

Тест

«Психологическая готовность к ЕГЭ»

Успешнее сдают экзамен по ЕГЭ те, кто

- **лучше представляет** процедуру сдачи экзамена,
- **знает**, какие требования предъявляются и каким образом необходимо заполнять бланки,
- оказывается **более внимательным и собранным**,
- кто **умеет** логически связанно рассуждать,
- **делать** правильные выводы,
- **может четко понять** само задание,
- **готов работать** самостоятельно и правильно планировать свое время, придерживаясь определенной стратегии действия.

Тревожность может тоже играть роль в процессе сдачи экзамена (т.е. снижать успешность), но здесь она проявляется не всегда.

Успешность сдачи ЕГЭ

- Школьники, которые **психологически готовы** к сдаче экзамена, чаще сдают его более успешно, нежели те, кто психологически не готов, так что сам фактор психологической готовности заслуженно признается важным.
- **Эмоциональная стабильность** важна для любого экзамена, независимо от формы его проведения.

*Но оказывается, что **тревожность** может иметь различную по силе значимость, когда речь идет о разных предметах: **для математики она более губительна**, нежели для русского языка. Специфика самой формы проведения экзамена ЕГЭ (**письменная форма, заполнение бланков, незнакомое окружение и люди**) требует большей собранности и внимания, делая более успешными тех, кто на устных экзаменах имеет меньше шансов: организованных интровертов, привыкших работать самостоятельно, выбирая те стратегии организации времени, которые более адекватны во время письменного экзамена. Им не нужна внешняя поддержка со стороны окружающих, они не надеются на других, ожидания помощи только от самих себя, своих способностей.

Умение работать с информацией оказывается очень важным при работе на экзамене:

1. внимательно вчитываться в вопрос,
2. проверять себя,
3. внимательно проставлять ответы, вопроса,
4. иногда опираясь на логику
5. связанно выражать свои мысли.

Что же делать тем, кто **любит общаться с другими людьми** и стремиться к контактам с другими, кто не стремится составлять распорядок дня и планировать свое время заранее, кто любит спонтанность и активный образ жизни или часто переживает по различным поводам, волнуется перед сдачей экзамена?

Неужели они не смогут сдать успешно экзамен, «обречены» его провалить? Вовсе нет

Ведь если у человека есть проблемы с логикой или вниманием, то эти способности можно развивать. Конечно, не стоит превращаться в интроверта и

совсем отказываться от общения с другими людьми: лишь на время экзамена

предстоит **стать другим** (ой), иначе говоря, вести себя по другому, применяя те

самые успешные **стратегии поведения** при сдаче ЕГЭ. В этом могут помочь:

- различные тренинговые программы,
- упражнения по освоению стратегии управления своими эмоциями, тревогой во время экзамена,
- «научение» правильно распределять время, чтобы успеть решить задания, проверить их, а не тратить кучу времени на решение одной сложной задачи, когда остальные еще даже не прочитаны.
- программы подготовки к ЕГЭ, в которые включены не только знания предмета, но и основы психологической подготовки (например, курсы

ЕГЭ: www.ege.psvliner.ru/ege. тренинговые программы:

Какие навыки нужно развивать, чтобы лучше подготовиться к ЕГЭ

Показатели	Навыки	Особенности
Знание о процедуре ЕГЭ	Представление об этапах проведения экзамена, о требованиях к заполнению бланков и правах школьника	<p><u>Снижает тревожность</u>, помогает больше внимания уделять решению задач и принятию решений: «осведомлен, значит, вооружен».</p> <p>Успешность сдачи экзамена повышается, если ребенок знает, какая процедура его ожидает (средний уровень влияния).</p>

Какие навыки нужно развивать, чтобы лучше подготовиться к ЕГЭ

Показатели	Навыки	Особенности
Внимание	Умение концентрироваться на задаче при работе с цифрами и текстами	<p>Помогает правильно понимать задания, избегать ошибок и описок при написании решений и ответов на бланках, учитывать всю необходимую информацию.</p> <p>Успешность сдачи экзамена повышается, если ребенок внимателен (высокий уровень влияния).</p>

