**Программа “Скорая помощь”**

Под *психологической готовностью* к сдаче ЕГЭ нами подразумевается сформированность у школьника психологических свойств и социальных компетенций (психофизиологической, личностной технологической, мотивационной, самооценочной), без которых невозможна успешная сдача ЕГЭ. Такое определение психологической готовности учеников к сдаче ЕГЭ позволяет работать сразу над тремя задачами, традиционно стоящими перед школьными педагогами-психологами:

•          просвещение;

•          мониторинг изменений;

•          занятия с элементами тренинга.

Их решение обеспечит комплексное психологическое сопровождение учащихся, сдающих ЕГЭ. При этом нужно учитывать, что в современной школе проводить длительные занятия со старшеклассниками часто бывает невозможно по ряду причин. Школьники посещают курсы подготовки в институт, элективные занятия для подготовки к определенному предмету (в рамках школьной программы) и т. д.

*Цель занятий:* отработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам (ЕГЭ), повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов.

*Задачи:*

•          актуализация индивидуальных психологических особенностей подготовки к ЕГЭ. Обучение выпускников способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышение сопротивляемости стрессу;

•          самодиагностика своих психологических особенностей, уровня тревожности и компетенции в подготовке к ЕГЭ. Обучение учащихся способам самоподготовки с учетом своих индивидуальных особенностей;

•          обучение учащихся способам самомотивации и реагирования на негативные эмоции.

*Используемые методы***:** дискуссии, мини-лекции, тренинговые упражнения, арт-терапия.

*Оборудование и материалы:* просторное помещение, стулья, доска или листы А4, фломастеры, пастель, ручки и тетради для записей учащимися информации, полученной в ходе мини-лекций.

*Участники:* все ученики класса.

Программа рассчитана на три занятия по 45 мин. Каждый из этих уроков включает в себя набор определенных психологических упражнений, при этом в зависимости от уровня класса их количество и длительность могут корректироваться. Тематическое планирование программы занятий по подготовке учащихся 11-го класса к ЕГЭ с элементами психологического тренинга приведено в приложении 1.

**Игра в ассоциации**

*Первый урок* начинается с вводного слова педагога-психолога (не больше 5 мин), который информирует группу о целях и формате занятий. Затем с учащимися проводится небольшое упражнение-разминка“Ассоциации – 1”, в ходе которого школьники придумывают ассоциации на слово “ЕГЭ”, отвечая на конкретные вопросы, например: “Если ЕГЭ – это мебель, то какая?”, “Если, одежда – то, какая?” и т. д. Это упражнение преследует следующиецели:

•          активация психологической динамики группы;

•          создание позитивных установок у группы на дальнейшее обсуждение темы ЕГЭ;

•          актуализация самосознания старшеклассников на тему сдачи ЕГЭ.

После небольшой разминки педагог-психолог переходит к упражнению “Ассоциации – 2”. Учащиеся придумывают по очереди ассоциации, которые у них вызывает слово “ЕГЭ”. Полученные результаты записываются педагогом на доске, затем обсуждаются совместно с учащимися.Ассоциации в идеале должны показать, что у ЕГЭ есть две стороны – позитивная и негативная. Если в классе преобладает последняя, то психологу можно прибегнуть к таким фразам-уловкам, как: “На результаты ЕГЭ не влияет субъективное мнение учителя”, “ЕГЭ – это возможность показать свой потенциал”, “Сдал ЕГЭ в школе – не придется все лето бегать по институтам и сдавать экзамены” и т. п.

Цели данного упражнения:

•          актуализация самосознания старшеклассников на тему сдачи ЕГЭ;

•          выявление иррациональных установок школьников, связанных с аттестацией в форме ЕГЭ;

•          преобразование, по возможности, негативных установок в более позитивные.

