

На уровне среднего общего образования Гимназия осуществляет профильное обучение с углубленным изучением дисциплин "Иностранный язык", "Русский язык", "Литература" с учетом интересов обучающихся и высокого профессионализма учителей Гимназии, способных обеспечить высокий уровень подготовки к выбранному профилю. Учебный план старшей ступени обучения предназначен для обеспечения возможности профилизации и специализации обучающихся с целью подготовки к успешной сдаче ЕГЭ и продолжения обучения.

Срок освоения	2 года
Форма обучения	очная
Режим работы	пятидневная рабочая неделя
Продолжительность урока	45 минут
Продолжительность учебного года	10 класс – 35 учебных недель, 11 класс – 34 учебные недели

Стоимость образовательных услуг входит в основную плату по договору с родителями (законными представителями) обучающегося.

Предметы

- Предмет **"Русский язык"** является профильным предметом, изучается в 10 и 11 классе в объеме 3 часов в неделю.
- Предмет **"Литература"**, также являясь профильным предметом, изучается в 10 и 11 классе в объеме 4 часов и дополняется спецкурсом "Зарубежная литература" (1 час за счет вариативной части учебного плана).
- Предмет **"Иностранный язык"** (английский) является профильным предметом, изучается в 10 и 11 классе в объеме 6 часов. Для усиления языковой, коммуникативной компетенции выпускников средней школы в учебный план 10–11 классов вводится второй иностранный язык (немецкий или французский по выбору обучающегося) – 2 часа в неделю за счет вариативной части учебного плана в качестве профильной подготовки. Учитывая значимость языковой практики, в учебный план введены элективные курсы английского языка в 11 классе – "Деловой английский язык" (1 час) и "Страноведение" (1 час).
- Предмет **"Математика"** изучается на базовом уровне в объеме 4 часов.
- Предмет **"Физика"** изучается на базовом уровне в объеме 2 часов.
- Предметы **"География", "История", "Обществознание", "Химия", "Биология", "Физическая культура", "МХК", "ОБЖ"** являются базовыми общеобразовательными и изучаются в объеме, предусмотренном Примерным учебным планом Ростовской области на базовом уровне.

Особенности учебного плана

В Гимназии реализуется профильное филологическое образование. Профильными предметами являются "Русский язык", "Литература", "Иностранные языки" (английский, немецкий, французский языки). Профильность усиливается гуманитарными элективными курсами: "Деловой английский язык", "Страноведение", "Зарубежная литература". Углубленное изучение учебных предметов гуманитарного цикла реализуется за счет часов вариативной части учебного плана.

На 3 ступени обучения положительные результаты дает использование лекционно-семинарской и зачетной системы обучения, информационно-коммуникационных технологий, проблемного обучения, блокового изучения материала. Внедряется математическая модель диагностики и анализа результатов процесса обучения. Благодаря существующей материально-технической базе и квалифицированным педагогическим кадрам, прошедшим соответствующую подготовку, в административном управлении и в учебно-воспитательном процессе активно используются современные информационные технологии.

Внеклассная работа

Основной задачей воспитательной работы старшей школы является создание условий для выбора будущей профессии посредством организации целостного процесса обучения, воспитания, приобщения к участию в общественной деятельности.

Приоритетным направлением деятельности в социально-нравственном воспитании учащихся, приобщении их к участию в деятельности Гимназии является развитие детского самоуправления (ОКС), которое представлено общешкольным комитетом самоуправления. Главным условием демократического принципа управления является равноправие членов детской организации и законность. ОКС осуществляет свою деятельность на основе Положения о работе ОКС, Устава, основных направлений деятельности коллегий (учебной, информационной, дисциплинарной, культурно-развлекательной).

Помимо повседневной деятельности ОКС, можно выделить следующие направления и мероприятия:

- Подготовка и проведение "Общешкольного дня самоуправления" (к Дню учителя).
- Деятельность редколлегии по выпуску школьной газеты "ЭСТУС-NEWS", где освещаются все общешкольные мероприятия, новости, достижения.
- Организация и проведение общешкольных выставок и конкурсов по предметам.
- Участие в районных и городских мероприятиях (конкурсы,

спортивные соревнования, учебные проекты, научные конференции).

Не остается без внимания и деятельность школьного театра. Это и постановка театральных спектаклей, и подготовка праздников, и литературно-драматические композиции, посвященные известным поэтам и писателям.

