

# Инструкция по САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ подготовке к ЕГЭ (ЕРЭ) по физике 2023

**ВНИМАНИЕ!** Успех на ЕГЭ зависит от:

1. **Системного понимания** химии, что достигается тщательным изучением программного материала **УГЛУБЛЕННОГО** уровня
2. **Регулярного тренинга:** наличия **навыков** и **умений** в решении заданий ЕГЭ
3. **Устойчивого** психологического состояния на момент экзамена

**Оптимальный срок качественной подготовки к ЕГЭ – 2 года!**

**Начиная с 10-го класса, надо начинать готовиться, регулярно и тщательно!**

## **ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ:**

1. Определиться, будете ли вы сдавать ЕГЭ по физике и обозначить для себя сроки подготовки (1 год, 2 года). Определение временного интервала позволит вам правильно распределить время для подготовки.

2. На сайте ФИПИ (<https://fipi.ru/>) внимательно изучить:

1) **кодификаторы** элементов содержания и требований к уровню подготовки выпускников общеобразовательных учреждений для проведения единого государственного экзамена;

2) **спецификации** контрольных измерительных материалов для проведения единого государственного экзамена;

3) **демонстрационные варианты** контрольных измерительных материалов единого государственного экзамена;

4) **методические материалы** для председателей и членов предметных комиссий субъектов Российской Федерации по проверке выполнения заданий с развёрнутым ответом экзаменационных работ ЕГЭ 2022 года.

3. Разработать для себя график подготовки к ЕГЭ по физике, распределив по месяцам и неделям вопросы для изучения (повторения) теоретического материала, решения тренировочных упражнений (смотри кодификатор и спецификацию).

4. Регулярно повторять (изучать) **теоретический материал по физике**, руководствуясь кодификатором и спецификацией с помощью рекомендованной литературы.

5. Регулярно, несколько раз в неделю, решать задания из **Открытого банка заданий ЕГЭ ФИПИ** (<https://fipi.ru/ege/otkrytyy-bank-zadaniy-ege#!/tab/173765699-3>)

6. Не менее одного раза в неделю решать **тренировочные варианты ЕГЭ** (из рекомендованных групп ВК и сайтов или из рекомендованных сборников заданий ЕГЭ, смотри ниже), заполняя **бланки** ответов и выдерживая временные рамки на выполнение работы (3 часа 55 минут: 235 минут)

7. Регулярно изучать **дополнительные материалы**, которые размещены в рекомендованных группах ВК и на сайтах.

8. Участвовать в обсуждении **сложных вопросов** в беседах.

## **РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ГРУППЫ ВК И САЙТЫ**

<https://fipi.ru/ege/otkrytyy-bank-zadaniy-ege#!/tab/173765699-3>

<https://phys-ege.sdamgia.ru/?redir=1>

<https://vk.com/club205827934>

[https://vk.com/ege\\_phys](https://vk.com/ege_phys)

[https://vk.com/lancmanschool\\_phys](https://vk.com/lancmanschool_phys)

[https://www.youtube.com/c/abitunet/playlists?view=50&sort=dd&shelf\\_id=3](https://www.youtube.com/c/abitunet/playlists?view=50&sort=dd&shelf_id=3)

<https://www.youtube.com/channel/UCuJpM1F9hd6kOV22DgBInVw>

**РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЕГЭ ПО ФИЗИКЕ**  
**([https://vk.com/topic-205827934\\_47764319](https://vk.com/topic-205827934_47764319))**

1. Громцева О.И. ЕГЭ-2020. Физика. Эксперт в ЕГЭ / О.И. Громцева, С.Б. Бобошина. – М.: Экзамен, 2020. – 464 с.
2. Никулова Г.А. ЕГЭ-2020. Задачник. Физика / Г.А. Никулова, А.Н. Москалев. – М.: Экзамен, 2020. – 352 с.
3. Кабардин О.Ф. ЕГЭ-2019. Физика. Эксперт в ЕГЭ / О.Ф. Кабардин, С.И. Кабардина, В.А. Орлов, О.И. Громцева, С.Б. Бобошина. – М.: Экзамен, 2019. – 462 с.
4. Кабардин О.Ф. ЕГЭ-2018. Физика. 14 вариантов. Типовые тестовые задания от разработчиков ЕГЭ / О.Ф. Кабардин, С.И. Кабардина, В.А. Орлов. – М.: Экзамен, 2021. – 319 с.
5. Кабардин О.Ф. ЕГЭ-2019. Физика. 14 вариантов. Типовые тестовые задания от разработчиков ЕГЭ / О.Ф. Кабардин, С.И. Кабардина, В.А. Орлов. – М.: Экзамен, 2022.
6. Демидова М.Ю. ЕГЭ. Физика: типовые экзаменационные варианты: 30 вариантов / под ред. М.Ю. Демидова. – М.: Национальное образование, 2021. – 400 с.
7. Демидова М.Ю. ЕГЭ 2020. Физика. 14 вариантов. Типовые варианты экзаменационных заданий / М.Ю. Демидова, В.А. Грибов, А.И. Гиголо. – М.: Экзамен, 2022.
8. Демидова М.Ю. ЕГЭ. Физика. Механика. Молекулярная физика: 450 задач с ответами и решениями / М.Ю. Демидова, В. А. Грибов, А.И. Гиголо. – М.: Экзамен, 2021. – 239 с.
9. Демидова М.Ю. ЕГЭ. Физика. Электродинамика. Квантовая физика. Качественные задачи: 500 задач с решениями и ответами / М.Ю. Демидова, В. А. Грибов, А.И. Гиголо. – М.: Экзамен, 2021. – 349 с.
10. Демидова М.Ю. ЕГЭ. Физика: типовые экзаменационные варианты: 10 вариантов / под ред. М.Ю. Демидова. – М.: Национальное образование, 2021. – 160 с. (+2022 г.)
11. Демидова М.Ю. ЕГЭ. Физика: типовые экзаменационные варианты: 30 вариантов / под ред. М.Ю. Демидова. – М.: Национальное образование, 2021. – 400 с. (+2022 г.)
12. Вишнякова Е.А. Физика. Подготовка к ЕГЭ в 2019 году. Диагностические работы / Е.А. Вишнякова, М.В. Семенов, А.А. Якута, Е.В. Якута. – М.: МЦНМО, 2019. – 145 с. (+2022 г.)
13. Лукашева Е.В. ЕГЭ 2020. Тренажер. Физика / Е.В. Лукашева, Н.И. Чистякова. – М.: Экзамен, 2020. – 214 с.
14. Яковлев И.В. Физика. Полный курс подготовки к ЕГЭ / И.В. Яковлев. – М.: МЦНМО, 2016. – 507 с.
15. Демидова М.Ю. ЕГЭ. Физика: типовые экзаменационные варианты: 30 вариантов / под ред. М.Ю. Демидова. – М.: Национальное образование, 2022. – 401 с.
16. Методические материалы для председателей и членов предметных комиссий субъектов Российской Федерации по проверке выполнения заданий с развёрнутым ответом экзаменационных работ ЕГЭ 2022 года.

**ПОМНИТЕ! УСПЕХ НА ЕГЭ –**  
**90% ВАШЕЙ СОБСТВЕННОЙ РАБОТЫ И**  
**ТОЛЬКО 10% ПОМОЩИ УЧИТЕЛЯ!**

**НЕ ВОЗЛАГАЙТЕ НАДЕЖД НА ДРУГИХ ЛЮДЕЙ –**  
**ВАШ УСПЕХ ЗАВИСИТ ПРЕЖДЕ ВСЕГО ОТ ВАС!!!**