**Диагностика уровня тревожности учащихся в ситуациях проверки знаний**

После этого упражнения педагог может перейти к диагностике учащихся, чтобы определить уровень их тревожности в ситуациях проверки знаний. Но прежде чем к ней приступить, уместно дать некоторое научное обоснование чувству повышенной тревожности. Например, педагог может сказать следующее: “Наверное, каждый человек хоть раз в жизни испытывал чувство тревоги. Оно возникает в ситуации неопределенности и сопровождается ощущениями напряжения, беспокойства, недобрыми предчувствиями. Тревожиться может только человек как существо, наделенное самосознанием. Хотя тревожность и является негативным эмоциональным состоянием, именно тревога иногда мобилизует человека. Недаром, в русском языке есть еще одно значение этого слова – призыв к битве. Организм человека реагирует на этот призыв поступлением в кровь адреналина. Под его воздействием увеличивается сила сердечных сокращений, повышается кровяное давление, дыхание становится более глубоким. Это состояние называют стрессовым. Оно призвано помочь человеку в критической ситуации: схватке с равным по силе врагом или бегстве от более сильного соперника. В состоянии стресса возможности человека возрастают: мужчина, спасаясь бегством от быка, перепрыгивает двенадцатиметровый ров, женщина поднимает автомобиль, под которым оказались ее дети”. Учащимся стоит пояснить, что каждый испытывает определенное волнение перед сдачей экзаменов. При этом такая реакция на стресс, как тревожность, связана со многими показателями: темпераментом человека, его личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием и т. д.

Диагностика уровня тревожности учащихся в ситуациях проверки знаний проводится на основе методики многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е. Ромицына[\*](http://www.c-psy.ru/index.php/if/ekzamen/ege/5703-2011-01-23-15-59-16%22%20%5Cl%20%22_ftn1) (приложение 2). Школьники самостоятельно обрабатывают ее результаты, после чего в индивидуальном порядке показывают их педагогу-психологу, который каждому выдает заготовленные заранее интерпретации результатов диагностики. При этом психолог заноситрезультаты каждого из учащихся в сводную таблицу по классу, чтобы определить условную “группу риска” и соответственно построить с этими учащимися индивидуальную работу. Педагог обязательно должен обсудить общие результаты класса, но не оглашать индивидуальные и следить, чтобы они не разглашались самими учащимися. Если возникнет необходимость, педагог-психолог может прокомментировать учащемуся его результаты в индивидуальном порядке. Интерпретируя результаты диагностики, психолог должен подчеркнуть, что если учащиеся недобросовестно к ней отнеслись, то все написанное в результатах не имеет к ним никакого отношения. В любом случае результат данной диагностики – это лишь предположение о возможных реакциях.

Также педагогу необходимо отметить, положительные и отрицательные стороны высокого и низкого уровней тревожности в различных ситуациях, в т. ч. ситуациях проверки знаний. Для этого можно сказать следующее:“Среди тревожных людей есть много ответственных. Но именно они больше всего страдают перед важными событиями. Некоторые учащиеся перед экзаменами теряют сон и аппетит. У них увеличивается двигательная активность, частота пульса. Люди с высокой тревожностью беспричинно волнуются по поводу предстоящих событий. Им кажется, что обязательно произойдет что-то плохое. Волнение и неуверенность мешают им достичь успеха. Людям с высокой тревожностью полезно научиться управлять своим психическим состоянием.Как ни странно, люди с низкой тревожностью в экстремальных ситуациях тоже выглядят не лучшим образом. Слишком спокойные и самоуверенные, они оказываются неподготовленными, несобранными, расслабленными. Обычно у них низкая мотивация достижений. Им также необходимо учиться управлять своим психическим состоянием, чтобы в ситуациях экзамена или соревнований, которые для всех являются стрессовыми, показать все, на что они способны”.

После диагностики психолог может дать классу общие рекомендации, как стать оптимистом, для чего ученикам раздаются соответствующие памятки, подготовленные по методу Г.В. Резапкиной[\*](http://www.c-psy.ru/index.php/if/ekzamen/ege/5703-2011-01-23-15-59-16%22%20%5Cl%20%22_ftn2) (приложение 3). Эту часть урока лучше предварить следующими двумя высказываниями:

•          “Позитивное отношение к жизни (оптимизм, активность и уверенность в себе) – это то, что отличает “победителя”, “счастливчика” от неудачника. При этом успех и удача, конечно, способствуют такому положительному отношению, но и само оно создает условия, “приманивая” удачу и успех. Очень важно не путать такое позитивное отношение с бездумным ожиданием подарков судьбы, роз с неба, причем даже без шипов. Основой такого позитивного отношения яв­ляется вера в себя, ощущение своих возможностей” (А.М. Прихожан);

•          “Пессимист видит трудности в каждой возможности; оптимист в каждой трудности видит возможности” (У. Черчилль).