Советы психолога

Нередко нервозность нагнетают родители выпускников своими рассуждениями о ненужности и неправильности ЕГЭ. Первый совет для родителей – раз уж Единый государственный экзамен неизбежен, постарайтесь не накручивать ребенка и не нагнетайте ситуацию. Слово "экзамен" переводится с латинского как "испытание". И именно испытаниями, сложными, подчас драматичными, становятся выпускные экзамены для одиннадцатиклассников. Многие юноши и девушки после небольшого перерыва снова подвергаются проверке знаний и умений – уже на вступительных экзаменах. Безусловно, экзамены – дело сугубо индивидуальное, где выпускник или абитуриент оказывается один на один с комиссией. А родителям остается только волноваться за своего ребенка, ругать его, согласно русской традиции, или пытаться поддержать на расстоянии. Взрослые уже сделали все, что было в их силах. Замечательно, если у родителей есть возможность оплачивать занятия с репетиторами, но только этим их помощь ни в коем случае не должна ограничиваться. Именно родители могут помочь своему одиннадцатикласснику наиболее эффективно распорядиться временем и силами при подготовке к выпускным и вступительным испытаниям. Помощь взрослых очень важна для учащегося, поскольку ему, кроме всего прочего необходима еще и психологическая готовность к ситуации сдачи экзаменов. Согласитесь, что каждый, кто сдает экзамены, независимо от их результата, постигает самую важную в жизни науку – умение не сдаваться в трудной ситуации, а провалившись – вдохнуть полной грудью и идти дальше.

Советы родителям:

- Задолго до экзаменов обсудите с ребенком, что именно ему придется сдавать, какие дисциплины кажутся ему наиболее сложными, почему? Эта информация поможет совместно создать план подготовки, – на какие предметы придется потратить больше времени, а что требует только повторения. Определите вместе с ребенком его "золотые часы" ("жаворонок" он или "сова"). Сложные темы лучше изучать в часы подъема, хорошо знакомые – в часы спада.
- Прочитайте список вопросов к экзамену. Не стесняйтесь признаться ребенку, что уже не очень хорошо помните большинство разделов биологии, химии или любого другого предмета, который ему

необходимо подготовить. Пусть он просветит вас по тем или иным темам, а вы зададите вопросы. Чем больше он успеет вам рассказать, тем лучше.

- Договоритесь с ребенком, что вечером накануне экзамена он прекратит подготовку, прогуляется, искупается и ляжет спать вовремя. Последние двенадцать часов должны уйти на подготовку организма, а не знаний.
- В выходной день, когда вы никуда не торопитесь, устройте ребенку репетицию письменного экзамена. Например, возьмите один из вариантов вступительных задач по математике из справочника для поступающих в вузы. Договоритесь, что у него будет 3 или 4 часа, усадите за стол, свободный от лишних предметов, дайте несколько чистых листов бумаги, засекайте время и объявите о начале "экзамена". Проследите, чтобы его не отвлекали телефон или родственники.
- Остановите испытание, когда закончится время, дайте школьнику отдохнуть и проверьте вместе с ним правильность выполнения заданий. Постарайтесь исправить ошибки и обсудить, почему они возникли. Поговорите и об ощущениях, возникших в ходе домашнего экзамена: было ли ему забавно или неудобно, удалось ли сосредоточиться на задании и не отвлекаться?
- Следите за тем, чтобы во время подготовки ребенок регулярно делал короткие перерывы. Объясните ему, что отдыхать, не дожидаясь усталости, – лучшее средство от переутомления. Важно, чтобы одиннадцатиклассник обходился без стимуляторов (кофе, крепкого чая), нервная система перед экзаменом и так на взводе. Немало вреда может нанести и попытка сосредоточиться над учебниками в одной комнате с работающими телевизором или радио. Если школьник хочет работать под музыку, не надо этому препятствовать, только договоритесь, чтобы это была музыка без слов.
- Если ваш ребенок получил оценку ниже, чем хотелось бы, или вовсе провалил вступительный экзамен, помогите ему справиться с этой бедой. Не осуждайте и не насмехайтесь над ним, вместо этого воспользуйтесь возможностью понять, в чем причина неудачи, обсудите, какие выводы можно сделать и что означает в данном случае пресловутое "не повезло".

Вот еще несколько рекомендаций:

- ЕГЭ основан на тестовых технологиях. Тестирование как новая форма экзамена накапливает свой опыт и требует предварительной подготовки всех участников образовательного процесса.
- Самое главное в ходе подготовки к экзаменам – это снизить напряжение и тревожность ребенка, а также обеспечить подходящие условия для занятий.
- Подбадривайте детей, хвалите их за то, что они делают хорошо.

Повышайте их уверенность в себе, так как чем больше ребенок боится неудачи, тем более вероятность допущения ошибок.

