Проверка орфографии поможет с пользой провести время и улучшить правописание и грамотность. По нему можно готовиться к ЕГЭ по русскому языку.

### Приложение «Сдам ЕГЭ 2018»

Ссылка на сайт:

iOS – [vk.cc/58SO6A](https://vk.cc/58SO6A)

Android – [vk.cc/58SOsP](https://vk.cc/58SOsP)



Приложение — справочник по ЕГЭ для iOS и Android. Часть материала в приложении — платная и пока нет некоторых предметов.

### Приложение «ХиШник» по школьной химии

*Это единственное приложение, которое полностью может заменить репетитора по химии. Программа работает в режиме обучающих комментариев, что позволяет лучше усвоить материал.*

Ссылка на сайт:

[hishnik-school.ru](http://hishnik-school.ru)

### Приложение «Duolingo: Учим языки бесплатно»

Платформа: iOS, Android

Ссылка на сайт: <https://itunes.apple.com/us/app/duolingo-learn-languages-for/id570060128?mt=8>



*Одно из лучших, полностью бесплатных приложений для изучения английского. Обучение проходит в игровой форме, незаметно и увлекательно. В случае неправильных ответов теряются жизни, а при усвоении небольших уроков вы продвигаетесь вперед. Яркие трофеи отмечают этапы вашего прогресса.*

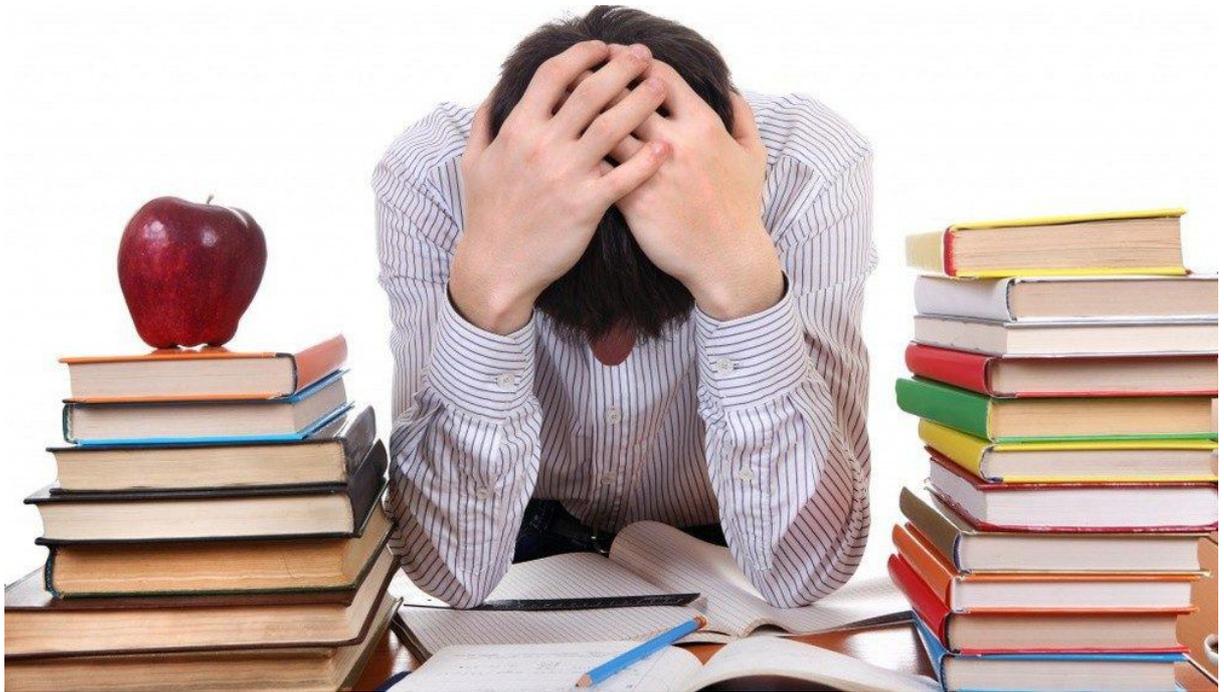
### Приложение «English Grammar Test»