По окончании работы с памяткой первый урок можно закончить. В заключение проводится рефлексия: педагог напоминает цель занятия, обобщает полученный опыт.

**Арт-терапия**

*Второй урок* начинается с упражнения “Преодоление”, которое направлено на визуализацию в рисунках. Упражнение учит школьников рефлексии скрытых эмоций, а также формирует навык позитивной самоомотивации. Подробнее этот метод описан в книге М.В. Киселевой[\*](http://www.c-psy.ru/index.php/if/ekzamen/ege/5703-2011-01-23-15-59-16#_ftn3)\*.

Перед началом данного упражнения педагог напоминает классу, что это не “урок рисования”, что нет “правильного” или “неправильного” рисунка, что существует множество способов выразить свои мысли, чувства и идеи:

•          посредством символов;

•          предметного изображения;

•          различных форм, цветов и текстуры.

Обязательно стоит сказать ученикам, что получившиеся работы ни в коем случае не будут оцениваться и комментироваться. Урок проходит в три этапа, на каждом школьникам предлагается создать новый рисунок.

На*первом этапе* им нужно выразить в рисунке свои чувства на тему: “Как я сдаю ЕГЭ”. Целью данного упражнения является формирование рефлексии скрытых (негативных) эмоций. После того как рисунки будут выполнены, необходимо, чтобы ученики с помощью скотча или магнитов разместили их на доске или стене. Затем, каждый из учащихся должен прокомментировать свой рисунок (начинает любой желающий, затем продолжают по порядку по часовой стрелке). В своих вопросах-уточнениях к авторам рисунков психолог старается прояснить, какие чувства, эмоции они пытались выразить. При этом педагогу важно не допустить оценочных комментариев со стороны других учащихся. Помочь ему в этом могут такие фразы, как: “Вы бы видели, как я рисую. Точно бы испугались!”, “Мы все здесь явно не художники, поэтому мы и не комментируем, кто, что и как нарисовал, для нас важно, какие здесь нарисованы чувства”.

На*втором этапе* – учащиеся должны изобразить то, как они готовятся к ЕГЭ. Это могут быть эмоции, чувства или просто образ.Цель этого упражнения:сформировать активную ученическую позицию к подготовке к ЕГЭ и обменяться опытом.

Готовые рисунки также размещаются на доске (стене) и обсуждаются всем коллективом. На этом этапе можно организовать некоторое подобие “мозгового штурма”, который в итоге должен привести к созданию копилки способов (рецептов) подготовки к ЕГЭ. В процессе обсуждения педагог старается перевести негативные эмоции учащихся, выраженные в первом рисунке (если таковые имели место), в конструктивные. Для решения данной проблемы необходимо найти позитивные образы (ресурсные места) в рисунке и тем самым стимулировать учеников к активной позиции в подготовке к ЕГЭ.

Тема *третьего этапа* “Я уже сдал ЕГЭ (успешно)”. Цель этого упражнения – создание позитивного образа, ощущения того, что это препятствие преодолимо, самосознание цели сдачи ЕГЭ. На этом этапе педагог просит учащихся разместить на доске (стене) все три созданных ими в ходе урока рисунка и составить краткий рассказ о своих переживаниях при подготовке к ЕГЭ, в период его сдачи и о своей радости от того, что аттестация прошла успешно. Школьники по очереди рассказывают о своих рисунках, прогнозируя, по сути, программу успешной сдачи ЕГЭ. Для учеников составление рассказа является крайне увлекательным и позитивным упражнением. Роль педагога-психолога здесь заключается в сглаживании “острых углов” и переводе негативных установок учеников, которые могут обнаружиться в ходе этого упражнения, в позитивные.

Далее обсуждается по очереди, какие чувства испытывают учащиеся по поводу своей истории о позитивном образе человека, успешно сдавшего ЕГЭ. На этой позитивной ноте необходимо закончить урок. В заключение проводится рефлексия, подводятся итоги.