Какие навыки нужно развивать, чтобы лучше подготовиться к ЕГЭ

Показатели	Навыки	Особенности
Логика	Умение строить логически связанные ответы и рассуждения, понимать логические связи в заданиях	<p>Помогает правильно понять задания, связанно и логично излагать ответы, рассуждения, находить наиболее логичные ответы в тестах, если не уверен в правильности выбора.</p> <p>Успешность сдачи экзамена повышается, если ребенок умеет логически мыслить (высокий уровень влияния).</p>

Какие навыки нужно развивать, чтобы лучше подготовиться к ЕГЭ

Показатели	Навыки	Особенности
Память	Способность запоминать материал, полученную информацию, необходимую для сдачи экзамена	<p>Помогает сосредоточиться на задании, вспомнить усвоенный материал и не отвлекаться на переспрашивание.</p> <p>Однозначной связи с успешностью не установлено.</p>

Какие навыки нужно развивать, чтобы лучше подготовиться к ЕГЭ

Показатели	Навыки	Особенности
Интроверсия - обращенность сознания к самому себе, поглощенность собственными проблемами и переживаниями, сопровождаемая ослаблением внимания к окружающему.	<p>Как стратегия поведения: самостоятельная работа с заданиями, собранность, надежда только на свои силы, навыки самостоятельной работы с письменной информацией.</p> <p>Письменная форма ответов более привычна и помогает лучше ответить на вопрос (есть время подумать, правильно сформулировать ответ) по сравнению с устной формой.</p>	<p>В ситуации ЕГЭ, когда вокруг незнакомые люди, помощь и поддержка оказываться не будет. Можно рассчитывать только на себя. Отвлекаться на других людей и знакомиться с ними в надежде на помощь – нет времени и возможности.</p> <p>Успешность сдачи экзамена повышается, если ребенок умеет собранно и самостоятельно работать с информацией и письменно излагать ответы (высокий уровень влияния).</p>

Какие навыки нужно развивать, чтобы лучше подготовиться к ЕГЭ

Показатели	Навыки	Особенности
Организованность	Как стратегия поведения: умение четко планировать свое время, расставлять приоритеты, успешно распределять усилия, все делать вовремя.	<p>Помогает распределить время так, чтобы решить как можно больше заданий, уложиться во временные рамки, успеть перепроверить ответы, чтобы снизить вероятность описок.</p> <p>Успешность сдачи экзамена повышается, если ребенок выбирает верные стратегии планирования времени (средний уровень влияния).</p>

Какие навыки нужно развивать, чтобы лучше подготовиться к ЕГЭ

Показатели	Навыки	Особенности
Эмоциональная стабильность	Как стратегия поведения: уравновешенность, умение управлять своими эмоциями, уверенность в своих силах.	<p>Тревожность может негативно сказываться на результатах экзамена, потому что волнение может привести к тому, что школьник забывает знакомый материал, становится менее внимательным и т.д. Больше времени уходит на то, чтобы справиться с эмоциями.</p> <p>Успешность сдачи экзамена повышается, если ребенок умеет справляться с волнением или экзамен не вызывает у него тревоги, т.е. он уверен в себе, своих способностях. Уровень влияния зависит от предмета: на математике волнение сказывается более негативно, нежели на экзамене по русскому языку.</p>

ПРАВИЛА И ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕНИЯ ЕГЭ

- Время начала ЕГЭ по всем учебным предметам 10.00 часов по местному времени.
- По прибытии в ППЭ все участники ЕГЭ должны:
 - явиться в ППЭ в день и время, указанные в пропуске на ЕГЭ,
 - иметь при себе:
 - пропуск на ЕГЭ, выданный при регистрации на сдачу ЕГЭ (заполненный и зарегистрированный);
 - документ, удостоверяющий личность (далее – паспорт); при отсутствии паспорта в период дополнительных сроков проведения ЕГЭ в июле участник ЕГЭ на экзамен не допускается;
 - гелевую или капиллярную ручку с черными чернилами;
 - дополнительные устройства и материалы, используемые по отдельным предметам, в соответствии с перечнем.
- Получить от организаторов ЕГЭ (далее – организаторов) информацию о том, в какой аудитории будет проходить экзамен.
- Подойти к организатору, ответственному в аудитории, в которой будет проходить экзамен, и предъявить паспорт.