*Приложение для проверки знаний английского языка. Здесь 60 тестов по 20 заданий. Каждый вопрос посвящен одной грамматической теме. Таким образом, пройдя один тест, вы сможете проверить свои знания сразу в 26 разделах английской грамматики.*

Платформа: Android

Ссылка на сайт: <https://play.google.com/store/apps/details?id=english.grammar.test.app>

## Психологическая поддержка



**Конинина, И. Психологическая поддержка при подготовке к экзаменам** [Электронный ресурс] / И. Конинина // Pandia. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2009-2018. – URL: <https://pandia.ru/text/78/285/97683.php> (дата обращения: 29.01.2019)

**Pandia** @

КАРТА ОБРАЗОВАНИЕ ФИРМЫ БЛОГИ ТЕСТЫ ПРОЕКТЫ ТОР ВИКИ ФОТО РАССЫЛКА ПОМОЩЬ

### Психологическая поддержка при подготовке к экзаменам

**Иванка Конинина** | Психология | Экзамены по психологии | Экзамены  
Автор

---

Психологическая поддержка при подготовке к экзаменам

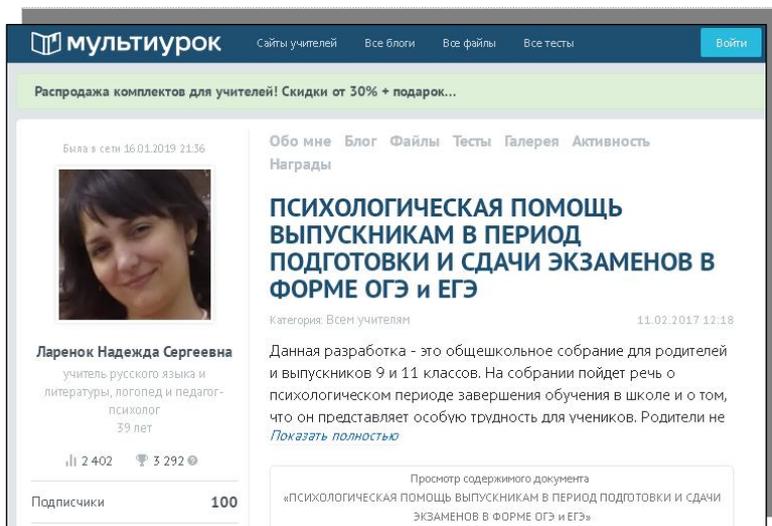
**Советы родителям**

В период подготовки к вступительным испытаниям и сдачи экзаменов дети испытывают большое физическое и психологическое напряжение. В это время им как никогда нужна поддержка и помощь родителей.

*Советы  
рекомендации  
учащимся.*

*родителям,  
психолога*

**Ларенок, Н. С. Психологическая помощь выпускникам в период подготовки и сдачи экзаменов в форме ОГЭ и ЕГЭ [Электронный ресурс] / Н. С. Ларенок // Мультиурок. – Электрон. дан. – [Б. м.], 2014-2019. – URL: <https://multiurok.ru/index.php/files/psikhologichieskaia-pomoshch-vypusknikam-v-pieriod.html> (дата обращения: 29.01.2019)**



*Психологические трудности периода завершения обучения, поведение накануне и во время экзамена, способы снятия нервного напряжения, продукты для улучшения памяти.*

**Советы по психологической подготовке к единому государственному экзамену [Электронный ресурс] // Учительский портал. – Электрон. дан. – [Б.м.], 2007-2018. – URL: <https://www.uchportal.ru/publ/13-1-0-2510> (дата обращения: 29.01.2019)**



*Советы выпускникам: как подготовиться к сдаче экзамена, рекомендации по заучиванию материала, поведение накануне и во время экзамена.*

*Психологическая помощь родителям обучающихся во время подготовки к ЕГЭ. Укрепление психической саморегуляции выпускников.*