**Диагностика уровня осведомленности учащихся о процедуре сдачи ЕГЭ**

*Третий урок* посвящен определению уровня осведомленности учащихся о процедуре сдачи ЕГЭ. В начале занятия ученикам предлагается соответствующий тест О.В. Ереминой[\*](http://www.c-psy.ru/index.php/if/ekzamen/ege/5703-2011-01-23-15-59-16#_ftn4) (приложение 4). Психолог раздает всем ребятам бланк с текстом теста и поясняет инструкцию к нему. По окончании тестирования, каждый ученик, не подписывая свой бланк, в индивидуальном порядке сдает его психологу, который в своем общем регистрационном бланке записывает Ф.И.О. ученика и присваивает его бланку с ответами номер-шифр. После того как психолог собрал все бланки, он их перемешивает и снова раздает классу, поясняя, что теперь ученики должны выступить в роле экспертов и оценить ответы друг друга, так же как будут оцениваться в реальной жизни их тесты по ЕГЭ. Классу раздаются ответы к тесту, объясняются критерии оценивания. Когда оценки будут выставлены, бланки передаются обратно психологу, который опираясь на шифр-код своего регистрационного листа, раздает их авторам. Полученные результаты педагог обсуждает совместно с классом и разъясняет вопросы, в которых возникли затруднения. При этом психолог отмечает индивидуальные результаты учеников в своем регистрационном листе, чтобы в дальнейшем посчитать общий результат по классу и определить “группу риска”, с которой необходимо будет работать дополнительно. В конце занятия, традиционно проводится рефлексия, обобщается полученный опыт.

Программа “Скорая помощь” – лишь начало диалога о психологической готовности старшеклассников к сдаче ЕГЭ. Она высокоэффективна в условиях ограниченности времени и необходимости грамотно и профессионально подготовить школьников к аттестации. При желании программа может успешно совмещать в себе упражнения, направленные на аутогенную тренировку, способы повышения уверенности, лекции на уточнения процедуры ЕГЭ, отработку оптимальный стратегий при его выполнении и многое другое.

*Приложение 1*

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**программы занятий по подготовке учащихся 11-го класса к ЕГЭ с элементами психологического тренинга**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятий | Количество часов(астрономические) |
| 1 | Актуализация проблем при подготовке к ЕГЭ (мини-упражнения).Диагностика эмоционального состояния и выработка индивидуальных рекомендаций для учащихся по способам успешной сдачи ЕГЭ (самодиагностика, лекция) | От 10 до 15 мин От 15 до 20 мин |
| 2 | “Как быть готовым к ЕГЭ?”. Навыки позитивной самомотивации и способы подготовки к ЕГЭ (арт-терапия, “мозговой штурм”) | От 45 до 60 мин |
| 3 | Диагностика уровня сформированности процессуальной компетенции к ЕГЭ (самодиагностика) | От 30 мин до 4,5 ч |
|   | **Всего** | Три урока по 45 мин |

*Приложение 2*

**ДИАГНОСТИКА**

**“Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний”**

*Инструкция:*Ребята,следующее задание позволит вам узнать свой уровень тревожности в ситуациях проверки знаний. Для этого поставьтев колонку с ответами “+” (если, вы согласны с утверждением) или “–” (если не согласны). Затем посчитайте количество “+”, учитывая, что один плюс равен одному баллу.

|  |  |
| --- | --- |
| **Утверждения** | **Ответы****(“+” / “–”)** |
| Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько хорошо ты знаешь материал? |   |
| Обычно ты волнуешься при ответе или выполнении контрольных заданий? |   |
| Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился? |   |
| Мечтаешь ли ты о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают? |   |
| Бывает ли так, что, отвечая перед классом, ты начинаешь заикаться и не можешь ясно произнести ни одного слова? |   |
| Обычно ты спишь неспокойно накануне контрольной или экзамена? |   |
| Часто ли ты получаешь низкую оценку, хорошо зная материал, только из-за того, что волнуешься и теряешься при ответе? |   |
| Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься? |   |
| Часто ли бывает такое, что у тебя слегка дрожит рука при выполнении контрольных заданий? |   |
| Беспокоишься ли ты по дороге в школу о том, что учитель может дать классу проверочную работу? |   |

*Спасибо!*

**Обработка результатов**

У **мальчиков**низкой уровень тревожности при проверке знаний, если набрано0 баллов;

средний уровень, если набрано от 1 до 4 баллов;

повышенный уровень – от 5 до 6 баллов;

крайне высокий уровень – от 7 до 10.