ВО ВРЕМЯ РАССАДКИ В АУДИТОРИИ ВСЕ УЧАСТНИКИ ЕГЭ ДОЛЖНЫ:

В сопровождении организатора пройти в аудиторию.

На рабочем месте должны быть только паспорт, ручка и разрешенные для использования дополнительные материалы.

Лишние вещи в аудитории располагаются в специальных местах для хранения личных вещей.

- Занять место, указанное организатором.
- При раздаче комплектов экзаменационных материалов **все участники ЕГЭ должны:**
 - внимательно прослушать инструктаж, проводимый организаторами в аудитории;
 - обратить внимание на целостность упаковки доставочных пакетов с индивидуальными комплектами экзаменационных материалов перед вскрытием их организаторами;
 - получить от организаторов запечатанные индивидуальные комплекты с вложенными в них КИМами, бланком регистрации, бланками ответов № 1 и № 2.

Письменная часть ЕГЭ по иностранным языкам

- **Примечание:** включает в себя раздел «Аудирование», все задания по которому (инструкции, тексты, паузы) полностью записаны на аудионоситель. Организатор должен настроить воспроизведение записи таким образом, чтобы слышно было всем участникам ЕГЭ.
- **Получить** от организаторов черновики.
- **Вскрыть** по указанию организаторов индивидуальные комплекты.
- Проверить количество бланков ЕГЭ и КИМов в индивидуальном комплекте и отсутствие в них **полиграфических дефектов**. В случаях обнаружения лишних (или недостающих) бланков ЕГЭ и КИМов, а также наличия в них полиграфических дефектов необходимо сообщить об этом организаторам, которые обязаны полностью заменить индивидуальный пакет с дефектными материалами.

**ПРИ ЗАПОЛНЕНИИ БЛАНКА РЕГИСТРАЦИИ И
БЛАНКОВ ОТВЕТОВ ВСЕ УЧАСТНИКИ ЕГЭ
ДОЛЖНЫ:**

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

ВО ВРЕМЯ ЭКЗАМЕНА ВСЕ УЧАСТНИКИ ЕГЭ ДОЛЖНЫ:

- После объявления организаторами о времени начала экзамена (время начала и окончания экзамена фиксируется на доске) приступить к выполнению экзаменационной работы.
- Выполнять указания организаторов.
- **Во время экзамена запрещается:**
 - разговаривать;
 - вставать с места;
 - пересаживаться;
 - обмениваться любыми материалами и предметами;
 - иметь при себе мобильные телефоны, иные средства связи, электронно-вычислительную технику, как в аудитории, так и во всем ППЭ на протяжении всего экзамена;
 - иметь при себе справочные материалы кроме тех, которые указаны в п. 2.3.1. настоящей инструкции;
 - ходить по ППЭ во время экзамена без сопровождения.

Примечание.

- **При нарушении настоящих требований и отказе от их соблюдения** организаторы совместно с членами государственной экзаменационной комиссией (далее – ГЭК) вправе **удалить** участника ЕГЭ с экзамена. В данном случае организаторы совместно с уполномоченным ГЭК составляют, акт об удалении участника ЕГЭ с экзамена. На бланках проставляется метка о факте удаления с экзамена.
Экзаменационная работа такого участника ЕГЭ не проверяется.
- Участники ЕГЭ **могут выходить из аудитории** по уважительной причине (в туалет, в медицинскую комнату) только в сопровождении одного из организаторов или дежурных по этажу, организатор по аудитории предварительно проверяет комплектность оставленных экзаменационных материалов.
В случае возникновения претензии по содержанию КИМов сообщить об этом организатору.
- *При нехватке места для записи ответов на задания в бланке ответов № 2:*
- Участник ЕГЭ может попросить у организатора в аудитории дополнительный бланк ответов № 2. При этом организатор вписывает его номер (размещенный под штрих кодом) в специально отведенное поле в основном (предыдущем) бланке ответов № 2.
- Ответы, внесенные в дополнительный бланк ответов № 2, **будут проверяться только в том случае**, если основной бланк ответов № 2 заполнен полностью. В противном случае, ответы, внесенные в дополнительный бланк ответов № 2, оцениваться не будут.