- Не повышайте тревожность ребенка накануне экзаменов – это может отрицательно сказаться на результате экзамена. Ребенку всегда передается волнение родителей, и если взрослые в ответственный момент могут справиться со своими эмоциями, то ребенок в силу возрастных особенностей может эмоционально "сорваться".
- Наблюдайте за самочувствием ребенка. Никто, кроме вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояния ребенка, связанное с переутомлением, стрессом. Первый шаг на пути избавления вашего ребенка от стресса состоит в том, чтобы научиться распознавать определенные признаки, сообщающие о том, что он испытывает стресс.
- Контролируйте режим подготовки ребенка, не допускайте перегрузок, объясните ему, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом. Оптимальный режим занятий – 40 минут, перерыв – 10 минут. В перерыве лучше заняться не умственной, а физической деятельностью: помыть посуду, громко спеть свою любимую песню, потанцевать, слепить из газеты свое настроение, порисовать. В зависимости от того, кто ваш ребенок – "жаворонок" или "сова", пусть занимается преимущественно утром или вечером. Днем можно (и нужно) заниматься и "совам", и "жаворонкам".
- Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал. Хорошо бы ввести в интерьер для занятий желтые и фиолетовые цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность – достаточно повесить на стену картину, сшить покрывало или подушки, или просто развесить над столом листы цветной бумаги.
- Обратите внимание на питание ребенка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища, сбалансированный комплекс витаминов. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага стимулируют работу головного мозга.
- Помогите детям распределить темы подготовки по дням.
- Ознакомьте ребенка с методикой подготовки к экзаменам. Не имеет смысла зазубривать весь фактический материал, достаточно просмотреть ключевые моменты и уловить смысл и логику материала. Очень полезно делать краткие схематические выписки и таблицы, упорядочивая изучаемый материал по плану. Если он этого не умеет, покажите ему, как это делается на практике. Основные формулы и определения можно выписать на листочках и повесить над письменным столом, над кроватью и т.д.
- Позаботьтесь о том, чтобы у ребенка для подготовки были различные варианты тестовых заданий по предмету (сейчас существует множество различных сборников тестовых заданий). Большое значение имеет тренировка ребенка именно в форме тестирования, ведь эта форма отличается от привычных ему

письменных и устных экзаменов.

- Заранее во время тренировки по тестовым заданиям приучайте ребенка ориентироваться во времени и уметь его распределять. Тогда у ребенка будет навык умения концентрироваться на протяжении всего тестирования, придаст ему спокойствие и снимет излишнюю тревожность. Если ребенок не носит часов, обязательно дайте ему часы на экзамен.
- Накануне экзамена обеспечьте ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться.
- Посоветуйте детям во время экзамена обратить внимание на следующее:
 - Пробежать глазами весь тест, чтобы увидеть, какого типа задания в нем содержатся, это поможет настроиться на работу.
 - Внимательно прочитать вопрос до конца и понять его смысл (характерная ошибка во время тестирования – не дочитав до конца, по первым словам учащиеся уже предполагают ответ и торопятся его вписать).
 - Если не знаешь ответа на вопрос или не уверен, пропусти его и отметь, чтобы потом к нему вернуться.
 - Если не смог в течение отведенного времени ответить на вопрос, есть смысл положиться на свою интуицию и указать наиболее вероятный вариант ответа.
- Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребенок получит на экзамене, не критикуйте ребенка после экзамена. Внушайте ребенку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.

Признаки стресса:

- Физические: хроническая усталость, слабость, нарушение сна (сонливость или бессонница), холодные руки или ноги, повышенная потливость или выраженная сухость кожи, сухость во рту или в горле, аллергические реакции, речевые затруднения (заикания и пр.), резкая прибавка или потеря в весе, боли различного характера (в голове, груди, животе, шее, спине и т.д.)
- Эмоциональные: беспокойство, сниженный фон настроения, частые слезы, ночные кошмары, безразличие к окружающим, близким, к собственной судьбе, повышенная возбудимость, необычная агрессивность, раздражительность, нервозность по пустяковым поводам.
- Поведенческие: ослабление памяти, нарушение концентрации внимания, невозможность сосредоточиться, неспособность к принятию решений, потеря интереса к своему внешнему виду, навязчивые движения (кручение волос, кусание ногтей, притопывание ногой, постукивание пальцами и пр.), пронзительный нервный смех, постоянное откладывание дел на завтра, изменение

пищевых привычек (голодание или избыточный прием пищи),
злоупотребление лекарствами, употребление алкоголя, курение.