У **девочек** низкий уровень тревожности при проверке знаний, если набрано от 0 до 1 балла;

средний уровень, если набрано от 2 до 6 баллов;

повышенный уровень – 7–8 баллов;

крайне высокий уровень – от 9 до 10.

**Интерпретация результатов**

*Низкий уровень.* Состояние тревоги в ситуациях проверки знаний вам не свойственно. Демонстрация знаний (или их отсутствия), достижений, возможностей вас не смущает. Напротив, вы стремитесь вызвать как можно более бурную реакцию со стороны окружающих в ответ на собственные высказывания или поступки, смутить учителя или шокировать одноклассников. Вы любите быть на виду вне зависимости от того, какое впечатление вы производите на окружающих. У вас, по всей видимости, учеба и отношение к ней стоят не на первом месте в списке приоритетов. Вероятно, этот вид деятельности конкурирует с другими, ему уделяется меньше внимания. Можно предположить и некоторую облегченность восприятия и мышления, высокую самооценку и уверенность в себе, свободное проявление эмоций в поведении и независимость. Также не следует исключать и нежелание искренне отвечать на тест.

*Средний уровень.*Нормальный уровень тревожности в ситуациях проверки знаний, необходимый для адаптации и продуктивной деятельности. Ваши эмоциональные переживания в условиях проверки знаний, достижений, возможностей имеют адекватный характер. Вы достаточно ответственно относитесь к подобным ситуациям, объективно оценивая свои возможности. Для вас характерны адекватность самооценки, уравновешенность поведения, отсутствие повышенной чувствительности, социальной зависимости и сверхконтроля. В поведении можно наблюдать черты уверенности, решительности, самостоятельности. Вы достаточно спокойно чувствуете себя у классной доски, демонстрируя свои знания и возможности.

*Повышенный уровень.* Вы можете испытывать негативное отношение к демонстрации своих знаний, не любить “устные” предметы, предпочитая отвечать письменно. Переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно – публичной) знаний, достижений, возможностей особенно выражено, когда аудитория слушателей незнакома либо значима для вас. Сама по себе учеба для вас нетрудна, но вы, возможно, боитесь отвечать у доски, т. к. теряетесь, и поэтому ничего не можете вспомнить. Страх перед публичной демонстрацией своих знаний провоцирует чувство тревоги и неуверенности в себе. В то же время вы достаточно успешно справляетесь с письменными заданиями, контрольными и внеклассными работами, поскольку здесь отсутствует так называемая “публичная оценка”.

*Крайне высокий уровень.* Очень высокий уровень тревожности в ситуациях проверки знаний, проявляющийся как в ситуациях публичной оценки, так и при выполнении индивидуальных и письменных работ. Вы испытываете резко негативное отношение к демонстрации своих знаний, боитесь отвечать перед классом и особенно у доски. Переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно – публичной) знаний, достижений, возможностей порой бывает неадекватно сильным. У вас иногда может появляться слабость и дрожь в ногах и руках, иногда не можете связно произнести ни одного слова. Экзаменационная ситуация с ее помпезностью, нервозностью родителей, предварительной “накачкой”, с непременным ожиданием своей очереди за дверью становится для вас серьезной психотравмой. У вас могут рано формироваться чувства долга, ответственности, высокие моральные и этические требования к себе. Именно у себя вы находите массу недостатков. Вас отличает склонность к детальному анализу своего поведения и реакций и высокому интеллектуальному контролю над ними. Данные особенности могут обусловливать такие изменения в познавательной деятельности, как ослабление концентрации и переключаемости внимания, трудности при отделении главного от второстепенного и др.

*Приложение 3*

**ПАМЯТКА**

**“Как стать оптимистом”**

1. Признайтесь себе в своих сильных и слабых сторонах.

2. Никогда не говорите о себе плохо.

3. Позволяйте себе расслабиться, прислушаться к своим мыслям, заняться тем, что вам по душе.

4. Ваши друзья и близкие тоже испытывают неуверенность. Помогите им!

5. Радуйтесь каждому своему успеху на пути к этим целям, хвалите себя.

6. Помните, что вы – воплощение надежд ваших родителей, вы – образ и подобие Бога, вы – творец своей жизни.

*Приложение 4*

**ТЕСТ**

**“Определение уровня осведомленности учащихся о процедуре сдачи ЕГЭ”**

*Инструкция:* Ребята, внимательно выполните все задания теста.