ОКОНЧАНИЕ ЭКЗАМЕНА

- По истечении времени экзамена организаторы самостоятельно собирают экзаменационные материалы.

Примечание. Организаторы в аудитории ставят в бланке ответов № 2 (в том числе на его оборотной стороне) и в дополнительном бланке ответов № 2 прочерк «Z» на полях бланка, предназначенных для записи ответов в свободной форме, но оставшихся незаполненными.

По окончании сбора экзаменационных материалов организаторы в аудиториях в присутствии участников ЕГЭ пересчитывают бланки регистрации, бланки ответов № 1, № 2, в том числе дополнительные бланки ответов № 2 и запечатывают их в специальные доставочные пакеты.

По указанию организаторов **покинуть аудиторию** и

ЕГЭ 2016.

Чего ждать, к чему готовиться?

- Важность единого госэкзамена сложно переоценить. Ведь именно количество набранных баллов – это наглядный итог многолетнего обучения и перспективы продолжить «грызть гранит науки» в вузе.
- **В привычном виде ЕГЭ в 2016 году пройдет в последний раз**, затем он превратится в подобие выпускных экзаменов, которые школьники сдавали в советское время, считают эксперты.
- Главное отличие – из заданий полностью исчезнет тестовая составляющая. Также специалисты Минобразования сделали все экзамены по гуманитарным дисциплинам (литература, история и обществознание) преимущественно устными, а не письменными, как было раньше, когда выпускник мог просто угадать правильный ответ. Да и жульничать с тестовой формой намного проще.

Информация

- **Три попытки**, чтобы сдать ЕГЭ
- Кроме того, возможно, у школьников появится возможность пересдать ЕГЭ. Причём сделать это можно будет **дважды**, но только в течение одного учебного года. То есть вместо одной попытки ребята получают три.
- Примечательно, что право на пересдачу может появиться не только у выпускников, но и у тех, кто демонстрирует знания по окончании девятого класса. Напомним, сейчас повторно сдавать госэкзамен (только один раз) разрешают лишь получившим «неуд».
- При этом речь идёт только **об обязательных предметах**. Возможно, в дальнейшем у вчерашних школьников появится возможность улучшить свою оценку по любой дисциплине, например, пересдать с четверки на пятерку. В минобразования уже подготовили проекты соответствующих приказов.

Обязательные предметы на ЕГЭ в 2016 году

- Как и прежде, старшеклассникам предстоит писать сочинения. Однако, начиная со следующего года, оно станет своего рода «пропуском» для сдачи других экзаменов. По словам специалистов, оценки за него ставить не будут – просто вынесут вердикт: зачёт/незачёт, который и будет допуском к ЕГЭ. Тем, кто с первого раза написать сочинение не смог, дадут ещё одну возможность сделать это, после второго провала – попытка переносится на год.
- Пока в качестве **обязательных** для всех экзаменов в 2016 году отмечены только математика и русский язык.
- Количество экзаменов «по выбору» может быть самым разным, в зависимости от требований вуза. Но эксперты министерства образования не исключают, что список обязательных предметов пополнится историей, физикой или иностранным языком.

ЕГЭ как инструмент поступления

Несмотря на то, что специалисты
минобразования не считают изменения в
ЕГЭ

2016 радикальными, многие говорят о том,
что

**госэкзамен постепенно превращается в
инструмент для поступления в вуз.**

При этом много кто считает, что в
будущем
выпускные экзамены предложат сдавать
только

Вуз закрыт. Приема нет

- Глава Рособрнадзора Сергей Кравцов - об особенностях вступительной кампании-2015
- **Какие вузы не имеют права принимать студентов? Когда будут известны темы сочинений для выпускников? Что изменится в ЕГЭ-2016? Об этом "РГ" рассказывает глава Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки Сергей Кравцов.**
- [Некоторые предметы ЕГЭ разрешат сдавать раньше 11 класса](#)
- **Сергей Кравцов:** Примерно 1800 вузов и филиалов, из них около 300 негосударственных, имеют государственную лицензию и аккредитацию, а значит, могут принимать абитуриентов. За последние полтора года Рособрнадзор из реестра лицензий исключил примерно 700 вузов и филиалов. Что касается запрета приема абитуриентов, то сейчас он действует в 51 вузе. В этом году мы запретили прием Московскому государственному университету пищевых производств. По итогам проверки вуз получил предписание об устранении многочисленных нарушений, но требований не выполнил. Рособрнадзор постоянно ведет мониторинг сайтов вузов. Выяснилось, что в 15 вузах был занижен минимальный балл, необходимый для поступления. К сожалению, среди нарушителей были и государственные вузы.

Что им грозит?

- **Сергей Кравцов:** Есть целый ряд мер, вплоть до запрета на прием новых студентов. Каждый абитуриент может лично проверить на сайте <http://kartavuzov.ru>, в порядке ли документы у этого учебного заведения, есть ли лицензия и аккредитация.

С этого года в первую волну зачисляются выпускники, подавшие оригиналы документов. Должны ли вузы сейчас публиковать информацию о принесенных аттестатах?

Одни это делают, а другие - нет.

- **Сергей Кравцов:** Вузы не обязаны публиковать информацию об общем числе поданных подлинников. Но должны размещать на официальном сайте список поступающих и указывать, принес или нет абитуриент оригинал документа об образовании.

Допустим, абитуриент передумал поступать в вуз, куда отнес подлинник. В какие сроки ему обязаны вернуть оригинал аттестата?

Есть мнение, что многие вузы специально тянут с этим,

чтобы не потерять абитуриентов.

[В кабмине назвали число нарушений в ходе ЕГЭ](#)

- **Сергей Кравцов:** Поступающий имеет право на любом этапе отозвать поданные документы. Либо лично, либо по почте. Если заявление об отзыве документов подано хотя бы за два часа до окончания работы приемной комиссии, то подлинники вернут до конца этого дня. Или в течение первых двух часов следующего рабочего дня. Пока что жалоб на нарушение сроков возврата документов было очень немного.

Когда ЕГЭ можно будет сдавать и пересдавать многократно в течение года?

- **Сергей Кравцов:** Такая возможность есть уже в этом году. Ученики, которые не смогли сдать обязательные экзамены по русскому языку и математике, могут пересдать их в сентябре этого года. 26 сентября пройдет ЕГЭ по математике, а 29 сентября - по русскому языку. По поводу других предметов нужно принимать решения. Проведение круглогодичной сдачи ЕГЭ - трудоемкий процесс, но шаги в этом направлении есть.

Что изменится в ЕГЭ 2016 года?

- **Сергей Кравцов:** Серьезных изменений не будет. Мы продолжим отказываться от части с выбором ответов. Например, в тестах по обществознанию, истории, географии, информатике. В следующем году увеличится число аудиторий с видеонаблюдением, оно будет абсолютно во всех регионах. В половине пунктов проведения экзамена будет организована печать контрольно-измерительных материалов, это снизит вероятность утечки информации. Будут предприняты и другие меры. Но важнее другое - в обществе должно поменяться отношение к экзамену.

Впервые за многие годы наши школьники вернулись с Международной олимпиады по математике без золотых медалей. Может быть, причина в том, что школа перестала учить математике, а только натаскивает на ЕГЭ?

- **Сергей Кравцов:** Я бы не спешил с выводами, и ЕГЭ тут ни при чем. Международные олимпиады - спорт больших достижений, в котором роль играет все: от подбора и настроения команды до содержания задач. Мы обсуждали эту ситуацию на заседании научно-методического совета по математике ФИПИ. Выводы будем делать только после того, как все тщательно проанализируем. Недавно мы говорили с ректором МГУ Виктором Антоновичем Садовничим о причинах такого выступления нашей команды. Он тоже не считает, что в отсутствии золотых медалей виноват Единый госэкзамен. И потом, не забывайте, наши школьники привезли шесть серебряных медалей.

МГУ

- **Виктор Садовничий:** В прошлом году за интеллектуальные достижения можно было получить до 20 баллов, в этом - **только 10**;
- **5 баллов** мы дадим за аттестат с отличием;
- **2 балла** - за золотой значок ГТО и более высокие спортивные достижения .