**A1.**Чем нельзя пользоваться на экзамене?

1. Мобильным телефоном

2. Гелевой черной ручкой

3.Тестовым материалом (КИМ)

**A2.**На экзамен необходимо принести:

1. Учебник

2. Паспорт

3. Персональный компьютер

**А3.**При нарушении требований, предусмотренных правилами проведения экзамена, учащийся:

1. Встает в угол

2. Удаляется с экзамена

3. Платит штраф

**А4.**Для выхода из аудитории во время экзамена необходимо обратиться:

1. К организатору

2. К Президенту РФ

3. К другу

**А5.**Во избежание ошибок, лучше сначала записать номера ответов:

1. На ладони

2. На полях бланка

3. На черновике

**А6**. Если в задании группы “В” вместо слова нужно написать другое, то старое слово зачеркивается:

1. Одной чертой

2. Двумя чертами

3. Тремя чертами

**А7.**После выполнения задания группы “А” необходимо выбрать номер правильного ответа и поставить в клеточку с номером правильного ответа:

1. Галочку (?)

2. Звездочку (\*)

3. Крестик (?)

**А8.**При заполнении бланков ответов группы “C” нужно отступать от рамки:

1. 2–3 мм

2. 4–5 мм

3. 10 мм

**A9.**Если при заполнении бланков у обучающегося возникнет какое-либо сомнение, то надо:

1. Хлопнуть в ладоши

2. Топнуть ногой

3. Поднять руку

**А10.**Для подачи апелляции необходимо обратиться:

1. К ответственному организатору

2. К дежурному по этажу

3. К Министру образования РФ

**В1.**Чем нужно заполнять бланк?

**В2.**Каким цветом нужно заполнять бланк?

**В3.**Разрешаются ли исправления в ответах?

**В4.**Кто раздает бланки ответов?

**В5.**Найдите правильное предложение. Напишите № этого предложения цифрой:

1. Если в задании группы “B” вместо слова нужно написать другое, то старое слово зачеркивается.

2. Если в задании группы “B” вместо слова нужно написать другое, то старое слово заштриховывается.

3. Если в задании группы “B, вместо слова нужно написать другое, то старое слово замазывается.

**B6.**Найдите правильное предложение. Напишите № этого предложения цифрой:

1.Заполнять бланк нужно на русском языке.

2. Заполнять бланк нужно на иностранном языке.

3. Заполнять бланк нужно на любом языке.

**В7.**Найдите правильное предложение. Напишите № этого предложения цифрой:

1. Во время экзамена по русскому языку разрешается меняться паспортами.

2. Во время экзамена по географии разрешается пользоваться линейкой (без записей в виде формул).

3. Во время экзамена по математике разрешается пользоваться таблицей умножения.

**В8.**Запишите пропущенное слово.

Если нужно исправить один ………, то новый рисуется поверх старого.

**B9.**Запишите пропущенное слово.

По окончании экзамена Вы можете подать ……… о нарушении процедуры проведения экзамена.

**B10.**Что нужно сделать на бланке ответов в специальном прямоугольном поле?

**С1.**Опишитепроблему, возникшую в результате нарушения учащимся одного из правил проведения экзамена.

**С2.** Опишите жизненную ситуацию учащегося, успешно сдавшего ЕГЭ.

**С3.** Опишите жизненную ситуацию учащегося, получившего недостаточное количество баллов для поступления в выбранный им вуз.

*Спасибо!*

**Ответы к тестам**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Номер задания | Ответ | Номер задания | Ответ |
| **A1** | 1 | **B1** | ручкой |
| **A2** | 2 | **B2** | черным |
| **A3** | 2 | **B3** | да |
| **A4** | 1 | **B4** | организатор |
| **A5** | 3 | **B5** | 1 |
| **A6** | 2 | **B6** | 1 |
| **A7** | 3 | **B7** | 2 |
| **A8** | 1 | **B8** | символ |
| **A9** | 3 | **B9** | апелляцию |
| **A10** | 1 | **B10** | расписаться |

**Обработка результатов**

За каждый верный ответ части “А” эксперт ставит 1 балл, части “В” – 2 балла. Задания группы ”С” оцениваются от 5 до 10 баллов, по таким критериям, как: развернутость ответа, его подробность (детализированность), последовательность и глубина (философский смысл). Эксперт подсчитывает общее количество баллов и переводит их в оценку:

“3” – если набрано от 8 до 10 баллов;

“4” – от 12 до 28 баллов;

“5” – от 30 до 60 баллов.

Фамилия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Насколько для тебя важно успешная сдача ЕГЭ и получение аттестата?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Оцени, насколько успешно ты сдашь ЕГЭ? Что поможет тебе при сдачи ЕГЭ?А что помешает?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Какие твои особенности, качества личности помогут тебе в успешной сдачи ЕГЭ?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Какие твои особенности и качества личности могут привести к неуспешной сдачи ЕГЭ?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Какие усилия нужно приложить для успешной сдачи ЕГЭ? Есть ли они у тебя?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. В случае если ты не сдашь ЕГЭ, что дальше? Что это будет для тебя означать? Твои дальнейшие действия?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Испытываешь ли ты волнение, тревогу от того, что тебе предстоит сдавать ЕГЭ?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Оцени, насколько ты сможешь правильно распределить время и силы во время сдачи ЕГЭ? Что тебе поможет, а что наоборот, сможет помешать?­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Насколько для тебя важно успешная сдача ГИА и получение аттестата?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Оцени, насколько успешно ты сдашь ГИА? Что поможет тебе при сдачи ГИА?

А что помешает?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Какие твои особенности, качества личности помогут тебе в успешной сдачи ГИА?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Какие твои особенности и качества личности могут привести к неуспешной сдачи ГИА?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Какие усилия нужно приложить для успешной сдачи ГИА? Есть ли они у тебя?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. В случае если ты не сдашь ГИА, что дальше? Что это будет для тебя означать? Твои дальнейшие действия?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Испытываешь ли ты волнение, тревогу от того, что тебе предстоит сдавать ГИА?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Оцени, насколько ты сможешь правильно распределить время и силы во время сдачи ГИА? Что тебе поможет, а что наоборот, сможет помешать?­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерии оценивания |   | 9 кл. | 11кл. |
| 1. Хорошо пред­ставляют, как прохо­дит ЕГЭ | - | 64% | 93% |
| 2.Полагают, что смогут правильно распреде­лить время и силы во время ЕГЭ | - | 35% | 85% |
| 3.Знают, как вы­брать наилучший для себя способ выпол­нения заданий | - | 19% | 71% |
| 4.Считают, что ре­зультаты ЕГЭ важны для их будущего | - | 29% | 86% |
| 5. Волнуются, когда думают о предстоящем экзамене | - | 43% | 19% |
| 6. Знают, какие задания необходимо выполнить, чтобы получить желаемую оценку | - | 16% | 67% |
| 7. Думают, что у ЕГЭ есть свои преимуще­ства | - | 75% | 85% |
| 8. Считают, что могут сдать ЕГЭ на высо­кую оценку | - | 29% | 64% |
| 9. Знают, как можно успокоиться в труд­ной ситуации | - | 86% | 35% |
| 10. Понимают, какие качества могут  им помочь при сдаче ЕГЭ | - | 19% | 19% |
| 11. Думают, что смогут справиться с трево­гой на экзамене | - | 67% | 68% |
| 12. Достаточно мно­го знают  про ЕГЭ | - | 43% | 92% |
| 13. Чувствуют, что сдать этот экзамен не по силам им | - | 16% | 16% |

## Во время тестирования:

                    Пробегите глазами весь тест, чтобы увидеть, какого типа задания в нем содержатся.

                    Внимательно прочитаете вопрос до конца, чтобы правильно понять его смысл.

                    Если не знаете ответа на вопрос или не уверены, пропустите его, чтобы потом к нему вернуться. Начните с легкого! Начните отвечать на те вопросы, в знании которых Вы не сомневаетесь, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья.

                    Научитесь пропускать трудные или непонятные задания. Помните: в тексте всегда найдутся вопросы, с которыми Вы обязательно справитесь.

                    Думайте только о текущем задании! Когда Вы делаете новое задание, забудьте все, что было в предыдущем. Помните, задания в тестах не связаны друг с другом, поэтому знания, которые Вы применили в одном, решенном Вами, как правило, не помогают, а только мешают сконцентрироваться и правильно решить новое задание.

                    Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание всего на одном-двух вариантах, а не на всех пяти-семи.

                    Оставьте время для проверки своей работы, чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки.