

М.Ю. Чибисова

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ЕГЭ

РАБОТА С УЧАЩИМИСЯ,
ПЕДАГОГАМИ,
РОДИТЕЛЯМИ



Психолог в школе

М.Ю. Чибисова

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ЕГЭ

РАБОТА С УЧАЩИМИСЯ,
ПЕДАГОГАМИ, РОДИТЕЛЯМИ



МОСКВА
2009

УДК 159.9:378.637.015.325

ББК 88.8я73

Ч 583

БЛАГОДАРНОСТИ

Серия «Психолог в школе»

Чибисова М.Ю.

Ч 583 Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями. — М.: Генезис, 2009. — 184 с. — (Психолог в школе).

ISBN 978-5-98563-168-5

Единый государственный экзамен (ЕГЭ) радикально отличается от привычной формы проверки знаний, поэтому проблема психологической подготовки выпускников к экзамену приобретает особую актуальность.

Пособие является обобщением опыта практической работы с учениками одиннадцатых классов. Автор анализирует психологическую сущность ЕГЭ, трудности, которые могут возникнуть у выпускников. В книге описаны особенности психологической поддержки учащихся в ходе подготовки к экзамену, представлена программа работы с учащимися, педагогами и родителями. Приведены сценарии занятий для подготовки выпускников, семинаров для педагогов и родительских собраний.

Издание адресовано школьным психологам и педагогам.

ISBN 978-5-98563-168-5

УДК 159.9:378.637.015.325

ББК 88.8я73

© Чибисова М.Ю., 2008

© Издательство «Генезис», 2008

Эта книга никогда бы не состоялась, если бы не люди, с которыми автору посчастливилось встретиться на профессиональном пути.

Прежде всего хочется выразить искреннюю признательность начальнику Южного окружного управления образования Департамента образования города Москвы Нине Григорьевне Минько и директору Окружного методического центра Южного административного округа города Москвы Альбине Михайловне Константиновой за интерес, проявленный к теме, и возможность реализовать научные и практические идеи на базе школ округа.

Автор выражает глубокую благодарность:

- коллегам из лаборатории педагогической психологии Окружного методического центра, научным руководителем которой является автор, и прежде всего Лукмановой Елене Владимировне за обеспечение надежной базы, организационную поддержку всех начинаний и неизменно высокую профессиональную мотивацию;
- участникам обучающих семинаров по проблеме психологической подготовки к ЕГЭ — школьным психологам Южного округа — за возможность делиться идеями, атмосферу творчества и профессионального поиска;
- психологам и педагогам от Москвы до Нижнего Тагила, посетившим многочисленные семинары и выступления

автора по данной теме, за их ценные замечания, блестящие мысли и вопросы, побуждавшие к дальнейшим размышлениям;

- наконец, самые теплые слова благодарности — тем, кто пять лет назад впервые предложил автору заняться проблемой психологической подготовки к ЕГЭ, — сотрудникам издательства «Генезис».

Особую благодарность хочется выразить принимавшим участие в разработке и внедрении программы психологического сопровождения подготовки к ЕГЭ директорам и психологам школ Южного округа города Москвы №№1861, 933, 1998, 933, 1451, 1179, 1450, 1472, 839, 666, 438, 949, 980, 1526, 866.

ВВЕДЕНИЕ

Все мы неоднократно сдавали экзамены: когда заканчивали школы, поступали в институты, сдавали сессии. И все мы в целом представляем себе, что это такое. Но в настоящее время, когда система российского образования претерпевает значительные изменения, меняются форма и содержание выпускных и вступительных экзаменов.

На протяжении уже более 7 лет (с 2001 года) в Российской Федерации идет эксперимент по введению Единого государственного экзамена. Спустя 5 лет (в 2006 году) в сдаче ЕГЭ принимало участие свыше девятист пятидесяти тысяч школьников из 79 регионов нашей страны. По всей Российской Федерации более 2000 высших учебных заведений принимали результаты Единого государственного экзамена в качестве вступительных испытаний. В эксперименте, по мнению многих людей, регионы участвовали добровольно, однако на самом деле участие в них было обязательным для регионов, вузов и выпускников.

До 2009 года Единый государственный экзамен является экспериментом, он не обязателен для сдачи всеми выпускниками. Но так как вузы принимают лишь по результатам ЕГЭ, то данный экзамен приходится сдавать практически всем. Так, в 2006 году только в Москве в сдаче ЕГЭ принимало участие около 10 000 учеников. С 2009 года сертификат о сдаче ЕГЭ, содержащий баллы по различным предметам, будет действителен в течение двух лет. Свои результаты абитуриент сможет разослать в сотни вузов (если выбранные им вузы не требуют оригиналы

документов). Если абитуриенту не удастся поступить в вуз, то он имеет право на повторную сдачу экзамена через 2 года, затем еще через 2 года и т.д. (по данным сайта <http://www.ege.ru>).

Руководитель Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки Любовь Глебова на пресс-конференции в Москве сообщила, что в 2009 году во всех субъектах РФ ЕГЭ будет проводиться по единому перечню общеобразовательных предметов, установленному Минобрнауки РФ.

В образовательной среде по поводу данной формы экзамена высказываются различные, подчас полярные мнения.

Так, руководитель Департамента образования города Москвы Ольга Ларионова считает, что ЕГЭ не должен быть единственной формой оценки знаний и успеваемости выпускника. «Тестирование не лучшая форма проверки знаний школьника, и, оценивая ребенка, надо учитывать все его знания, приобретенные на протяжении обучения в школе, — заявила Ларионова. — Наиболее эффективной оценкой знаний ученика может стать система портфолио, которая позволит узнать о достижениях ребенка на протяжении всего образовательного процесса»*.

В то же время министр образования и науки РФ Андрей Фурсенко полагает, что ЕГЭ позволяет хоть минимально поддерживать уровень образования в России. И уже со следующего года ни одно высшее учебное заведение страны не будет вправе принять абитуриента, не предоставившего сертификат с результатами ЕГЭ**.

* Петренко В. ЕГЭ спасает родину. URL: <http://www.gazeta.ru> (Дата публикации: 10 июня 2008).

** Там же.

По словам Л. Глебовой, в настоящее время широко обсуждается проблема проведения ЕГЭ по обязательным предметам на двух уровнях (базовом и профильном). Существуют разные подходы к реализации этих двух уровней при проведении ЕГЭ: проведение двух экзаменов отдельно и проведение одного экзамена (более длительного), в котором часть заданий будет соответствовать стандарту базового уровня, а часть — стандарту повышенного уровня. Специалисты работают над созданием оптимальной модели. Решение по структуре контрольных измерительных материалов (КИМ) 2009 года будет принято в начале учебного года. «Однако, — заметила Глебова, — надо признать, что еще остаются вопросы, связанные с дальнейшим совершенствованием технологии, обеспечивающей проведение ЕГЭ, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья, для выпускников специальных учебно-воспитательных учреждений закрытого типа для детей и подростков с общественно опасным поведением, а также образовательных учреждений, созданных при учреждениях, исполняющих наказание в виде лишения свободы; обеспечением информационной безопасности; сокращением сроков обработки работ участников ЕГЭ и получения ими результатов ЕГЭ; совершенствованием контрольных измерительных материалов», — сообщает ИА «Регнум».

Опрос, проведенный фондом «Общественное мнение» в 46 регионах России 12–13 июля, показывает, что на протяжении последних трех лет общая доля информированных о ЕГЭ остается практически неизменной, хотя при этом снижается число тех, кто уверенно заявляет, что «знает» о ЕГЭ (48% в 2005 году, 45% — год назад, 39% — в 2008-м), и соответственно увеличивается доля тех, кто лишь «что-то слышал» о нем. В отношении россиян к ЕГЭ наблюдается неблагоприятная для

этого нововведения динамика. Сегодня одобрительно воспринимают его 18%, неодобрительно — 36% опрошенных (остальные затруднились ответить либо не отвечали на данный вопрос в силу полной неосведомленности о ЕГЭ). Год назад распределение ответов было принципиально иным: 28% одобрительных и 23% неодобрительных суждений. Главное преимущество ЕГЭ по сравнению с традиционной системой экзаменов состоит, по мнению респондентов, в том, что «результаты ЕГЭ засчитываются при поступлении в вузы» (10%; ответы давались в открытой форме).

По мнению 6% респондентов, ЕГЭ — более справедливый и объективный экзамен («лучше оцениваются знания»; «более точные оценки»; «все по одной системе, и поблажек нет»; «все равны»). Конкретизируя, по существу, это мнение, некоторые подчеркивали, что ЕГЭ исключает коррупцию («не подкупишь учителей»), что на этом экзамене «невозможно списать», «все сдают своими силами, без подсказок и шпаргалок» (по 2% суждений каждого типа).

Кто-то воспринимает ЕГЭ как более легкий способ сдачи экзамена, другие, напротив, полагают, что это — сложный экзамен, требующий серьезной подготовки (по 2%). Довольно часто (10%) респонденты заявляли, что никаких преимуществ в ЕГЭ они не видят.

На вопрос о недостатках ЕГЭ был получен целый спектр самых разнообразных ответов. Статистически наиболее весомую группу составили высказывания о необъективности, неадекватности этой системы оценивания знаний: «не выявляет реальные знания учеников»; «категорически не определяет степень образованности» (7%).

Претензии 3% респондентов адресованы содержанию экзаменационных заданий, которые, по их мнению, недостаточно

продуманы: «вопросы ненормальные»; «набор тестов далек от программы общеобразовательной школы»; «вопросы составлены не совсем правильно» и пр.

По мнению 5% участников опроса, в программу ЕГЭ входят слишком сложные вопросы и задания. Примерно о том же говорили 2% опрошенных, подчеркивая, что уровень знаний выпускников российских школ недостаточен для сдачи ЕГЭ. Некоторых респондентов отталкивает формальный, обезличенный подход, заложенный в систему ЕГЭ, они называли это «бездушным, нетворческим выявлением знаний» (4%).

Другие обращали внимание на процедурные погрешности данного подхода, связанные с компьютерными сбоями (2%), высокой вероятностью утечки информации (2%) и ролью случая («везение, а не проверка знаний»; «спортлото» — 1%).

Участники опроса говорили также о психологических проблемах, осложняющих жизнь выпускников (6%); отдельные респонденты указывали на стрессовое воздействие на школьников «чужих стен» и незнакомых лиц (1%).

Закон о Едином государственном экзамене*, по которому с 2009 года по ряду предметов ЕГЭ будет обязательным для выпускников всех российских школ, граждане воспринимают скорее неодобрительно. Однозначно его поддержал лишь каждый девятый респондент (11%), в то время как 54% считают, что у выпускников должно быть право выбора: сдавать экзамены в форме ЕГЭ или по прежней системе**.

* Федеральный закон № 17-ФЗ «О внесении изменений в Закон Российской Федерации «Об образовании» и Федеральный закон «О высшем и послевузовском профессиональном образовании» в части проведения Единого государственного экзамена» (подписан Президентом РФ 9.02.2007 г., № 17-ФЗ).

** См. URL: www.regnum.ru/news/1029174.html

Мы не будем высказываться ни «за», ни «против», поскольку ЕГЭ, как любой другой педагогический метод, имеет как сильные стороны, так и недостатки. Реальность такова, что ЕГЭ с каждым годом принимает все более широкий размах, а значит, важно не столько оценивать его целесообразность, сколько искать возможные пути поддержки выпускников.

Мы рассматриваем Единый государственный экзамен прежде всего как новую реальность в нашем образовательном пространстве, как радикально отличную от привычной форму экзамена, что ставит перед школой новые педагогические задачи.

Проблемы и перспективы, связанные с ЕГЭ, активно обсуждаются с тех самых пор, когда он впервые вошел в школьную жизнь. Вопросы подготовки школьников и педагогов к ЕГЭ рассматривались уже неоднократно.

Над этой проблемой активно работают методисты. Так, сформулированы рекомендации для учителей, разработаны нормативные материалы по ЕГЭ, проводятся методологические семинары, совещания и «круглые столы» для сотрудников образовательных учреждений, предлагаются материалы для проведения семинаров и курсов, готовятся рекомендации по организации и проведению обобщающего повторения, по использованию опубликованного материала тестовых заданий ЕГЭ в текущем учебном процессе. На официальном сайте Министерства образования, посвященном ЕГЭ (<http://www.ege.edu.ru>), представлено огромное количество различных материалов по Единому государственному экзамену для различных категорий читателей: самих выпускников, учителей выпускных классов, организаторов экзамена и т.д.

Но эти документы носят общий дидактический характер. Вместе с тем остается практически неосвещенной психологическая составляющая Единого государственного экзамена,

связанные с ним проблемы психологического характера и возможности психологической поддержки учеников. При рассмотрении проблемы подготовки к ЕГЭ исследователи упоминают важность психологического тренинга и психологической поддержки выпускников, их родителей и учителей выпускных классов, но дальнейшего развития и методического обеспечения эта тема не получает. Были также разработаны общие рекомендации для выпускников и их родителей, но они тоже, при всей их нужности и важности, во многом имеют обобщенный характер*.

А нужна ли вообще психологическая поддержка выпускников, сдающих ЕГЭ, и если нужна, то в какой форме она должна проходить? Мы предлагаем вашему вниманию свой ответ на этот вопрос. Для начала мы проанализируем сущность ЕГЭ с психологической точки зрения и понятие психологической готовности к ЕГЭ. Затем представим модель психологического сопровождения подготовки к ЕГЭ, включающую поддержку учащихся, сдающих Единый государственный экзамен, и взаимодействие психолога с их родителями и педагогами школы.

* Составители *Мартынова Т.Ф., Дьячкова С.П., Павлова Л.Е.* Центр аттестации и контроля качества образования Служба практической психологии РДРМЦ МО РС(Я) г. Якутск, 2001—2002 (URL: <http://www.ege.ru>).

Глава I

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЕДИНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА

Что представляет собой ЕГЭ?

Обратимся к словарю. Что говорит нам об экзамене всезнающий Даль? «Экзамен — *лат.* испытанье; предложенье вопросов, для узнания степени чьих-либо сведений. Не для знания, для экзамена учимся. Экзаменовывать кого, пытаться, испытывать, расспрашивая узнавать степень сведений его». С.И. Ожегов уточняет: «Экзамен — проверочное испытание по какому-нибудь учебному предмету».

В школьной реальности экзамен — это оценка конечного результата, анализ соответствия уровня развития выпускников образовательному стандарту. Он показывает, насколько выпускник обладает теми компетенциями (и не только образовательными), которые обеспечат его успешность на следующем возрастном этапе. И в современном российском образовательном пространстве для этой цели начали применять новый инструмент — ЕГЭ.

Единый государственный экзамен — это бесплатные выпускные экзамены по отдельным предметам, которые должны сдавать все выпускники полной общеобразовательной средней школы.

Единство этих экзаменов обеспечивается тем, что:

- а) их результаты одновременно учитываются в школьном аттестате и при поступлении в вузы,
- б) при проведении этих экзаменов на всей территории России применяются однотипные задания и единая шкала оценки, позволяющая сравнивать всех учащихся по уровню подготовки.

Единый государственный экзамен проводится в форме тестирования и рассчитан на 3—4 часа. Методической основой ЕГЭ являются контрольно-измерительные материалы (КИМ), разработанные в Москве по итогам Всероссийского конкурса. По результатам ЕГЭ школьники получают два документа: обычный школьный аттестат с оценками по пятибалльной системе и свидетельство о сдаче ЕГЭ, где указан балл по стобалльной системе.

Результаты ЕГЭ учитываются различными образовательными учреждениями:

- а) школами в аттестатах;
- б) вузами экспериментальных регионов не менее чем по 50% своих специальностей;
- в) некоторыми вузами неэкспериментальных регионов.

Введение ЕГЭ обусловлено различными причинами и имеет сразу несколько целей. Известно, что в настоящее время существует своего рода «разрыв» между школьным обучением и высшей школой. Уровень знаний, который обеспечивает школьная программа, оказывается недостаточным для поступления в вуз, что способствует процветанию института репетиторства, созданию подготовительных курсов при вузах

и т.д. Кроме того, оценки, полученные учениками различных школ, могут иметь разное «содержание», то есть «пятерка» в одном аттестате может совершенно не равняться «пятерке» в другом. Выпускники городских и сельских, столичных и провинциальных школ оказываются в изначально неравных условиях при поступлении в вуз. Для того чтобы изменить эту ситуацию, и был введен Единый государственный экзамен.

Во-первых, по мнению его создателей, он поможет обеспечить равные условия при поступлении в вуз и сдаче выпускных экзаменов в школе, поскольку при проведении этих экзаменов на всей территории России применяются однотипные задания и единая шкала оценки, позволяющая сравнивать всех учащихся по уровню подготовки.

Кроме этого, проводится ЕГЭ будет в условиях, максимально обеспечивающих достоверность результатов. Проверяться результаты будут на компьютерах или независимыми экспертами. Это, по мнению разработчиков, позволит сократить репетиторство и взяточничество.

Еще одна цель — попытка улучшения качества образования в России за счет более объективного контроля и более высокой мотивации на успешное его прохождение. Детей нужно хорошо готовить к экзаменам, чтобы они сдавали их успешно, чтобы их результаты можно было сравнивать, а учить выполнять такие задания — новая задача для наших учителей.

Наконец, еще одно немаловажное соображение — разгрузить выпускников-абитуриентов, сократив число экзаменов. Вместо выпускных и вступительных экзаменов они будут сдавать Государственные экзамены, их результаты одновременно будут учитываться и в школьном аттестате, и при поступлении в вузы. Более отдаленная цель ЕГЭ — содействовать справедливому перераспределению финансовых потоков между вузами. В сильные

вузы при этом вслед за более сильными абитуриентами пойдет больше денег.

Поэтапное введение Единого государственного экзамена, обеспечивающего совмещение государственной (итоговой) аттестации выпускников XI (XII) класса и вступительных испытаний для поступления в государственные образовательные учреждения среднего и высшего профессионального образования, предусматривается до 2009 года.

Как проходит экзамен?

Экзамен по каждому предмету включает вопросы и задания *трех разных типов*.

Задания типа А. Это наиболее легкие задания, в которых надо выбрать один ответ из четырех предложенных вариантов

Например:

Какой из русских князей в произведении древнерусской литературы «Слово о полку Игореве» изображен так: «Бьёшься ты впереди, прыщешь на воинов стрелами, гремишь о шлемы мечами булатными. Куда, Тур, поскачешь, своим золотым шлемом посвечивая, — там лежат поганые головы половецкие»?

Варианты ответа:

- 1) князь Игорь
- 2) князь Всеволод
- 3) князь Владимир
- 4) князь Святослав

Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.

Задания типа В. Задания этого типа чуть сложнее, они предполагают краткий свободный ответ (нужно записать только окончательный вариант: число, слово, словосочетание).

Например:

Как называется традиционная часть басни, в которой заключен основной авторский вывод?

Ответ: _____

Как правило, каждый верный ответ оценивается в 1 балл (иногда в 2 балла).

Задания типа С. Эти задания требуют развернутого свободного ответа (включающего словесное обоснование, математический вывод и т.п.). Они — наиболее сложные и высоко оцениваемые.

Например:

В чем смысл сопоставления автора и его героя в романе А.С. Пушкина «Евгений Онегин»: «Всегда я рад заметить разность между Онегиным и мной...»?

Правильное выполнение каждого задания типа С оценивается несколькими баллами.

Задания типа А составляют первую часть ЕГЭ. Задания типа В — вторую, задания типа С — третью. Экзамены по разным предметам содержат разное количество заданий категорий А, В и С. Однако общая закономерность такова, что заданий А боль-

ше, чем заданий В, а тех, в свою очередь, больше, чем заданий типа С. Общее число заданий в экзаменационных вариантах — от 30 (математика) до 80 (география).

Единый государственный экзамен проводится в аудитории, в которой находятся до 15 незнакомых друг с другом детей и 2 экзаменатора, которые не должны являться учителями этих детей и преподавать тот предмет, по которому сдается экзамен. Каждый ребенок получает индивидуальный пакет, который содержит КИМ, бланк регистрации ответов, бланк ответов № 1 (для заданий групп А и В), бланк ответов № 2 (для заданий С) и черновик. В бланк регистрации заносятся только результаты, то есть ученик выбирает правильный ответ, решает задачу и т.п., а затем отмечает соответствующий пункт или вписывает результат в бланк.

Задача сдающего ЕГЭ выпускника — набрать как можно больше баллов. При этом ученик сам может решить, какие задания ему решать, а какие — нет.

После окончания экзамена до выхода из здания ученик может подать апелляцию по процедуре проведения ЕГЭ и заявить претензию по содержанию работы, которую организаторы тестирования обязаны занести в протокол. Все апелляции по процедуре проведения принимаются в тот же день уполномоченным представителем Государственной экзаменационной комиссии. Претензии по содержанию работы рассматриваются организаторами тестирования.

По результатам проверки работы выпускник также может подать апелляцию. В этом случае изучается, правильно ли была проверена и оценена его работа, не было ли допущено технических ошибок при сканировании и обработке бланков ответа.

Ответы на задания типа «А» (выбор из вариантов) и типа «В» (краткие свободные ответы) проверяются на компьютерах, от-

веты на задания типа «С» (развернутые свободные ответы) проверяются независимыми экспертами. Вначале работают два независимых друг от друга эксперта из числа местных преподавателей, назначенных для этой работы местной госкомиссией. Проверив работу, эксперт проставляет в специальный машиночитаемый протокол уникальный локальный номер бланка и оценки за каждый ответ на задание. После этого информация автоматически вводится в компьютер и соответствующие файлы посылаются по глобальной сети в Москву — в Центр тестирования Минобробразования, где происходит автоматический подсчет баллов для каждого учащегося и сохранение результатов в сводной общероссийской базе данных.

Каковы критерии выставления оценок?

Эти критерии устанавливаются для каждого предмета отдельно, но при этом они одинаковы для всех регионов страны, школ и учащихся. Укажем основные ориентиры, в соответствии с которыми выставляются школьные оценки:

- на «тройку» надо выполнить по крайней мере половину заданий из первой части (по русскому языку — две трети);
- чтобы получить школьную «четверку», надо правильно выполнить половину всех заданий, при этом одно-два из второй или третьей части работы;
- для получения «пятерки» необходимо выполнить более трех четвертей всех заданий, одно из них должно быть из третьей части. Например, чтобы получить «5» по русскому языку, надо как минимум правильно выполнить ВСЕ задания из первой части и получить 20 баллов (из 22 возможных) за сочинение.

Подсчет баллов проводится в два этапа:

- А. Для школьного аттестата применяется очень простой способ — суммируется число правильных ответов, а также оценок, выставленных экспертами за развернутые ответы (задания типа «С»). Подсчитанный таким образом балл сравнивается с границами для «пятерки», «четверки» и т.п. Эти границы определяются по общим результатам выполнения экзаменов в год их проведения. Это означает, что в этом году для «пятерки» может быть достаточно, например, 70% правильно выполненных заданий, а в следующем году может потребоваться 75%.
- Б. Для стобалльного показателя, который идет в свидетельстве, производится более сложная математико-статистическая процедура, требующая расчета целого ряда промежуточных показателей. В частности, после того как все данные по стране собраны, выводится коэффициент трудности каждого задания, который участвует в формуле подсчета окончательного балла.

На период эксперимента принято следующее правило: при расхождении балла ЕГЭ (по пятибалльной шкале) и годовой оценки на один балл в аттестат идет более высокий, при расхождении в два балла — средний.

Какие возможности предоставляет ученику ЕГЭ? В чем плюсы такой формы экзамена для учащихся?

- Объективность оценки. Влияние не сложившихся отношений с педагогом или устойчивой «репутации троечника» фактически сведено к минимуму.

- Большие возможности для проявления самостоятельности и активности. Сдающий экзамен выпускник может сам определять стратегию своих действий, выбирать задания в соответствии со своим уровнем притязаний, формулировать претензии по поводу процедуры проведения экзамена и т.д.
- Меньшее влияние имеющихся у ученика пробелов в знаниях на конечный результат. На традиционном экзамене, если ученику достался вопрос, который он знает не очень хорошо, его оценка будет ниже. При сдаче ЕГЭ ученик может пропустить вопрос, выбрав для ответа те, которые он знает лучше, и это не окажет кардинального влияния на результат экзамена.

Для того чтобы лучше понять, что представляет собой ЕГЭ, рассмотрим его с нескольких точек зрения. Прежде всего сравним его с традиционным экзаменом. Затем определим его специфическое место в современном образовательном пространстве.

Даже на первый взгляд очевидно, что устные экзамены отличаются от ЕГЭ кардинально, а традиционные письменные тоже представляют собой нечто принципиально иное, поскольку не проводятся в форме тестирования.

Таким образом, мы видим, что в традиционном экзамене гораздо меньшую значимость имеют объективность и равенство всех выпускников, но значительным ресурсом является возможность использовать сложившуюся систему отношений. Кроме того, если традиционный экзамен делает акцент на знании, то ЕГЭ требует умения оперировать большим объемом информации. Представляется важным отметить, что ни один из данных

Сравнительный анализ традиционного экзамена и ЕГЭ

Характеристики	Традиционный экзамен	Единый государственный экзамен
Что оценивается?	Важны не просто фактические знания, а умение их преподнести. Уровень развития устной речи может позволить «скрыть» пробелы в знаниях.	Оцениваются фактические знания и умение рассуждать, решать.
Что влияет на оценку?	Большое влияние оказывают субъективные факторы: контакт с экзаменатором, общее впечатление и т.д.	Оценка максимально объективна.
Возможность исправить собственную ошибку	На устном экзамене — во время рассказа или при ответе на вопрос экзаменатора, на письменном — при проверке собственной работы.	Практически отсутствует.
Кто оценивает?	Знакомые ученику люди.	Незнакомые эксперты.
Когда можно узнать результаты экзамена?	На устном экзамене — практически сразу, на письменном — в течение нескольких дней.	Через сравнительно более длительное время.
Критерии оценки	Известны заранее.	Уточняются уже после завершения экзамена.
Содержание экзамена	Ученик должен продемонстрировать владение определенным фрагментом учебного материала (определенной темой, вопросом и т.д.).	Экзамен охватывает практически весь объем учебного материала.
Как происходит фиксация результатов?	На письменном экзамене — на том же листе, на котором выполняются задания. На устном — на черновике.	Результаты выполнения задания необходимо перенести на бланк регистрации ответов.
Стратегия деятельности во время экзамена	Унифицированная.	Индивидуальная.

полюсов не является выигрышным или проигрышным. Любой экзамен — это прежде всего измерительный инструмент, показывающий качество усвоения знаний, образовательный стандарт, задающий нормы, которым должен соответствовать уровень подготовки выпускника. Ученик будет успешен при сдаче экзамена, если система обучения сформировала у него именно те навыки и функции, которые требуются для данной формы экзамена. А эти функции во многом различаются в традиционном экзамене и ЕГЭ.

Анализ современной образовательной практики показывает, что в настоящий момент существует своего рода методический разрыв между сложившейся системой обучения и ЕГЭ как методом оценки ее эффективности. То есть педагог формирует одни знания, умения и навыки, а для ЕГЭ требуются другие, причем пока не очень ясно, какие именно и как их формировать. Следствием этого является восприятие новой формы экзамена как чужеродного феномена, представление о том, что он препятствует развитию ребенка, а также превращение подготовки к ЕГЭ в натаскивание. ЕГЭ пока не стал органичным элементом школьной системы.

Значит ли это, что ЕГЭ задает искусственные нормативы, никак не связанные со сложившейся системой образования? Мы склонны говорить о том, что перед специалистами в области образования стоит задача интеграции новых ценностей образования, новых стандартов и методического обеспечения достижения этих стандартов.

Хотелось бы подчеркнуть, что подобная ситуация, с нашей точки зрения, не должна рассматриваться как непреодолимое препятствие на пути педагога или же как возможность снять с себя ответственность за подготовку ребенка. Напротив, мы считаем, что с профессиональной точки зрения более продуктив-

ным будет рассмотрение этой ситуации как педагогической задачи, требующей решения. Мы не берем на себя задачу разработки методических средств, а лишь отмечаем отсутствие разработанного методического инструментария, согласованного с таким образовательным стандартом, каким является ЕГЭ.

Как эта ситуация отражается на педагогах, занимающихся подготовкой старшеклассников к ЕГЭ?

У педагогов она вызывает особую тревогу, поскольку результативность сдачи ЕГЭ влияет на оценку профессиональной компетентности учителя. Как показало анкетирование педагогов, проведенное в школах Южного округа г. Москвы педагогами-психологами Т.А. Богачевой и В.В. Галатоновой по нашей инициативе, у подавляющего большинства педагогов крайне отрицательное отношение к новой форме экзамена, преобладают чувства тревоги, беспокойства, раздражения, ощущение бессилия и неуверенности в себе. Учителя считают, что эта форма не всегда объективна и часто не соответствует реальным знаниям учащихся. Обозначенный нами методический разрыв также усиливает негативное эмоциональное состояние учителя.

Наконец, нельзя не отметить наличие в образовательной среде феномена, который мы условно называем «*мифология*» *ЕГЭ*. Под мифологией мы понимаем иррациональные, неосознаваемые, эмоционально нагруженные убеждения и установки, отражающие отношение к ЕГЭ. Наш опыт обсуждения Единого государственного экзамена в самых различных аудиториях (выпускники, педагоги, психологи, администрация школы) показывает, что вести дискуссии на эту тему бывает непросто зачастую именно вследствие наличия данных установок. Конечно, проявляться они будут по-разному: дети говорят о том, что «ЕГЭ сдать невозможно», педагоги — о нереалистических требованиях и некорректно сформулированных заданиях, ро-

дители — о том, что «где-то в других регионах все куплено и дети получают только пятерки». Как правило, подобные высказывания сопровождаются сильными эмоциями: тревогой, гневом, страхом. Перевести подобную дискуссию, напоминающую описанную Э. Берном игру «Какой ужас!», в более конструктивное русло бывает сложно.

Существование подобной мифологии с психологической точки зрения вполне понятно и объяснимо. Действительно, высокий уровень тревоги, необходимость быстро адаптировать методы работы для оптимальной подготовки выпускников, недостаток объективной и подробной информации о самом экзамене, его целях и процедуре — все эти факторы обуславливают появление того, что мы называем «мифологией».

Таким образом, если кратко подвести итоги, то становится ясно, что Единый государственный экзамен — это специфический образовательный стандарт, который на данном этапе находится в процессе от-refлексирования и методической интеграции в сложившуюся систему образования.

Глава II

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ ВЫПУСКНИКА К ЕГЭ

Разработка проблемы психологической подготовки к ЕГЭ должна опираться на общее представление о его месте в системе образовательной работы школы. ЕГЭ как выпускной экзамен выступает своего рода интегральным показателем продуктивности ее работы. Для нас системообразующим ориентиром в процессе психологической подготовки к ЕГЭ является понятие психологической готовности выпускника, которую мы понимаем как сформированность психических процессов и функций, личностных характеристик и поведенческих навыков, обеспечивающих успешность выпускника при сдаче ЕГЭ, и рассматриваем как интегральный результат работы школы.

В основе структуры готовности к ЕГЭ лежит анализ трудностей, с которыми сталкиваются ученики при сдаче экзаменов. Остановимся на анализе этих трудностей подробнее.

В зависимости от причины возникновения мы выделяем три группы трудностей: когнитивные, личностные и процессуальные.

Когнитивные трудности

Это трудности, связанные с особенностями переработки информации, со спецификой работы с тестовыми заданиями. Мы не будем останавливаться на объеме и упорядоченности знаний учащегося — это в большей степени педагогическая проблема. Предположим, что мы имеем дело с учеником, который в достаточном объеме владеет учебным материалом.

Прежде всего значительную трудность может представлять сама *работа с тестовыми заданиями*. Хотя в настоящее время метод тестирования все шире применяется для проверки знаний учащихся, но реальность школьной практики не успевает за изменениями. В большинстве случаев обучение проводится традиционными методами. Тестирование предполагает формирование особых навыков: умение выделять существенные стороны в каждом вопросе и отделять их от второстепенных, умение оперировать фактами и положениями, вырванными из общего контекста. Традиционное обучение на этом, как правило, не заостряет внимание. Напротив, акцент делается на связности изложения, умении выстраивать взаимосвязи в рамках отдельной темы.

Процедура ЕГЭ требует особой *стратегии деятельности*: ученику необходимо определить для себя, какие задания и в каком соотношении он будет выполнять. И здесь мы сталкиваемся с еще одной специфической проблемой, о которой уже упоминали. При традиционной форме проведения экзамена способы подготовки и организации деятельности во время экзамена более или менее одинаковы: на письменном экзамене ученики имеют стандартный набор заданий, с которым они должны справиться, на устном требуется изложить заранее выученное содержание экзаменационного билета. Как правило,

вариантов здесь не предусмотрено. А в случае ЕГЭ выбор стратегии деятельности становится ключевым моментом, поскольку это во многом определяет экзаменационную оценку. Следование какой-то рекомендуемой, а не индивидуальной, эффективной для себя стратегии работы приводит к тому, что человек делает не то, что ему удобно, а то, что ему сказали, и это в конечном счете отрицательно влияет на результаты.

Выбор оптимальной стратегии также может представлять некоторую трудность для ученика. На этот процесс оказывает влияние множество факторов.

Например, он может зависеть от уровня притязаний учащегося. Неумение адекватно оценивать свои возможности (завышенный или заниженный уровень притязаний) может привести к выбору неэффективной для себя стратегии (например, попытка обязательно, во что бы то ни стало решить задание группы С, не доделав задания группы А). Выбор стратегии, не соответствующей ожидаемому и возможному результату, может быть обусловлен и тем, что у ребенка отсутствует информация о том, каким образом работа будет оцениваться (то есть фактически о том, к какому результату приведут те или иные стратегии).

Выбранная стратегия определяет также особенности планирования и распределения времени. Для того чтобы справиться с заданиями ЕГЭ, требуется рационально распределить имеющийся временной промежуток в соответствии с выбранной стратегией и сложностью каждого задания: решить, сколько времени отвести на задания каждой группы, причем, скажем, на задания группы А его требуется меньше, чем на задания группы С. Неумение выпускника планировать время приводит к тому, что у него возникает страх не успеть, а это, в свою очередь, способствует нерациональному распределению времени и снижает результаты экзамена.

Таким образом, для преодоления когнитивных трудностей необходимо двигаться в двух направлениях: помогать выпускнику осваивать навыки работы с тестами и вырабатывать индивидуальную стратегию деятельности. И если навыки работы — это в большей степени педагогическая задача, то выработка индивидуальной стратегии — это задача психологическая.

В данном контексте под индивидуальной стратегией деятельности мы понимаем совокупность приемов и способов работы, которые в соответствии со своими личностными особенностями использует ученик и которые позволяют ему добиться наилучших результатов на экзамене.

Личностные трудности

Эти затруднения обусловлены особенностями восприятия учеником ситуации экзамена, его субъективными реакциями и состояниями.

Прежде всего к личностным трудностям отнесем высокий уровень тревоги.

Безусловно, стрессовой является сама *ситуация экзамена*. На экзамене ученик должен за ограниченное количество времени продемонстрировать свои знания по определенному вопросу предмета или справиться с предложенными заданиями, причем результаты этой деятельности будут оцениваться. Ребенок показывает, чего он на самом деле добился, каковы в действительности его знания. Традиционно в нашей школьной системе экзамены наделяются особой значимостью, а успешность или неуспешность ребенка при сдаче экзамена активно обсуждается родителями и педагогами: «Все экзамены сдал на пятерки» или «Ужас, завалил математику». Экзамен — это не просто рядовая проверка знаний, это кульминацион-

ный момент, готовиться к которому начинают заранее: «Как же ты с такими знаниями будешь сдавать экзамены?!» Стресс на экзамене связан с тем, что эта процедура напрямую связана с самооценкой ребенка: насколько я действительно умен, насколько могу справиться с предложенными заданиями? Дефицит времени значительно повышает тревогу ученика, появляется страх «не успеть».

Что усугубляет психологические трудности ученика?

В первую очередь это *отсутствие полной и четкой информации о процедуре* Единого государственного экзамена. При традиционной форме сдачи экзамена он может рассчитывать на поддержку со стороны взрослых, старших товарищей, учителей. Все они так или иначе сталкивались с экзаменом на различных этапах своей жизни и могут поделиться опытом: «Когда я сдавал экзамены (заканчивал школу и т.д.), я делал так». ЕГЭ — это нечто новое не только в опыте ученика, но и в опыте окружающих его людей. Они не могут поддержать его, потому что у них это было не так! Известно, что дефицит информации повышает тревогу. В ситуации ЕГЭ фактически этот дефицит не может компенсировать никто: ни родители, ни учителя, ни старшие товарищи.

Традиционно ситуация экзамена в школе во многом смягчается тем, что детей окружают знакомые люди. Вне зависимости от того, как учителя относятся к ребенку, их поведение предсказуемо, что во многом способствует снижению тревоги, которую испытывает ребенок. Фактически на традиционном экзамене ученик, с одной стороны, находится в ситуации большей психологической защищенности. С другой стороны, конечно, эта защищенность может оборачиваться необъективностью педагога («Это не я так плохо знаю, это меня учитель завалил»). Но даже такая необъективность может поддерживать уче-

ника, поскольку позволяет ему «сохранить лицо»: обесценивание учителя помогает поддерживать собственную самооценку, а мысль о том, что «вступительные экзамены в институт еще покажут, как я знаю на самом деле», тоже снижает тревогу.

При сдаче ЕГЭ выпускники лишены такой поддержки. Там все чужое — люди, дети, помещение. Принимают и оценивают результаты экзамена незнакомые люди, что приводит к повышению тревоги и недостаточной сконцентрированности на задании.

Раньше выпускные экзамены традиционно считались своего рода «репетицией» вступительных экзаменов, что в значительной мере способствовало снижению тревоги при поступлении в институт. ЕГЭ — это сразу два экзамена: выпускной и вступительный — и это повышает его субъективную значимость, а следовательно, и уровень тревоги учащихся.

Подытоживая все сказанное, отметим, что основное следствие личностных трудностей — это повышенный уровень тревоги учащихся на экзамене, что приводит к дезорганизации деятельности, снижению концентрации внимания и работоспособности. Тревога — это весьма энергоемкое занятие. Чем больше ребенок тревожится, тем меньше сил у него остается на учебную деятельность.

Помимо тревоги, к личностным трудностям отнесем наличие *«мифологии»* ЕГЭ (о ней мы упоминали выше).

Наконец, хотя в педагогической среде сложилось представление о том, что ЕГЭ — это форма контроля, которая ориентирована на стандарт, а не на индивидуальность, однако содержательный анализ показывает, что данная форма выпускного экзамена обладает высокой вариативностью и предоставляет значительные возможности для индивидуализации стратегии деятельности. Сдающий экзамен выпускник может сам опре-

делять стратегию своих действий, выбирать задания в соответствии со своим уровнем притязаний, формулировать претензии по поводу процедуры проведения и т.д.

Необходимо также принять решение о том, какой результат будет желаемым и реально достижимым. Например, для одного «сдать успешно» — означает получить «3», для другого — «4», для третьего — набрать минимум 75 баллов (поскольку в его вуз объявили именно такой проходной балл), а для кого-то — минимум 91 или 99 баллов.

Выделяют следующие ступени самоопределения при сдаче ЕГЭ:

- формулирование индивидуальной цели сдачи экзамена;
- использование индивидуальной стратегии деятельности на экзамене;
- выбор из предложенных вариантов ответа.

Таким образом, мы видим, что успешность сдачи ЕГЭ требует сформированности личностного самоопределения как на смыслообразующем, так и на технологическом уровне. Это положение ставит перед нами новые ориентиры в подготовке к ЕГЭ, показывая важность не только знаний и навыков по предмету и обозначая личностное самоопределение выпускников как необходимое условие успешности данной работы.

Процессуальные трудности

Это проблемы, которые связаны с самой процедурой Единого государственного экзамена. Мы уже говорили о том, что эта процедура во многом имеет инновационный, непривычный для детей характер, что может явиться причиной значительных трудностей на экзамене.

Можно выделить несколько групп процессуальных трудностей.

- *Трудности, связанные со спецификой фиксирования ответов.* Процедура ЕГЭ предполагает особую форму заполнения бланков, которая является непривычной для учащихся. В ситуации традиционного экзамена дети фиксируют свои ответы на том же листе, где записаны вопросы, по необходимости пользуясь черновиком. Задание и ответ в такой ситуации представляют собой нечто целостное, что позволяет при проверке обнаружить возможные ошибки. Процедура ЕГЭ разводит вопрос и ответ, что создает детям дополнительные сложности. У них может возникать страх ошибиться при заполнении бланка. Возможны также трудности с кодированием-раскодированием информации (соотнесением содержания и соответствующего ему номера).
- *Трудности, связанные с ролью взрослого.* Обычно на экзамене педагог, особенно работающий в данном классе, совмещает функции поддержки и оценки. В ситуации ЕГЭ присутствующие педагоги — это только наблюдатели, что также может повышать тревогу у выпускников.
- *Трудности, связанные с критериями оценки.* Контраст с привычными традиционными проверочными процедурами действительно велик (обычно — личный контакт с экзаменатором, здесь — отсутствие такового, обычно — развернутый ответ, здесь — лаконичный и т.п.).
- *Трудности, связанные с незнанием своих прав и обязанностей.* ЕГЭ предоставляет выпускнику значительно более активную позицию, нежели традиционная школьная система. Обычно ученики не имеют права оценивать содер-

жание предлагаемого им задания и тем более оспаривать полученные ими оценки, тогда как процедура ЕГЭ предполагает обе эти возможности. Естественно, что в ситуации традиционного школьного обучения у ученика не формируется умение открыто заявлять о себе (задавать уточняющие вопросы, говорить о своих правах), тем более в незнакомой аудитории, незнакомому взрослому.

В результате ученик может упустить возможность подать апелляцию или будет вынужден работать с некачественным материалом (если побоится сказать о том, что ему, к примеру, достались нестандартные, бракованные бланки).

Процессуальные трудности вызваны в основном недостаточным знакомством с процедурой экзамена. Чтобы их преодолеть, следует провести предварительную работу с детьми и еще до экзаменов убедиться в том, что они овладели специфической процедурой ЕГЭ.

Проведенный под нашим руководством мониторинг в школах Южного округа г. Москвы позволил сформулировать *рейтинг трудностей выпускников*.

1. Неадекватные и нереалистические установки по поводу ЕГЭ.

Сильный эмоциональный негатив и ярко выраженные предубеждения — вот первая в нашем рейтинге трудность, с которой сталкивается выпускник.

2. Отсутствие осведомленности по поводу возможных стратегий деятельности.

Абсолютное большинство учащихся не имеют осознанной стратегии и даже не подозревают о возможности

ее существования. В крайнем случае они просто пропускают незнакомые им вопросы.

3. Высокий уровень тревоги.

Итак, анализ трудностей позволил нам выделить следующие структурные компоненты готовности выпускника к сдаче ЕГЭ: познавательный, личностный и процессуальный.

Составляющие познавательного компонента, которые способствуют успешной сдаче ЕГЭ:

- высокая мобильность, переключаемость;
- высокий уровень организации деятельности;
- высокая и устойчивая работоспособность;
- высокий уровень концентрации внимания, произвольности;
- четкость и структурированность мышления, комбинаторность;
- сформированность внутреннего плана действий.

Познавательный компонент подразумевает не столько знания, сколько сформированность учебной деятельности и навыков самоорганизации. Необходимо отметить, что этот компонент формируется на протяжении всего времени обучения ребенка в школе, некоторые его составляющие уходят корнями в начальную и среднюю школу. Следовательно, он в наименьшей степени поддается экстренной коррекции. Важно понимать, что на завершающем этапе обучения в школе данные характеристики сформировать с нуля невозможно, психолог может лишь помочь ребенку максимально продуктивно исполь-

зовать уже сформированные навыки. Вопрос о том, как формировать функции, обеспечивающие успешную переработку информации во время ЕГЭ, необходимо задавать уже с самого начала обучения ребенка в школе.

Составляющие личностного компонента:

- наличие собственного адекватного мнения о ЕГЭ, отсутствие нереалистической «мифологии»;
- адекватная самооценка — умение адекватно оценить свои знания, умения, способности;
- самостоятельность мышления и действий, способность к самоопределению;
- оптимальный уровень тревоги (отсутствие как чрезмерно высокого, дезорганизующего ее уровня, так и заниженной тревоги, приводящей к снижению мотивации).

Личностный компонент подразумевает наличие у выпускника определенной личностно-смысловой позиции, позволяющей осознанно выстроить стратегию деятельности на экзамене. Этот компонент скорее связан с общим настроением ребенка на экзамен. Некоторые его составляющие (прежде всего способность к самоопределению) также являются результатом работы школы на протяжении всего периода обучения ребенка, тогда как другие (например, адекватное мнение) более подвержены психолого-педагогическому воздействию.

Составляющие процессуального компонента:

- знакомство с процедурой экзамена;
- навыки работы с тестовыми материалами;

- умение устанавливать контакты в незнакомой обстановке и с незнакомыми людьми;
- владение способами управления своим состоянием (саморегуляция, релаксация).

Процессуальный компонент максимально технологичен и в максимальной степени поддается коррекции.

Очевидно, что познавательный компонент является результатом систематической работы школы. Можно ли сказать, что личностный и процессуальный компоненты в меньшей степени нуждаются в подобной проработке? Как показывает мониторинг, даже после проведения репетиционных экзаменов выпускники не могут выделить продуктивные и неэффективные стратегии деятельности, если с ними не ведется целенаправленной работы. Это позволяет утверждать, что формирование процессуального и личностного компонентов также не проходит стихийно, выпускники нуждаются в целенаправленном психолого-педагогическом сопровождении.

Итак, содержательно проанализировав психологическую готовность выпускника к сдаче ЕГЭ, мы видим, что она является не только результатом работы психолога, но и в некотором смысле продуктом образовательной среды школы. Это ставит перед нами новый вопрос: какова роль психолога в процессе формирования готовности выпускника к ЕГЭ?

Глава III

ЗАДАЧИ И СТРАТЕГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ К ЕГЭ

Введение и содержательный анализ понятия психологической готовности к ЕГЭ позволяют нам заявить, что психолог, работающий непосредственно с выпускниками, не может брать за задачу формирования этой готовности, поскольку подобные цели попросту недостижимы. Вопрос о том, как школа в целом формирует готовность ребенка к сдаче экзамена, представляет собой непростую научную и практическую проблему, так что мы, понимая всю ее важность, сконцентрируемся на работе с выпускниками. Определим основную цель психологической подготовки выпускников к ЕГЭ как «скорую помощь» на основе уже сформированных навыков и функций. Исходя из этого, сформулируем частные цели психологической подготовки учащихся к ЕГЭ:

1. Ознакомление с процедурой ЕГЭ.
2. Формирование адекватного реалистичного мнения о ЕГЭ.
3. Формирование конструктивной стратегии деятельности на экзамене.

В зависимости от специфики образовательного учреждения, контингента выпускников, состава психологической службы и ряда других параметров психолог ставит перед собой именно те задачи, которые актуальны в данной конкретной школе.

Для достижения поставленных целей возможны две стратегии деятельности психолога:

- *Ресурсно-ориентированная стратегия.* Она направлена на поиск сильных сторон учащихся и путей их использования на этапе подготовки и на самом экзамене.
- *Технологически-ориентированная стратегия.* Ее цель — освоение некоторой технологии, последовательности действий, обеспечивающих успешность выпускника.

Для более корректного планирования содержания работы с выпускниками можно использовать разработанные нами анкеты (см. Приложение 1). Они не валидизированы и имеют ориентировочный характер. Анкета «Готовность к ЕГЭ» позволяет выделить основные трудности, характерные для выпускников, анкета «Анализ пробных экзаменов» позволяет отразить опыт, полученный во время сдачи репетиционного экзамена, анкета «Определение детей группы риска» позволяет выделить наиболее уязвимых в психологическом плане учеников. По итогам анкетирования психолог может более корректно определить фокус своей работы.

Опишем возможные методы психологической подготовки к ЕГЭ в зависимости от стоящей перед психологом цели.

Цель 1. Ознакомление с процедурой ЕГЭ

Как мы уже отмечали, успешность сдачи этой формы экзамена во многом зависит от знакомства учащихся с данной специфической процедурой (процессуальный компонент готовности). Вместе с тем именно такой ракурс часто оказывается «белым пятном» при подготовке к ЕГЭ. Как показывает анализ практики, учитель-предметник при подготовке к ЕГЭ в основном делает акцент на предметном содержании материала, а процедурные аспекты невольно отходят на второй план.

Для достижения этой цели нами применяются следующие формы работы:

- *Рассказ с последующим обсуждением.*
- *Просмотр видеозаписи с последующим обсуждением.*

Использование наглядных средств в презентации новой информации является одним из наиболее известных психолого-педагогических приемов, способствующих повышению результативности работы. В психологической подготовке к ЕГЭ мы в качестве наглядных материалов используем видеозаписи экзамена. Они имеют постановочный характер, поскольку запись реального экзамена невозможна (да и нежелательна, как дополнительный стрессовый фактор). Это позволяет отобрать наиболее существенные моменты процедуры экзамена и отразить их в записи. В подготовленных нами записях мы обратили особое внимание на следующие процедурные моменты:

1. Общая ситуация экзамена: обстановка в школе и классе, процесс регистрации учеников, предъявление паспорта, размещение учеников за партами и т.д.

2. Начало экзамена: чтение инструкции, запись на доске времени начала и окончания экзамена и т.д.
3. Раздача конвертов с материалами экзамена.
4. Начало работы: заполнение бланков и т.д.

Данные видеозаписи могут демонстрироваться как выпускникам, так и родителям (например, во время родительского собрания). Просмотр сопровождается обсуждением возможных трудностей и ресурсов процедуры.

Необходимо отметить, что опыт использования такой формы работы оказывает также своеобразное коррекционное воздействие и способствует снижению тревоги. Пугающая и незнакомая процедура оказывается логичной и понятной.

- *Игра-драматизация* также является эффективным методом, обеспечивающим знакомство с процедурой ЕГЭ. С содержательной стороны игра-драматизация представляет собой проигрывание процедуры экзамена на знакомом материале (юмористическом или общеизвестном). Проведение такой игры позволяет в эмоционально комфортной и безопасной форме освоить основные элементы процедуры экзамена, поскольку знакомое и/или юмористически окрашенное содержание создает благоприятную атмосферу и позволяет сконцентрироваться именно на процессуальных сторонах экзамена. Игра максимально точно воспроизводит основные процедурные моменты экзамена (задания вложены в конверты и т.д.). Например, мы используем «настоящие» экзаменационные бланки. В качестве профилактики возможных трудностей на экзамене мы рекомендуем при проведении данной игры

смоделировать ситуации, совладание с которыми может представлять определенные сложности для учащихся, например, в некоторые конверты кладется неполный комплект материалов. Для повышения мотивирующего потенциала игры она завершается игровым «поступлением» в учебные заведения (которые также могут быть как реальными, так и фантастическими) на основе количества набранных баллов.

Участница эксперимента по внедрению программ психологического сопровождения подготовки к ЕГЭ, который проходит под руководством автора в Южном административном округе Москвы, педагог-психолог школы № 666 ЮАО О.В. Еремина разработала тест, включающий вопросы и задания по процедуре и правилам ЕГЭ, отражающие общую структуру заданий ЕГЭ (см. Приложение 2). Их также можно использовать для ознакомления с процедурой ЕГЭ.

Цель 2. Формирование адекватного мнения о ЕГЭ

Эта цель направлена на преодоление «мифологии», содержание которой было раскрыто ранее, а также формирование личностно-смыслового отношения к ЕГЭ (личностный компонент готовности).

Проработка «мифологии» является необходимым условием продуктивной работы по подготовке к ЕГЭ. Если этот этап пропущен, то в дальнейшем негативные предубеждения будут препятствовать продуктивной работе. Основной целью проработки является осознание существующих предубеждений и их об-

суждение в группе, что позволяет в результате сформировать более позитивное отношение к ЕГЭ.

С нашей точки зрения, оптимальным методом в данном случае является групповая дискуссия. Целью такой дискуссии будет не достижение участниками единого мнения, а свободное обсуждение позиций и мнений по обозначенному ведущим вопросу. Важно отметить, что перед ведущим не стоит задача формирования предельно позитивного отношения. Как показывает практика, свободное обсуждение этой проблемы в группе позволяет выразить собственные страхи и тревоги, поделиться своими соображениями с другими членами группы и в конечном счете найти ресурсные моменты в новой форме экзамена. Ведущему необходимо владеть фактической информацией, с помощью которой он может проиллюстрировать обсуждение темы. (Например, известно, что введение ЕГЭ имеет большое позитивное значение для тех регионов России, где в силу природных условий у выпускников нет возможности часто покидать место проживания для сдачи нескольких экзаменов. Это касается, к примеру, Якутии.) Как правило, в ходе дискуссии участники, высказав свои опасения и услышав разные точки зрения, в конечном счете начинают занимать более конструктивную позицию.

Приведем пример дискуссии, используемой нами при работе с выпускниками и родителями.

«Шкала согласия». Возможны два варианта проведения этого упражнения.

Вариант 1. Ведущий обозначает в комнате два крайних полюса: согласия и несогласия. Например, крайнее согласие — у окна, крайнее несогласие — у двери. Затем он пред-

лагает участникам различные утверждения и просит их занять позицию в пространстве, отражающую степень согласия или несогласия с данным утверждением. После этого ведущий просит желающих прокомментировать свою позицию.

Вариант 2. Шкалы рисуются на бумаге, и участников просят обозначить свою позицию в виде точки на линии. В остальном упражнение проводится аналогично.

Варианты утверждений для выражения степени согласия или несогласия:

- Я много знаю о процедуре проведения ЕГЭ.
- ЕГЭ предоставляет школьникам новые возможности.
- Сдать ЕГЭ мне по силам.

Сформированность личностно-смыслового отношения к экзамену имеет большое значение при подготовке к ЕГЭ. Это своего рода фундамент, на который надстраиваются любые технологии. Безусловно, огромную роль в формировании отношения играет семья, но для психолога также остается возможность повлиять на него. Для работы с этой проблемой мы рекомендуем использовать упражнения, направленные на поиск места экзамена в жизни выпускника.

Приведем в качестве примера упражнение «Дом знаний».

«Дом знаний». Детям предлагается представить, что все знания, весь опыт, которые они получили за время обучения в школе, превратились в дом. Этот дом необходимо нарисовать, решив для себя, какого он будет размера, какие в нем будут элементы и т.д. По завершении рисунка детям предлагается решить, каким элементом дома будут

выпускные экзамены. При обсуждении работы важно обратить внимание детей на то, что экзамен представляет собой неотъемлемую часть их школьной жизни, что он как бы завершает здание, которое строилось в течение 11 лет.

Мы полагаем, что при дефиците времени на подготовку к экзамену стоит сделать акцент именно на преодолении «мифологии» и формировании ценностно-смыслового отношения.

Цель 3. Формирование конструктивной стратегии деятельности на экзамене

Как показывают наши исследования, к сожалению, даже после опыта сдачи пробных или репетиционных экзаменов ребенок не в состоянии сформулировать для себя наиболее продуктивную стратегию деятельности. Для достижения этой цели необходима специальная работа.

Она может проводиться в различных формах:

- *Фронтальная форма* (охвачены все выпускники). В этом случае подготовка может происходить в виде классных часов или психологических занятий. Достоинством такой формы является экономия времени и возможность охватить большое количество учащихся, но возможность обеспечить индивидуальный подход в этом случае меньше.
- *Индивидуальная форма* (консультации) максимально обеспечивает адресность рекомендаций, но наиболее трудоемка.

При групповой форме работы учащиеся делятся на мини-группы (до 8—10 человек), с которыми и работает психолог. Критерием для деления могут выступать схожие особенности учебной деятельности. Такая форма, с одной стороны, достаточно экономична по времени, а с другой — обеспечивает возможность дифференцированной работы по проблеме подготовки к экзамену.

Работу по формированию конструктивной стратегии деятельности на экзамене мы рекомендуем строить в несколько *этапов*.

1. Анализ особенностей учебной деятельности. Данный анализ может опираться на различные источники:

- *Психолого-педагогическая диагностика.* В нашей практике часто используются результаты диагностики прошлых лет: если выпускник пришел в школу не в текущем учебном году, то, как правило, если в школе работает психолог, уже имеются диагностические данные, которые вполне можно применять. Безусловно, возможен также анализ по итогам скрининговой диагностики, если выпускники пришли в школу недавно.
- *Самоанализ ученика.* Данный метод предполагает, что выпускник с помощью психолога анализирует особенности своей учебной деятельности, выделяя собственные сильные и слабые стороны. При кажущейся субъективности такая форма имеет значительное преимущество в том, что ставит ученика в активную позицию, тем самым повышая его ответственность.
- *Экспертные оценки педагогов.* В этом случае педагоги совместно с психологом анализируют особенности учебной деятельности ребенка, выделяя его сильные и слабые стороны.

- 2. Выделение «места наименьшего сопротивления».** Мы используем здесь термин, предложенный А.Е. Личко в совершенно ином контексте, для обозначения ситуации или процессуальных особенностей экзамена, которые представляют для ученика максимальную трудность. Например, для ребенка-отличника таким «местом наименьшего сопротивления» может стать возможность выполнить минимально нужный объем заданий, отказавшись от других, или необходимость пропустить задание, если он не может с ним справиться.
- 3. Разработка адресных рекомендаций** для выпускника, родителей, педагогов. Адресность предполагает, что рекомендации даются не о подготовке к экзаменам вообще, а с учетом сильных и слабых сторон учебной деятельности ребенка.

В процессе формирования конструктивной стратегии деятельности на экзамене в качестве эффективного методического инструмента могут использоваться *памятки*, адресованные выпускникам либо их родителям (см. Приложение 3). Памятка представляет собой краткий перечень основных рекомендаций, направленных на помощь выпускнику или взрослым, его окружающим, при решении той или иной проблемы.

При использовании памятки необходимо учитывать следующие рекомендации:

1. При первом предъявлении памятки необходимо прорабатывать, то есть обсуждать их содержание, проводить параллели с реальным жизненным опытом учащихся, иллюстрировать примерами.

2. К ранее предложенным памяткам следует апеллировать на дальнейших этапах работы. Например, если была предложена памятка «Как повторять материал к экзамену», через некоторое время необходимо обсудить с детьми, какими рекомендациями из памятки они воспользовались, что оказалось для них полезно и т.д.
3. Необходимо, чтобы эти памятки были знакомы различным специалистам, работающим с выпускниками: предметникам, классным руководителям и т.д. В этом случае возможна реализация единой стратегии: если все педагоги, работающие с выпускниками, так или иначе апеллируют к этим памяткам при общении с ребенком или родителем, это значительно повышает эффективность работы.

На этапе подготовки к экзаменам можно использовать различные формы психологической поддержки:

- *Групповые психологические занятия* для различных категорий учеников (например, для подростков с трудностями организации деятельности, для аудиалов и кинестетиков). Цель этих занятий — выработка необходимых навыков. Очень важно, чтобы занятия носили дифференцированный характер, то есть чтобы в них принимали участие не все дети класса, а дети, имеющие специфические трудности.
- *Индивидуальные консультации выпускников.* Эта форма работы в большей степени подходит для тех детей, чьи трудности имеют в основном личностный характер (например, тревожные или перфекционисты).

- *Составление рекомендаций для учащихся и их родителей.* Эта форма работы особенно подходит в том случае, если имеющиеся трудности мало подвержены коррекционному воздействию (например, у астеничных или застревающих детей). Очень важно фиксировать эти рекомендации в письменной форме, чтобы родители и подростки могли их использовать в качестве памятки.
- *Индивидуальные консультации родителей выпускников.*

Глава IV

ДЕТИ ГРУППЫ РИСКА И СТРАТЕГИИ ИХ ПОДДЕРЖКИ

В предыдущей главе мы отметили важность адресных рекомендаций для выпускников, имеющих те или иные трудности. Для того чтобы обеспечить эту адресность, необходима классификация детей групп риска, то есть учащихся, у которых в наибольшей степени вероятно возникновение трудностей при сдаче ЕГЭ.

В зависимости от сущности имеющихся у детей затруднений мы выделили две основные группы трудностей: личностные и познавательные. Поскольку мы предлагаем материалы для психолога, в числе познавательных трудностей мы не рассматриваем затруднения, связанные с недостаточным объемом знаний и низкой успеваемостью.

Выявить детей, имеющих личностные и познавательные трудности при подготовке и сдаче ЕГЭ, можно несколькими способами:

- *В результате наблюдений.*

Некоторые особенности, как личностные, так и познавательные, достаточно очевидны, и их можно выделить в результате наблюдения за выпускниками. Так, тревожного или гипертимного ребенка видно, что называется, невооруженным глазом.

- *По итогам экспертной оценки педагогами.*

В результате беседы, опроса или анкетирования педагогов, которые прекрасно осведомлены о специфике учебной деятельности детей, также возможно выделение детей группы риска. Можно также использовать предложенную анкету (см. Приложение 1).

- *По итогам фронтальной плановой диагностики, проведенной на более ранних этапах, или по материалам психолого-педагогического сопровождения.*

К примеру, выявление тревожных детей возможно на основании материалов более ранних диагностических обследований.

- *По итогам скрининговой диагностики, если выпускники пришли в школу недавно.*

Для скрининговой диагностики можно использовать как валидизированные методики (тесты на диагностику тревожности, учебной мотивации, акцентуаций характера и т.п.), так и анкеты, предложенные нами в качестве ориентировочных инструментов (см. Приложения).

Инфантильные дети

Краткая психологическая характеристика. Такие дети отличаются низким уровнем самоконтроля, волевых процессов. В ходе учебной деятельности они не могут сосредоточиться, не обладают сформированной познавательной мотивацией. Для них характерен внешний локус контроля.

Основные трудности, возникающие при сдаче Единого государственного экзамена. Таким детям трудно заставить себя гото-

виться к экзамену. Им свойственна апелляция к «высшим силам» вместо опоры на собственные возможности. Они испытывают трудности с выделением главного, планированием и организацией своей деятельности. Помимо этого, у них отсутствует системность мышления.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Необходимо давать алгоритмы подготовки в виде схем. Оптимальная стратегия подготовки для таких детей — начинать с трудного (пробелов), а потом переходить к знакомому. Важно разбить материал на короткие, легко выполнимые шаги и заканчивать работу на позитиве, не дожидаясь возникновения чувства отвращения. В монотонной деятельности необходимо находить ресурсы (прямая выгода, самоощереение). Помогает также установление регламента времени.

Во время проведения пробного экзамена. Можно использовать перед началом экзамена формулы самовнушения («Я спокоен и собран»). Необходимо просмотреть все задания и выбрать те, которые кажутся наиболее легкими. При проверке полезно представить, что проверяешь чужую работу.

Рекомендации учителям и родителям. Если ребенок чем-то занят, не отвлекать его до того, как он завершит работу. Необходимо помогать структурировать время и создавать внешние опоры для этого. Следует также согласовать с ребенком систему поощрений.

Тревожные дети

Краткая психологическая характеристика. Для тревожных детей учебный процесс сопряжен с эмоциональным напряжением. Они склонны воспринимать любую ситуацию, связанную с

учебой, как опасную. Особую тревогу вызывает у них проверка знаний в любом виде (контрольная работа, диктанты и т.д.).

Каким образом можно распознать тревожного ребенка? Эти дети часто перепроверяют уже сделанное, постоянно исправляют написанное, причем это может и не вести к существенному улучшению качества работы. При устном ответе они, как правило, пристально наблюдают за реакциями взрослого. Тревожные дети задают множество уточняющих вопросов, часто переспрашивают учителя, проверяя, верно ли они его поняли. При выполнении индивидуального задания они обычно просят учителя «посмотреть, правильно ли они сделали». Часто грызут ручки, теребят пальцы или волосы.

Основные трудности. Ситуация экзамена вообще сложна для тревожных детей, потому что она по природе своей оценочная. Такому ребенку трудно контролировать свое эмоциональное состояние, отсюда возникают сложности с концентрацией. Наиболее трудной стороной ЕГЭ для тревожного ребенка является отсутствие эмоционального контакта со взрослым.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Для тревожных детей особенно важно создание ситуации эмоционального комфорта на предэкзаменационном этапе. Ни в коем случае нельзя нагнетать обстановку, напоминая о серьезности предстоящего экзамена и значимости его результатов. Чрезмерное повышение тревоги у детей этой категории приводит только к дезорганизации деятельности. Задача взрослого — создание ситуации успеха, поощрение, поддержка. В этом огромную роль играют поддерживающие высказывания: «Я уверен, что ты справишься», «Ты так хорошо справился с контрольной по физике».

Необходимо научить ребенка приемам саморегуляции, релаксации, аутотренинга, обязательно познакомить его с процедурой ЕГЭ, чтобы снять ситуацию неопределенности. Большое значение будет иметь беседа с близким человеком, направленная на обеспечение эмоционально благоприятной обстановки.

Во время проведения пробного экзамена. Очень важно обеспечить тревожным детям ощущение эмоциональной поддержки. Это можно сделать различными невербальными способами: посмотреть, улыбнуться и т.д. Тем самым взрослый как бы говорит ребенку: «Я здесь, я с тобой, ты не один». Если ребенок обращается за помощью: «Посмотрите, я правильно делаю?», лучше всего, не вникая в содержание написанного, убедительно сказать: «Нет сомнения, что ты все делаешь правильно и у тебя все получится».

Рекомендации учителям и родителям. Необходимо формировать у учителей позитивное, адекватное отношение к ЕГЭ. В качестве подготовки тревожных детей можно рекомендовать проведение открытых уроков с приглашением незнакомых людей, а также советовать детям придерживаться определенного стиля поведения.

Родителям следует объяснить особенности детей, вести просвещение родителей для создания адекватной оценки ЕГЭ. Большое значение имеет благоприятный климат в семье.

Неуверенные дети

Краткая психологическая характеристика. Проблема таких детей в том, что они не умеют опираться на собственное мнение и склонны прибегать к помощи других людей. Неуверенные дети не могут самостоятельно проверить качество своей работы: они

сами себе не доверяют. Они могут хорошо справляться с теми заданиями, где требуется работа по образцу, но испытывают затруднения при необходимости самостоятельного выбора стратегии решения. В подобной ситуации они обычно обращаются за помощью к одноклассникам или родителям (особенно при выполнении домашнего задания). Такие дети списывают не потому, что не знают ответа, а потому, что не уверены в правильности своих знаний и решений. В поведенческом плане им часто присущ конформизм, они не умеют отстаивать собственную точку зрения. Неуверенные дети часто подолгу не могут приступить к выполнению задания, но достаточно педагогу подсказать им первый шаг, как они начинают работать.

Основные трудности. Неуверенные дети испытывают затруднения во время любого экзамена, поскольку им сложно опираться только на собственные ресурсы и принимать самостоятельное решение. При сдаче Единого государственного экзамена подобные дети испытывают дополнительные сложности, поскольку принципиальное значение имеет самостоятельный выбор стратегии деятельности, а эта задача для неуверенных детей крайне сложна.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Очень важно, чтобы неуверенный ребенок получил положительный опыт принятия другими людьми его личного выбора. При работе с такими детьми необходимо воздерживаться от советов и рекомендаций (например: «Сначала реши простые задания, а потом переходи к сложным»). Лучше предложить выбрать ему самому и терпеливо дождаться, когда он примет решение («Как ты думаешь, с чего лучше начать: с простых или сложных заданий?»).

Во время проведения пробного экзамена. Неуверенного ребенка можно поддерживать простыми фразами, способствующими созданию ситуации успеха: «Я уверен, у тебя все получится», «Ты обязательно справишься». Если ребенок никак не может приступить к выполнению задания, долго сидит без дела, стоит спросить его: «Ты не знаешь, как начать? Как выполнять следующее задание?» — и предложить ему альтернативу: «Ты можешь начать с простых заданий или сначала просмотреть весь материал. Как ты думаешь, что будет лучше?» Ни в коем случае нельзя говорить тревожным и неуверенным детям фраз типа «Подумай еще», «Поразмысли хорошенько». Это только усилит их тревогу и никак не продвинет выполнение задания.

Рекомендации учителям и родителям. Очень важно развивать у неуверенного ребенка навык самостоятельной оценки своей работы. Например, полезно спрашивать его: «А что тебе самому понравилось в твоей работе?» Если ребенку трудно ответить на подобный вопрос, можно предложить ему оценить работу по нескольким критериям: по точности, скорости и т.д.

Не стоит торопиться предлагать ребенку готовое решение или ответ. Напротив, лучше сначала поинтересоваться его мнением.

Перфекционисты и «отличники»

Краткая психологическая характеристика. Дети данной категории обычно отличаются высокой или очень высокой успеваемостью, ответственностью, организованностью, исполнительностью. Если они выполняют задание, то стремятся сделать его лучше всех или быстрее остальных использовать до-

полнительный материал. Перфекционисты очень чувствительны к похвале и вообще к любой оценке своей деятельности. Все, что они делают, должно быть замечено и получить соответствующую (естественно, высокую!) оценку. Для таких детей характерны очень высокий уровень притязаний и крайне неустойчивая самооценка. Для того чтобы чувствовать себя хорошими, им нужно не просто успевать, а быть лучшими, не просто хорошо справляться с заданиями, а делать это блестяще.

Основные трудности. ЕГЭ для данной категории детей — это тот самый случай, когда верной оказывается поговорка «Лучшее — враг хорошего». Им недостаточно выполнить минимально необходимый объем заданий, им нужно сделать все, причем безошибочно. Еще один возможный камень преткновения для них — это необходимость пропустить задание, если они не могут с ним справиться. Они испытывают сильную тревогу, стремятся получить поддержку. Им также трудно контролировать свое эмоциональное состояние.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Очень важно помочь таким детям скорректировать их ожидания и помочь осознать разницу между «достаточным» и «превосходным». Им необходимо понять, что для получения отличной оценки нет необходимости выполнять **все** задания. На предэкзаменационном этапе перфекционистам можно предложить тренировочные упражнения, где им потребуется выбирать задания для выполнения и не нужно будет делать все подряд. Необходимо проинформировать таких детей о необходимом минимуме набранных баллов, помочь им расставить приоритеты и скорректировать ожидания. Необходимо также научить их планировать работу по времени.

Во время проведения пробного экзамена. Перфекционисту нужно помочь выбрать стратегию деятельности и реализовать ее. Его можно спросить: «Какие задания ты решил сделать?» — и при необходимости тактично скорректировать его планы. В ходе экзамена можно время от времени интересоваться: «Сколько тебе еще осталось?» — и помогать ему скорректировать собственные ожидания («Тебе не нужно делать столько. Того, что ты уже выполнил, будет достаточно. Переходи к следующему заданию»).

Рекомендации учителям и родителям. Необходимо избегать сравнения с другими и помочь снизить субъективную значимость ЕГЭ. Родителям важно помочь составить щадящий режим дня и регулировать степень загруженности, а учителям — воздержаться от оценки и сравнения с другими. Важно помочь ребенку переключиться с эмоционального реагирования на планирование и сконцентрироваться на проверке.

Правополушарные дети

Краткая психологическая характеристика. Правополушарными называют детей, у которых доминирует правое полушарие. У них богатое воображение, хорошо развитое образное мышление. Они прекрасно воспринимают метафоры, образы, сравнения, теряясь при необходимости мыслить логическими категориями.

Основные трудности, возникающие при сдаче Единого государственного экзамена. Правополушарные дети могут испытывать затруднения при необходимости четко логически мыслить, структурировать. Им трудно отвлечься от эмоционально-образной составляющей учебного материала и сосредоточиться на

фактах и теоретических построениях. Как правило, они хорошо справляются с гуманитарными предметами, испытывая сложности с предметами естественно-научного и физико-математического циклов. Само по себе тестирование исключительно сложно для правополушарных детей, потому что оно предполагает владение логическими конструкциями, фактами, требует умения анализировать и сопоставлять различные факты, то есть деятельность прохождения тестирования левополушарна по своей сути.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Важно предоставить ребенку информацию об особенностях его учебного стиля, помочь принять его и выработать индивидуальную стратегию деятельности. Чтобы учебный материал лучше усваивался, правополушарным детям важно задействовать воображение и образное мышление: использовать сравнения, образы, метафоры, рисунки. Сухой теоретический материал необходимо проиллюстрировать примерами или картинками. Необходимо также использовать упражнения на снятие эмоционального напряжения.

Во время проведения пробного экзамена. Правополушарным детям имеет смысл пробовать свои силы не столько в простейших тестовых заданиях (типа А), сколько там, где требуется развернутый ответ. Им это будет проще. Возможно, им стоит начинать именно с заданий В и С, а уже потом переходить к тестам множественного выбора. До начала экзамена важно донести до детей мысль о том, с каких заданий им разумнее будет начать, а во время экзамена напомнить им об этом. Кроме того, можно напомнить им о тех упражнениях, которые были освоены на этапе подготовки.

Рекомендации учителям и родителям. Необходимо проинформировать родителей и учителей о сущности правополушарности, научить их активизировать образное мышление ребенка при подготовке к экзамену.

Дети-синтетика

Краткая психологическая характеристика. Синтетический, или глобальный, стиль деятельности характеризуется рядом типичных моментов. Дети-синтетики опираются в большей степени на общее, а не на частности. Они мало внимания уделяют деталям, потому что их интересуют общие взаимосвязи.

Основные трудности. Синтетики часто испытывают трудности с анализом, выделением опорных моментов в информации, делением материала на смысловые блоки. Обычно таким детям трудно составлять планы или конспекты, некоторые из них составляют план уже после того, как работа была написана. Синтетики редко концентрируются на одной проблеме, им свойственно рассматривать ее в широком контексте, во взаимосвязи с другими проблемами, соотносить полученные знания с личным опытом и мнениями других. При сдаче ЕГЭ синтетики могут испытывать затруднения, связанные с необходимостью аналитической деятельности и оперирования конкретными фактами.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Очень важно развивать у синтетиков аналитические навыки, учитывая, что общий ход их деятельности — от общего к частному. При изучении каждой темы сле-

дует ее обобщить, выделить основные блоки и наполнить их конкретным содержанием. При работе с тестами синтетиков нужно ориентировать на выявление основного в каждом задании: что здесь является главным, на что стоит обращать внимание в первую очередь?

Во время проведения пробного экзамена. В начале работы синтетикам стоит ознакомиться с материалом в целом: просмотреть имеющиеся задания, бегло ознакомиться с их содержанием. Это поможет им сориентироваться. Синтетикам может помочь составление общего плана деятельности в самом начале работы. Кроме того, на экзамене им важно опираться на умение выделять главное в каждом вопросе. «Сначала просмотрю задания и подумаю, в какой последовательности ты будешь их выполнять».

Рекомендации учителям и родителям. Рекомендации аналогичны работе с правополушарными детьми: прежде всего необходимо понять специфику познавательной деятельности синтетика и развивать у него аналитические навыки.

Дети, испытывающие недостаток произвольности и самоорганизации

Краткая психологическая характеристика. Обычно этих детей характеризуют как «невнимательных», «рассеянных». Как показывает практика, у них очень редко бывают истинные нарушения внимания. Гораздо чаще «невнимательные» дети — это дети с низким уровнем произвольности. У них сформированы все психические функции, необходимые для того, чтобы быть внимательными, но общий уровень организации деятельности очень низкий. У таких детей часто неустойчивая работоспособ-

ность, им присущи колебания темпа деятельности. Они могут часто отвлекаться.

Основные трудности. ЕГЭ требует очень высокой организованности деятельности. Непроизвольные дети при общем высоком уровне познавательного развития и вполне достаточном объеме знаний могут нерационально использовать время.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Психические функции формируются через наличие внешних опор. Поэтому на этапе подготовки очень важно научить ребенка использовать для саморегуляции деятельности различные материальные средства. Такими средствами могут стать песочные часы, отмеряющие время, которое требуется для выполнения задания, составление списка необходимых дел (и их вычеркивание по мере выполнения), линейка, указывающая на нужную строчку, и т.д.

Бесполезно призывать таких детей «быть внимательнее», поскольку это им недоступно.

Во время проведения пробного экзамена. Детям с недостаточно развитой произвольностью требуется помощь в самоорганизации. Это можно сделать с помощью направляющих вопросов: «Ты сейчас что делаешь?» Возможно также использование внешних опор. Например, ребенок может составить план своей деятельности и зачеркивать пункты или класть линейку на то задание, которое он сейчас выполняет. Важно, чтобы ученик научился использовать эти опоры на предварительном этапе, иначе на экзамене это отнимет у него слишком много сил и времени.

Рекомендации учителям и родителям. Очень важно, чтобы взрослые не брали на себя целиком функцию организации дея-

тельности такого ребенка. Если взрослый все время контролирует и организует ребенка, это не только не способствует развитию произвольности, а наоборот. Задача взрослых — стимулировать развитие самоконтроля ребенка. Например, лучше не давать прямых инструкций типа «Теперь пиши это» или «Не забыл тетрадь по математике положить?», а задавать вопросы, ответы на которые потребуют от ребенка навыков самоорганизации: «Что нужно сделать теперь?», «Что ты сейчас будешь делать?», «Проверь, все ли учебники ты положил».

Астеничные дети

Краткая психологическая характеристика. Основная характеристика астеничных детей — высокая утомляемость, истощаемость. Они быстро устают, у них снижается темп деятельности и резко увеличивается количество ошибок.

Как правило, утомляемость связана с особенностями высшей нервной деятельности и имеет не столько чисто психологическую, сколько неврологическую природу, поэтому возможности ее коррекции крайне ограничены.

Основные трудности. ЕГЭ требует высокой работоспособности на протяжении достаточно длительного периода времени (3 часа). Поэтому у астеничных детей очень высока вероятность снижения качества работы, возникновения ощущения усталости.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. При работе с астеничными детьми очень важно не предъявлять заведомо невыполнимых требований, которым ребенок не сможет соответствовать: «Некоторые

выпускники занимаются с утра до вечера, а ты после двух часов уже устал». Ребенок не притворяется, просто таковы его индивидуальные особенности.

Большое значение приобретает оптимальный режим подготовки: чтобы ребенок не переутомлялся, ему необходимо делать перерывы в занятиях, гулять, достаточно спать. Родителям астеничных детей стоит получить консультацию у психоневролога или невропатолога о возможности поддержать ребенка с помощью витаминов или травяных сборов.

Во время проведения пробного экзамена. Следует иметь в виду, что астеничным детям требуется несколько перерывов, поэтому их не стоит торопить, если они вдруг прерывают деятельность и на какое-то время останавливаются. Им по возможности лучше организовать несколько коротких «перемен» (отпустить в туалет и т.п.).

Рекомендации учителям и родителям. Очень важно не сравнивать ребенка с другими. В ситуации, когда налицо высокая утомляемость, необходимо проявить деликатность и тактичность. Ни в коем случае нельзя упрекать ребенка в лени или несобранности.

Гипертимные дети

Краткая психологическая характеристика. Гипертимные дети обычно быстрые, энергичные, активные, не склонные к педантизму. У них высокий темп деятельности, они импульсивны и порой несдержанны. Они быстро выполняют задания, но зачастую делают это небрежно, не проверяют себя и не видят собственных ошибок. Такие дети склонны пренебрегать точностью и аккуратностью во имя скорости и результативности.

Гипертимные дети испытывают затруднения в ходе работы, требующей высокой тщательности, собранности и аккуратности, зато прекрасно справляются с заданиями, требующими высокой мобильности и переключаемости. Особенностью этой категории детей часто является также невысокая значимость учебных достижений, сниженная учебная мотивация.

Основные трудности. Процедура ЕГЭ требует высокой собранности, концентрации внимания, тщательности и аккуратности, а эти качества обычно являются слабым местом гипертимных детей. С другой стороны, такие дети, как правило, обладают хорошей переключаемостью, что помогает им справиться с экзаменационными заданиями.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Очень важно не пытаться изменить темп деятельности, особенно с помощью инструкций типа «Не торопись». Такой ребенок все равно будет работать в том темпе, в котором ему комфортно. Необходимо развивать у него функцию контроля, то есть навыки самопроверки: по завершении работы найти ошибки, самостоятельно проверить результаты выполнения задания. Основным принципом, которым нужно руководствоваться гипертимным детям: «Сделал — проверь». Кроме того, необходимо создать у гипертимных детей ощущение важности ситуации экзамена. Это именно тот случай, когда нужно со всей серьезностью разъяснить, какое огромное значение имеют результаты ЕГЭ.

Во время проведения пробного экзамена. Гипертимным детям нужно мягко и ненавязчиво напоминать о необходимости самоконтроля: «Ты проверяешь то, что ты делаешь?» Кроме того,

их лучше посадить в классе так, чтобы возможность с кем-то общаться была для них минимальна.

Рекомендации учителям и родителям. Важно, чтобы в общении с такими детьми взрослые мягко, но последовательно создавали ясные и четкие ограничения. При этом необходимо учитывать, что для гипертимных детей важны не рассуждения и доводы, а реальный опыт. Поэтому стоит не увлекаться нотациями или объяснениями, а создать четкую организующую среду.

Застревающие дети

Краткая психологическая характеристика. Таких детей характеризует низкая подвижность, низкая лабильность психических функций. Они с трудом переключаются с одного задания на другое. Застревающие дети основательны и зачастую медлительны. Еще одна их особенность заключается в том, что им требуется длительный ориентировочный период при выполнении каждого задания. Если таких учеников начинают торопить, темп их деятельности еще больше снижается.

Основные трудности. Процедура ЕГЭ требует высокой мобильности: необходимо быстро переключаться с одного задания на другое, актуализировать знания из различных разделов школьной программы. Это может представлять трудность для застревающих детей.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Навык переключения внимания тренировать довольно сложно, но вполне реально научить ребенка пользоваться часами для того, чтобы определять время, не-

обходимое для каждого задания. Можно, например, сказать ему: «Тебе нужно решить пять задач за час. Значит, на каждую задачу ты можешь потратить не более двенадцати минут». Такие упражнения помогут ученику развивать умение переключаться. Можно также заранее определить, сколько времени следует отвести на каждое задание на экзамене.

Во время проведения пробного экзамена. Задача взрослого — по мере возможности мягко и ненавязчиво помогать таким детям переключаться на следующее задание, если они подолгу раздумывают над каждым: «Ты уже можешь переходить к следующему заданию». Ни в коем случае нельзя их торопить, от этого темп деятельности только снижается.

Рекомендации учителям и родителям. Важно не просто подсказывать застревающему ребенку, что нужно делать, но развивать у него навыки переключения. Хорошо, если взрослый проговаривает с ребенком распределение времени, а затем тактично интересуется: «Удастся ли тебе следовать плану?»

Аудиалы и кинестетики

Краткая психологическая характеристика. Известно, что у человека имеется три основных модальности восприятия: аудиальная (слуховая), визуальная (зрительная) и кинестетическая (тактильная). У каждого человека одна из этих модальностей является ведущей, определяющей доминирующий способ получения и переработки информации. Обучение в школе обычно включает опору на все три модальности (устные рассказы, наглядные пособия, практические работы), что в целом позволяет усваивать программу детям всех трех групп.

Основные трудности. В отличие от традиционного экзамена, включающего аудиальные и кинестетические элементы (особенно если экзамен проводится устно), ЕГЭ имеет исключительно визуальную форму. Это облегчает задачу для визуалов, одновременно усложняя ее для аудиалов и кинестетиков.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Необходимо, чтобы дети данных категорий осознали особенности своего учебного стиля, то есть смогли четко сформулировать для себя, как именно они лучше всего усваивают учебный материал, и воспользовались этим знанием при повторении учебного материала.

Во время проведения пробного экзамена. Аудиалы могут воспользоваться речью, то есть очень тихо проговаривать задания вслух. (Чтобы это никому не мешало, стоит продумать, в какое место класса лучше посадить такого ребенка.) В случае затруднения можно рассказать им о том, в чем заключается суть задания. Им не требуется помощь в решении, им нужно просто помочь осмыслить суть задания.

Кинестетики могут помочь себе простыми движениями (например, подвигать ногами под столом). Им также стоит разрешить какую-то двигательную активность.

Рекомендации учителям и родителям. Необходимо совместно с детьми обсудить простые способы, которые они могут использовать во время подготовки и на экзамене.

Если во время проведения пробного экзамена выпускники получают необходимую поддержку, они будут более уверенно чувствовать себя в ситуации реального экзамена.

Глава V

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПСИХОЛОГА С ПЕДАГОГАМИ

Как мы уже отмечали, работа школьного психолога по подготовке выпускников к ЕГЭ эффективна лишь в том случае, если она становится органичной частью единой психолого-педагогической программы школы, направленной на решение данной задачи. Причем ЕГЭ будет рассматриваться как некий образовательный стандарт, задающий направление развитию школы как системы.

Анализ практической деятельности по психологической подготовке к ЕГЭ позволил нам сформулировать *принципы эффективного взаимодействия* психолога с другими участниками образовательного процесса по данной проблеме.

1. Распределение ответственности. Это один из ключевых вопросов, с решением которых сталкивается школьный психолог, и в ракурсе рассматриваемой темы он приобретает особое значение. Для психолога участие в подготовке к экзамену сопряжено с риском: есть вероятность, что другие участники образовательного процесса будут перекладывать на него значительно большую долю ответственности за подготовку к экзамену, чем он реально может нести. Например, мы сталкивались с тем, что дирек-

тор говорил психологу: «Раз вы взялись за подготовку к экзамену, надеемся, что двоек у нас не будет».

Необходимо понимать, что высокие результаты сдачи ЕГЭ обусловлены большим количеством факторов и ответственность за них нельзя перекладывать на одного из участников педагогического процесса. Вовлеченность психолога в подготовку к ЕГЭ может не дать резкого повышения успеваемости, и это ни в коем случае не означает, что он плохо или недостаточно поработал.

2. Определение реалистичного результата работы. Включенность психолога в процесс подготовки к ЕГЭ не обязательно приведет к заметному росту оценок, нельзя оценивать эффективность психологической работы через учебные показатели. Мы полагаем, что педагогам и психологу важно концентрироваться не столько на улучшении успеваемости, сколько на создании определенной системы взаимодействия, которая непременно принесет свои плоды. Наше понимание готовности к ЕГЭ позволяет утверждать, что результативность сдачи экзамена возрастает в случае длительной работы по специальной психолого-педагогической программе, а не в результате разового взаимодействия. Поэтому не будем сразу стремиться «сдать ЕГЭ лучше всех в районе».

3. Осознание «мифологии» ЕГЭ и формирование конструктивного восприятия этой формы экзамена как первый шаг работы. Если этого не сделать, вся дальнейшая работа превратится в постоянное возвращение к теме «Какой ужас этот ЕГЭ!».

Как этот принцип реализовать на практике? Мы полагаем, что оптимальной формой для этого может стать

проведение установочного семинара, который, с одной стороны, станет содержательным началом работы по проблеме подготовки к ЕГЭ, а с другой — определит ключевые позиции, принципы, руководящие идеи, на которые затем будет опираться психолого-педагогическое взаимодействие.

Такой семинар лучше проводить в начале учебного года и посвятить его не содержательным аспектам работы над психологической готовностью к ЕГЭ, а формулировке вышеописанных принципов взаимодействия. При планировании этого семинара можно использовать упражнения, предложенные выше, для проработки «мифологии» ЕГЭ.

Для осознания распределения ответственности мы рекомендуем следующее упражнение.

Упражнение «Строим дом». Для его проведения с педагогами потребуется изображение дома (рисунок на ватмане или декорация) и стикеры с клеящимся краем. Учителям предлагается следующая инструкция: «Представьте себе, что в течение 11 лет обучения ребенка в школе мы строим дом. Построенный дом — это тот результат, который мы получаем на выпускных экзаменах. У каждого из нас в строительстве этого дома есть своя функция: кто-то закладывает фундамент, кто-то строит лестницы, кто-то кладет крышу, кто-то украшает фасад. Как вы думаете, а что делаете именно вы на ваших уроках? С чем бы вы сравнили свой вклад в строительство этого дома?» Учителя пишут ответы на стикерах, приклеивают их на изображение дома и комментируют. Когда все выполнят это задание,

психолог обращает внимание педагогов на то, что у каждого из нас есть свой маленький вклад в это большое дело, но только все вместе мы добиваемся того, что дом будет построен. Очень важно обратить внимание учителей на то, что подготовка к экзамену — это не ответственность только психолога или только педагогов, работающих в старших классах. Ведь они строят свою работу на том фундаменте, который заложили в начальной и средней школе.

Подобные упражнения, помимо своей прямой цели, оказывают также своего рода психотерапевтическое воздействие, помогая педагогу воспринимать низкие результаты ребенка на ЕГЭ не только как свою личную недоработку.

Безусловно, даже после проведения семинара возможны «рецидивы» в виде периодических высказываний типа «Вот пусть психолог их к экзаменам и готовит» или «ЕГЭ — это просто очередное издевательство». Важно понимать, что установочный семинар создаст своего рода стартовую точку, к которой можно будет апеллировать в подобных случаях: «А помните, мы в сентябре говорили, что...»



Какие задачи может решать психолог в процессе взаимодействия с педагогами?

Вспомним проведенный нами в первой главе анализ позиции ЕГЭ в современном образовательном пространстве. Мы говорили о том, что для педагогов данная форма экзамена сопряжена как с методическими, так и с личностными трудностями. Следовательно, педагог, занимающийся подготовкой выпускников к ЕГЭ, нуждается в методической и личностной поддержке. Понимая, что вопросы методики не входят в функционал работы школьного психолога, тем не менее обозначим

данную линию взаимодействия. Психолог здесь будет выступать не как методист, а скорее как коллега, помогающий задуматься над некоторыми методическими задачами.

В соответствии с вышеописанными трудностями мы выделяем следующие направления работы с педагогами:

1. Работа с личностными трудностями педагога:

- Обсуждение и коррекция нереалистических установок, результатом чего станет формирование конструктивного восприятия ЕГЭ.
- Поиск личностных и профессиональных ресурсов.

2. Работа с методическими трудностями педагога:

- Ознакомление педагогов с психологической спецификой ЕГЭ в целом и трудностями отдельных групп выпускников.
- Взаимодействие в разработке индивидуальной стратегии подготовки (учитель выступает как эксперт).
- Взаимодействие в поиске эффективных методов формирования психологической готовности к ЕГЭ.

Два эти направления предполагают различную позицию психолога и соответственно различные формы работы и разное их содержание.

Оказание поддержки педагогу по поводу его личностных трудностей предполагает, что психолог в некотором смысле занимает позицию «сверху»: он становится более опытным специалистом. Подобная позиция требует таких форм работы, как семинары-практикумы, психолого-педагогические мастерские и т.д., на которых психолог в большей степени выступает как ведущий.

В рамках подобной работы, помимо просто обсуждения «мифологии», о которой уже сказано немало, важно выйти на некий новый результат: *перейти от понимания ЕГЭ как проблемы к его восприятию как педагогической задачи*. Именно это мы и считаем конструктивным восприятием ЕГЭ. Педагогу совершенно не обязательно проникаться идеями данной формы экзамена и становиться его горячим сторонником. Ему достаточно рассматривать ЕГЭ как задачу и подбирать соответствующие методические средства для ее решения.

Как это можно сделать? Прежде всего важно обсудить с педагогами место и роль экзамена в системе образования в целом. Каковы его функции и задачи? В ходе этой дискуссии психолог помогает педагогам сформулировать для себя понимание экзамена как образовательного стандарта, как необходимого структурного элемента школьной системы. Исходя из этого, можно переходить к обсуждению того, какие требования выдвигает ЕГЭ и в чем его особенности как измерительного инструмента (при этом можно воспользоваться материалами главы 1). Затем важно спросить педагогов, какие новые задачи им нужно решать, если выпускники сдают ЕГЭ, и что из этого они уже делают. Последний вопрос очень важен, так как он, во-первых, помогает педагогу найти личные и профессиональные ресурсы, а во-вторых, поддерживает его, подчеркивает его профессиональную значимость.

В качестве ресурсов может выступать обучение педагогов способам профилактики стрессовых состояний (см. Приложение б).

Подобную работу лучше планировать на начало учебного года, если ее предполагается продолжить проработкой методических трудностей. Если же других форм взаимодействия не предполагается, то такой жесткой привязки к срокам не будет. Но мы

рекомендуем все же не затягивать, чтобы хотя бы немного снизить уровень напряжения тех, кто занят подготовкой к ЕГЭ.

Обращение к методическим трудностям возможно только из позиции «на равных»: педагог и психолог — равноправные коллеги, обладающие равноценным опытом. Это подразумевает формы работы совещательного характера, где психолог в большей степени выступает как фасилитатор («круглые столы», консилиумы и пр.).

При проведении подобных мероприятий важно прежде всего сформировать общее понимание содержания и требований экзамена. Поэтому первым этапом работы должно быть совместное обсуждение тех образовательных и личностных компетенций, сформированности которых требует экзамен. Мы полагаем, что не обязательно вводить при этом понятие психологической готовности к ЕГЭ, достаточно в принципе сформировать некоторую общую платформу. Очень важно, чтобы у педагогов в результате взаимодействия с психологом появилось понимание того, что успешность в сдаче ЕГЭ подразумевает не только достаточный уровень знаний, но и ряд других функций.

Затем необходимо проанализировать сформированный на данный момент уровень подготовки учащихся. Здесь возможно как обсуждение результатов психологической диагностики, так и обращение к опыту педагогов, которые, взаимодействуя с ребенком на уроке, могут выделить ключевые особенности его учебной деятельности. Результатом работы должно стать выделение наиболее проблемных областей и имеющихся ресурсов. Следует уделять внимание обсуждению позитивных моментов, это повышает мотивацию и снижает тревогу участников.

Наконец, педагоги и психологи разрабатывают единую психолого-педагогическую стратегию поддержки выпускников и распределяют ответственность за отдельные элементы работы.

Очень важно провести еще один консилиум или «круглый стол», на котором будут обсуждаться итоги проделанной работы.

Возможно несколько вариантов взаимодействия педагогов и психолога по поводу стратегий подготовки к ЕГЭ:

- предметом обсуждения становятся все выпускники;
- в фокусе внимания оказываются группы учащихся, выделенные на основании тех или иных трудностей (тревожные и т.д.);
- обсуждаются трудности отдельных выпускников.

Пример подобного семинара («круглого стола») приводится в *Приложении 6*.

Безусловно, возможно соединение двух этих направлений. Так, в приложении приводится пример семинара, который представляет собой попытку проработки и личностных, и методических трудностей педагогов.

Возникает вопрос о том, кто должен являться инициатором подобного взаимодействия. Мы придерживаемся позиции, что психолог не революционер, но может стать источником ряда изменений в школьной системе. Мы полагаем, что психолог может выступить в качестве инициатора подобного взаимодействия, однако ответственность за организацию и систематическую реализацию данной программы должна все же лежать не на психологе. Такая программа станет реально функционирующей, если ее реализует кто-то из представителей администрации.

Мы понимаем, что школьные реалии не всегда предоставляют психологу возможность вести длительную глубокую работу по взаимодействию с педагогами по проблеме ЕГЭ. Что же может стать своего рода экспресс-помощью, что выбрать при наличии дефицита времени?

Мы рекомендуем в этом случае поработать прежде всего с «мифологией» ЕГЭ и ресурсами педагога, то есть выбрать ресурсно-ориентированную стратегию.

Должен ли психолог взаимодействовать по проблеме ЕГЭ именно с учителями выпускных классов? Мы полагаем, что если школа рассматривает проблему подготовки к ЕГЭ как общую образовательную задачу, необходимо подключать к этому процессу всех педагогов, и особенно учителей начальной и средней школы. Важно, чтобы они тоже прочувствовали тот немалый вклад, который они вносят в общее дело, и свою причастность к успеху ребенка на экзамене.

Глава VI

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА РОДИТЕЛЕЙ ВЫПУСКНИКОВ

Очевидно, что в подготовке учеников к экзамену огромную роль играют родители. Именно родители во многом ориентируют детей на выбор предмета, который они сдают, внушают уверенность в своих силах или, наоборот, повышают тревогу, помогают, волнуются и переживают из-за недостаточно высоких оценок. Единый государственный экзамен, суть которого непонятна большинству родителей, представляет трудность не только для выпускников, но и для их пап и мам. Как можно помочь ребенку, чем должна отличаться подготовка к ЕГЭ от подготовки к традиционному экзамену, справится ли ребенок — все эти вопросы требуют ответа. А коль скоро родители принимают непосредственное участие в происходящем на этапе выпускных экзаменов, им тоже необходима особая подготовка.

Необходимо разобраться, какие цели может ставить перед собой психолог в работе с родителями выпускников. Для этого прежде всего проанализируем специфические трудности родителей выпускников.

Справляются ли сами взрослые с ситуацией экзамена, к которому готовятся их дети? Почему они тоже не спят ночами и пьют валерьянку? Почему так тревожатся сами и усиливают тревогу детей? Почему так бурно реагируют на оценки, полу-

ченными детьми на экзамене? Только ли потому, что просто волнуются за своих детей?

Экзамен, кульминация школьной жизни, явно не только проверка детских знаний: он не имел бы такой дополнительной эмоциональной нагрузки для учеников и родителей, если бы представлял собой просто усложненный вариант контрольной работы.

Рискнем высказать предположение о том, почему так происходит.

Известно, как важно для родителей, чтобы их ребенок был успешен. С самого раннего возраста родители создают все необходимое для этого, пытаясь научить ребенка плавать раньше, чем ходить, а читать раньше, чем говорить. И помимо «простой» родительской любви и заботы, здесь кроется один важный момент: успешность ребенка — это показатель успешности и компетентности родителей как в их собственных глазах, так и в глазах социума. Стремление мамы сделать все возможное для развития своего ребенка — еще и ее стремление показать себе и другим, что она достаточно хорошая мама. Такие тенденции становятся особенно значимы, если воспитание — основная область самореализации для родителя. Тогда достижения ребенка становятся для мамы основой притязаний на признание, то есть она оценивает себя прежде всего через родительскую роль: если мой ребенок хорош и успешен, значит, я сама успешна. И в контексте данной главы важно даже не столько то, как это влияет на ребенка, сколько то, что мама воспринимает его успехи или неудачи как свои собственные воспитательные достижения или провалы.

Всем известен феномен «родительского соревнования». С самого раннего детства начинается марафон сравнений: чей ребенок раньше сел, кто раньше заговорил, кто раньше начал

заниматься английским. Те мамы, чей ребенок «отстает» от других (знает не три, а — о ужас! — только два слова), испытывают сильную тревогу. В консультативной практике регулярно встречаются мамы и папы, основной запрос которых можно сформулировать так: «Скажите, все ли с моим ребенком в порядке?» И психолог, начиная искать источник тревоги, спрашивая: «А что же вас беспокоит?», обнаруживает, что родитель постоянно сравнивает своего ребенка с другими, которые выглядят более успешными и благополучными. И вроде бы понятно, что все дети рано или поздно и сядут, и побегут, и заговорят. Но ситуация сравнения тем не менее остается тревожной для родителей. «Достаточно ли я сделал для своего ребенка? Насколько я хорош как родитель?» Ответить на эти вопросы родители зачастую могут только через оценку ребенка и сопоставление его с другими детьми.

Для родителей дошкольников в этом соревновании наиболее важна собственная оценка себя как родителя, а социальная оценка родительских качеств становится особенно явной при переходе в школу.

Поступление ребенка в школу — это новый этап «соревнований». И если раньше не было объективной мерки для оценки родителей (все измерялось преимущественно критериями раньше-позже, больше-меньше), то теперь она появляется. Такой меркой становится успеваемость. Почему так волнуются мамы и папы из-за первых оценок? Потому что они во многом воспринимают их как оценку собственной родительской компетентности. В средней школе значимость оценки как таковой снижается, чему способствуют разнообразные рационализации, например: «Этот учитель к моему ребенку плохо относится», «Мой ребенок гуманитарий» и т.д. Зато появляются другие мерки: делает ли ребенок сам уроки, хочет ли он учиться? И нако-

нец, появляются экзамены — испытания не только для детей, но и для родителей. Ведь ситуация экзамена — это не просто проверка знаний детей, это еще и проверка родительской компетентности.

Роль школы в поддержании родительской тревоги достаточно велика, поскольку школа так или иначе поддерживает в родителях ощущение, что именно они отвечают за успехи ребенка. (Интересные рассуждения о позиции школы как Коллективно-го родителя можно найти в работе А.И. Лунькова «Как помочь ребенку в учебе в школе и дома?».) Достаточно напомнить о такой широко распространенной практике, как приглашение в школу родителей провинившихся или плохо успевающих учеников. Тем самым школа явно или неявно дает родителям понять: «Это вы отвечаете за своих детей, их успеваемость — это показатель того, насколько вы хороши как родитель». «Ваш ребенок плохо себя ведет на уроке», — говорит учитель, тем самым делегируя родителю ответственность за поведение ребенка.

Хочу оговориться: все вышесказанное ни в коем случае не означает, что родители не должны иметь никакого отношения к учебе. Мы уже неоднократно говорили о том, что ни один участник образовательного процесса: ни ребенок, ни родитель, ни учитель — не несет абсолютной ответственности за результаты учения, за поведение ребенка; эта ответственность распределяется между ними всеми, и распределение будет разным в зависимости от возраста ребенка. И конечно, следует различать стремление учителя и психолога обсудить с родителем трудности ребенка и желание возложить на родителя ответственность за ребенка.

Мы все прекрасно знаем, что необходимо постепенно передавать ребенку ответственность за его школьные дела (эта идея замечательно изложена в работе Р. и Дж. Байярдов «Ваш

беспокойный подросток»). Но, начиная обсуждать эту ответственность с российскими родителями, мы сталкиваемся с тревогой и страхом: ведь для них это означает «пустить все на самотек», что в конечном счете приведет к тому, что они окажутся в глазах социума и своих собственных равнодушными и безответственными. Интересно, что в нашей реальности «хороший родитель» — это родитель, активно включенный в дела ребенка и активно эти дела контролирующий. И для такого родителя экзамен — это еще одно поприще его собственной активности, в основе которой — та же пресловутая тревога.

Таким образом, восприятие ситуации экзамена как стрессовой у родителей, на наш взгляд, может быть связано с восприятием экзамена как проверки их родительской компетентности, очередного этапа «родительского соревнования», и с ощущением собственной ответственности за результаты ребенка. Понятно, что эти причины тесно взаимосвязаны и даже где-то могут перетекать одна в другую.

Проблема ответственности в работе с родителями по вопросу подготовки к экзамену имеет еще один важный ракурс, а именно — представления родителей о распределении ответственности за учебные успехи ребенка между родителями и школой. Это одна из острейших проблем в психолого-педагогической практике. Можно встретить две крайности: с одной стороны, попытка родителей возложить ответственность за ребенка на школу («Я вам отдал, вы и воспитывайте»), с другой — стремление школы сделать ответственным родителя («Займитесь ребенком»). Ситуация экзамена, безусловно, обостряет подобные противоречия. Опыт показывает, что случаи, когда подготовка к экзамену превращается во взаимные обвинения родителей и педагогов, к сожалению, не так уж редки. Обе стороны имеют определенные мнения относительно того, какой

вклад от них ожидается в подготовке ребенка к экзамену, но эти мнения далеко не всегда совпадают, более того, часто родители и педагоги не имеют единого представления о зонах ответственности друг друга.

Если ребенок готовится не просто к выпускному экзамену, а к ЕГЭ, ситуация усугубляется. Родители, как правило, очень смутно представляют себе, что такое ЕГЭ. Известно, что недостаток информации повышает тревогу, которую родители, сами того не желая, могут передавать детям. Не очень понимая, как помочь ребенку сдать незнакомый и оттого еще более пугающий экзамен, явно или неявно транслируя иррациональные установки (все ту же «мифологию»), родитель может стать для ребенка дополнительным стрессовым фактором.

Итак, проанализировав специфику проживания предэкзаменационного периода родителями выпускников, обозначим возможные задачи работы психолога с родителями по подготовке к ЕГЭ и некоторые ключевые подходы к их решению.

Задача 1. Обозначение распределения ответственности между родителями и школой.

Полноценная психологическая поддержка выпускников возможна только в том случае, когда психологам, педагогам и родителям удастся совместно выработать единую стратегию. Отметим, что, с нашей точки зрения, наиболее продуктивной позицией, обеспечивающей эмоционально комфортные для ребенка условия и способствующей оптимальному развитию ребенка, является представление о распределении ответственности между родителями и учебным заведением и как результат этого — сотрудничество. Представляется важным, чтобы данная позиция декларировалась и предъявлялась школой: «Мы вместе помогаем нашим детям подготовиться к экзамену».

Важно при этом также помнить, что экзамен — это испытание не родителей, а детей. Если дети уже настолько большие, что сдают экзамены, то это их жизненная задача, с которой они должны справиться сами. Не только детям необходимо говорить о том, что экзамен — это ситуация, в которой не все зависит от них. Очень важно для родителей понять, что они могут сделать для своих детей, а что от них не зависит.

Задача 2. Формирование у родителей реалистической картины ЕГЭ и коррекция нереалистических ожиданий.

Расширение осведомленности родителей о сущности и процедуре Единого государственного экзамена, знакомство с конкретными заданиями, преодоление «мифологии» позволяют снизить их тревогу, что, в свою очередь, помогает родителям поддерживать ребенка в этот непростой период.

Задача 3. Поддержка родителей, испытывающих тревогу, повышение мотивации у родителей, чьи дети уже сдали вступительные экзамены в вузы.

Нам представляется, что необходимо не ограничивать эту работу рекомендациями о том, как поддержать ребенка и помочь ему подготовиться к экзамену. Такие рекомендации могут только усиливать тревогу родителя, увеличивая его ответственность и побуждая его делать еще больше для ребенка, чтобы в конечном счете сказать: «Его пятерки — это мои оценки». Поскольку перед родителями детей, сдающих экзамены, стоит задача не только сугубо учебной помощи, но и поддержки, снижения тревоги, то необходимо, на наш взгляд, помочь самим родителям чувствовать себя более уверенно.

Как показывает наш опыт, хороший поддерживающий эффект дает легализация, то есть проговаривание родительских страхов и

опасений, и прежде всего самого явления «родительского соревнования». Когда обсуждается не сам факт успехов или неудач ребенка, а стремление родителей доказать, что их ребенок достаточно хорош, это позволяет поделиться тревогами и наконец разобраться, чем же так пугает ситуация экзамена: тем, что ребенок получит плохую оценку, или тем, что я могу оказаться плохим родителем? Понятно, что избавиться от тревоги за один разговор не получится.

✓ **Какие формы работы психолога позволяют решать поставленные задачи?**

Прежде всего это проведение *тематического родительского собрания*. Необходимо, чтобы данное собрание, с одной стороны, позволило родителям получить информацию о содержании и структуре подготовки к экзамену, реализуемой в школе, а с другой — осмыслить свою долю ответственности в этом сложном процессе. Кроме того, собрание дает психологу ряд дополнительных возможностей:

1. Предоставить родителям необходимую информацию по следующим темам:
 - психологические особенности возраста;
 - оптимальные условия подготовки к экзамену;
 - способы работы с учебным материалом;
 - организация режима дня.
2. Провести анкетирование родителей с целью выявления:
 - отношения родителей к ЕГЭ;
 - родительской оценки способностей своих детей;
 - родительских установок относительно экзамена.
3. Обсудить результаты проведенного анкетирования.

Мы рекомендуем к проведению собраний по проблеме ЕГЭ привлекать различных специалистов, занятых подготовкой выпускников: завуча, учителей-предметников и т.д.

Такое собрание позволяет направить усилия различных взрослых, окружающих учеников, в одну сторону. Родители и педагоги становятся сотрудниками, объединенными общей задачей. По нашему опыту, оптимально включать в такое собрание два компонента: информационный — предоставление сотрудниками школы данных о сути экзамена и организации подготовки к нему (расписание консультаций и т.д.), и интерактивный, обеспечивающий родителям возможность в дискуссионном формате обсудить собственный вклад в процесс подготовки ребенка к экзамену.

Не стоит откладывать *проведение родительского собрания* до самого конца учебного года. Очень важно, чтобы у родителей было достаточно времени и они могли воспользоваться рекомендациями психолога и педагогов и помочь ребенку эффективно построить процесс подготовки к экзамену. Поэтому оптимальным временем проведения такого собрания будет октябрь-ноябрь. Но даже если уже наступил апрель, такое собрание не будет лишним, а, напротив, поддержит родителей на финишной прямой. Возможно проведение нескольких подобных собраний в течение года.

Стоит ли привлекать к участию в собрании *педагогов-предметников*, которые тоже могут дать рекомендации, касающиеся подготовки к ЕГЭ? Очень важно, чтобы собрание не стало чрезмерно громоздким, поэтому стоит заранее обговорить этот вопрос и возможную длительность выступлений. Если у педагогов-предметников материала для обсуждения много, лучше организовать еще одно собрание по проблемам подготовки по конкретному предмету.

Кто может проводить это собрание? Нам кажется оптимальным вариант, когда ведущими становятся психолог и классный руководитель, потому что они смогут представить проблематику ЕГЭ с различных точек зрения.

После собрания родители самостоятельно реализуют стратегии психологической помощи, намеченные в ходе подготовительного этапа и непосредственно на собрании. Возможно, потребуется индивидуальная работа с ребенком или консультации родителей. Очень важно, чтобы на этом этапе продолжалось взаимодействие педагогов и родителей. Для этого можно, к примеру, провести еще 1—2 собрания в течение учебного года. Эти собрания будут иметь аналитический характер и позволят отслеживать ход подготовки к ЕГЭ.

На завершающем этапе собрания можно переходить к индивидуальным особенностям учеников. Очень важно не обсуждать каждого выпускника сразу со всеми родителями, а сделать это в индивидуальной форме.

Можно заранее подготовить индивидуальные характеристики на детей в письменной форме, воспользовавшись схемой, на основе которой строится описание возможных трудностей в главе 4 (психологические особенности, причины возможных трудностей, стратегии поддержки на этапе подготовки к экзамену). Раздав эти характеристики, скажите о том, что родители могут обращаться к вам, если у них есть какие-то вопросы. Конечно, это потребует больше усилий от психолога и педагогов, но зато займет меньше времени на самом собрании, и родителям будет проще запомнить эти рекомендации. Примеры сценариев родительских собраний приводятся в *Приложении 5*.

Другая возможная форма работы психолога — организация консультационного часа. Это значит, что в течение определенного времени (например, в течение часа после собрания) педа-

гоги, психолог, классные руководители будут находиться в своих кабинетах и консультировать родителей, которые к ним обратятся. Каждый родитель может подойти к любому педагогу и побеседовать с ним.

Наконец, можно просто договориться с заинтересованными родителями о времени индивидуальных консультаций.

Особое место в работе психолога с родителями по проблеме подготовки к ЕГЭ занимают рекомендации.

Рекомендации могут быть предоставлены родителям в следующих формах:

- в устной форме на родительских собраниях;
- в письменной форме в виде памяток;
- в письменной форме на стенде или в Интернете. У многих школ есть свой сайт в Интернете, и родители, не выходя из дома, могут получить ответы на волнующие их вопросы.

Если психолог для работы с родителями использует памятки, очень важно, чтобы с содержанием этих памяток были ознакомлены учителя. Это позволяет выстраивать работу в едином русле: учитель имеет возможность апеллировать к рекомендациям психолога и учитывать их в своей деятельности.

Пример рекомендаций психолога можно найти в сценариях родительских собраний (см. *Приложение 5*). Понимая ценность общих рекомендаций по подготовке к экзамену, подчеркнем приоритетность адресных рекомендаций, учитывающих индивидуальные личностные особенности и специфику учебной деятельности ребенка.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

АНКЕТЫ

Анкета «Готовность к ЕГЭ»

Анкета имеет ориентировочный характер и позволяет оценить готовность к ЕГЭ глазами самих выпускников. Она затрагивает такие составляющие, как способность к самоорганизации (познавательный компонент), уровень тревоги (личностный компонент) и знакомство с процедурой экзамена (процессуальный компонент). Анкета может быть использована для скрининговой диагностики в выпускных классах, а также для оценки результативности деятельности психолога (в этом случае анкетирование проводится до и после занятий). По нашему опыту работы с анкетой, во втором случае рост показателей не всегда свидетельствует об эффективности работы. Напротив, зачастую в результате занятий дети осознают дефицит знаний по той или иной проблеме, что находит отражение в снижении показателей.

Фамилия, имя _____

Друзья!

Приближается время сдачи Единого государственного экзамена. Для нас очень важно знать, что вы думаете по этому поводу. Результаты анкеты будут использоваться только психологом.

Просим вас оценить свое согласие или несогласие с приведенными ниже утверждениями по 10-балльной шкале от 1 — «полностью не согласен» до 10 — «абсолютно согласен».

Пожалуйста, обведите цифру, отражающую ваше мнение.

1. Я хорошо представляю, как проходит ЕГЭ	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
2. Полагаю, что смогу правильно распределить время и силы во время ЕГЭ	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
3. Я знаю, как выбрать наилучший для меня способ выполнения заданий	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
4. Считаю, что результаты ЕГЭ важны для моего будущего	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
5. Я волнуюсь, когда думаю о предстоящем экзамене	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
6. Я знаю, какие задания необходимо выполнить, чтобы получить желаемую оценку	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
7. Думаю, что у ЕГЭ есть свои преимущества	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен

8. Считаю, что могу сдать ЕГЭ на высокую оценку	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
9. Я знаю, как можно успокоиться в трудной ситуации	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
10. Я понимаю, какие мои качества могут мне помочь при сдаче ЕГЭ	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
11. Думаю, что смогу справиться с тревогой на экзамене	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
12. Я достаточно много знаю про ЕГЭ	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен
13. Чувствую, что сдать этот экзамен мне по силам	Полностью не согласен	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно согласен

Спасибо!

Анализ данных

Низкими показателями считаются 4 и меньше, высокими — 8 и больше.

Знакомство с процедурой: низкие показатели по вопросам 1, 4, 6, 7, 12 указывают на низкий уровень знакомства с процедурой.

Уровень тревоги: высокий показатель по вопросу 5, низкие показатели по вопросам 8, 11, 13 указывают на высокий уровень тревоги.

Владение навыками самоконтроля, самоорганизации: низкие показатели по вопросам 2, 3, 9 указывают на недостаточное владение навыками самоконтроля.

Анкета «Анализ пробных экзаменов»

Анкета заполняется после пробных (репетиционных) экзаменов. Она предназначена для рефлексии полученного опыта, ее результаты полезно учитывать при организации занятий с выпускниками.

Друзья!

Недавно вы сдали репетиционный экзамен, а в будущем вам предстоит сдача Единого государственного экзамена. Для нас очень важно знать, с какими трудностями вы столкнулись. Просим вас ответить на вопросы о том, как прошел для вас репетиционный экзамен. Пожалуйста, напишите свой ответ после каждого вопроса.

1. Что оказалось самым легким во время экзамена?
2. Что было для вас самым трудным во время экзамена?
3. Вы выполняли все задания подряд или выборочно? Если выборочно, то как выбирали?
4. Что для вас явилось неожиданным во время экзамена?
5. Вы планировали свою работу во время экзамена? Если да, то как?
6. Что бы вы посоветовали тем, кто готовится к сдаче репетиционного экзамена?

Благодарим за ваши ответы!

Анкета «Определение детей группы риска»*

Анкета предназначена для экспресс-диагностики, позволяющей выявить детей групп риска. Ответить на вопросы анкеты предлагается учителям или родителям.

Инструкция: Пожалуйста, отметьте, присущи ли вашему ребенку (ученику) перечисленные ниже формы поведения. Для этого поставьте «плюс» в соответствующем столбце.

№/п	Утверждение	Да	Нет
1.	Выполнение порученного дела всегда требует контроля со стороны взрослого		
2.	Очень переживает перед любой проверочной работой, контрольной, диктантом, экзаменом		
3.	Решение по какому-либо вопросу принимает с трудом, часто перекладывая его на других		
4.	Всегда и во всем исполнитель		
5.	Часто бывает несдержанным		
6.	Хорошо делает что-либо по образцу или по примеру, но свои способы выполнения предлагает редко		
7.	К успехам или неудачам в школе относится равнодушно		
8.	В своих делах и действиях часто надеется на «авось»		
9.	Правильность и качество своей работы сам не проверяет, доверяя сделать это кому-нибудь другому		
10.	Часто перепроверяет себя, постоянно что-то исправляет в сделанном		
11.	Перед выполнением чего-либо ему требуется период «раскачки»		

* Анкета разработана психологом Южного округа г. Москвы Н.В. Суриковой (Центр образования № 1861 «Загорье») в рамках курсов по психологической подготовке к ЕГЭ.

№/п	Утверждение	Да	Нет
12.	При выполнении какой-либо работы может делать ее то очень быстро, то медленно, постоянно отвлекаясь		
13.	Выполненную работу обычно не проверяет		
14.	Иногда проявляются невротические реакции: грызет ногти, кончик карандаша или ручки, теребит волосы и т.п.		
15.	При выполнении какой-либо работы очень быстро устает		
16.	Всегда и во всем претендует на самые высокие результаты		
17.	Часто бывает неаккуратным		
18.	При необходимости поменять вид работы или род деятельности делает это с трудом		
19.	Часто не может уложиться во временные рамки при выполнении чего-либо		
20.	Чаще поддерживает чужую точку зрения, свою отстаивает редко		
21.	Часто отвлекается при выполнении какой-либо работы		
22.	В работе часто бывает небрежен		
23.	Всегда стремится получать только отличные оценки		
24.	Всегда и во всем медлителен и малоподвижен		
25.	Обычно в начале делает что-либо быстро и активно, а затем темп выполнения становится все медленнее и медленнее		
26.	Старается все делать очень быстро, но часто не проверяет сделанное, пропускает ошибки		
27.	Всегда стремится быть и выполнять все лучше всех		
28.	Во время выполнения чего-либо необходимы перерывы для отдыха		
29.	Постоянно требует подтверждения правильности своего выполнения чего-либо		
30.	Равнодушен к оценке своей работы		
31.	Заранее свои действия планирует с трудом		
32.	Часто жалуется на усталость		
33.	Все делает медленно, но основательно		

КЛЮЧ:

Группа риска	Ответ «да» на вопросы:	Группа риска	Ответ «да» на вопросы:
Инфантильные дети	1, 8, 13, 30	Дети с трудностями произвольности и самоорганизации	12, 19, 21, 31
Тревожные дети	2, 10, 14, 29	Астеничные дети	15, 25, 28, 32
Неуверенные дети	3, 6, 9, 20	Гипертимные дети	5, 7, 17, 22, 26
Отличники и перфекционисты	4, 16, 23, 27	Застревающие дети	11, 18, 24, 33

Приложение 2

ТЕСТ «ПРОЦЕДУРА ЕГЭ»*

***Инструкция:** Проверьте, насколько хорошо вы знакомы с процедурой ЕГЭ. Для этого ответьте на вопросы теста. Тест построен аналогично ЕГЭ и состоит из трех частей. В части А необходимо выбрать один ответ из предложенных, в части В — написать ответ одним словом или цифрой, часть С требует развернутого ответа. Ваши ответы необходимо заносить в бланк.*

По итогам теста вы получите оценку, показывающую, насколько хорошо вы знаете процедуру ЕГЭ.

Желаем удачи!

Группа А

- A1** Чем нельзя пользоваться на экзамене?
1. Мобильным телефоном
 2. Гелевой чёрной ручкой
 3. Тестовым материалом (КИМ)
- A2** На экзамен необходимо принести
1. Учебник
 2. Паспорт
 3. Персональный компьютер

* Автор — О.В. Еремина, педагог-психолог школы № 666 ЮАО г. Москвы. Для проведения этого теста необходимо подготовить стандартные бланки ЕГЭ (можно скачать из Интернета, например, <http://www.rustest.ru>).

A3 При нарушении требований, предусмотренных правилами проведения экзамена, учащийся

1. Встаёт в угол
2. Удаляется с экзамена
3. Платит штраф

A4 Для выхода из аудитории во время экзамена необходимо обратиться

1. К организатору
2. К Президенту РФ
3. К другу

A5 Во избежание ошибок лучше сначала записать номера ответов

1. На ладони
2. На полях бланка
3. На черновике

A6 Если в задании группы «В» вместо слова нужно написать другое, то старое слово зачёркивается

1. Одной чертой
2. Двумя чертами
3. Тремя чертами

A7 После выполнения задания группы «А» необходимо выбрать номер правильного ответа и поставить в клеточку с номером правильного ответа

1. Галочку (v)
2. Звёздочку (*)
3. Крестик (X)

A8 При заполнении бланков ответов группы «С» нужно отступать от рамки на

1. 2—3 мм
2. 4—5 мм
3. 10 мм

A9 Если при заполнении бланков у учащегося возникнет какое-либо сомнение, то надо:

1. Хлопнуть в ладоши
2. Топнуть ногой
3. Поднять руку

A10 Для подачи апелляции необходимо обратиться:

1. К ответственному организатору
2. К дежурному по этажу
3. К министру образования РФ

Группа В

B1 Чем разрешено писать в бланке?

B2 Каким цветом нужно заполнять бланк?

B3 Разрешаются ли исправления в ответах?

B4 Кто раздаёт бланки ответов?

В5 Найдите правильное предложение. Напишите номер этого предложения цифрой.

1. Если в задании группы «В» вместо слова нужно написать другое, то старое слово зачёркивается.
2. Если в задании группы «В» вместо слова нужно написать другое, то старое слово заштриховывается.
3. Если в задании группы «В» вместо слова нужно написать другое, то старое слово замазывается.

В6 Найдите правильное предложение. Напишите номер этого предложения цифрой.

1. Заполнять бланк нужно на русском языке.
2. Заполнять бланк нужно на иностранном языке.
3. Заполнять бланк можно на любом языке.

В7 Найдите правильное предложение. Напишите номер 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.

В9 Запишите пропущенное слово.

По окончании экзамена вы можете подать о нарушении процедуры проведения экзамена.

В10 Что нужно сделать на бланке ответов в специальном прямоугольном поле?

Группа С

С1 Опишите проблему, 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 за ответы. Подсчитайте количество баллов и поставьте оценку.

- А — 1 балл, «3» — 8—10 баллов,
 В — 2 балла, «4» — 12—28 баллов,
 С — 5—10 баллов, «5» — 30—60 баллов.

Ответы к тестам

номер задания	номер ответа
A1	1
A2	2
A3	2
A4	1
A5	3
A6	2
A7	3
A8	1
A9	3
A10	1

номер задания	вариант ответа
B1	ручкой
B2	чёрным
B3	да
B4	организатор
B5	1
B6	1
B7	2
B8	символ
B9	апелляцию
B10	расписаться

Приложение 3

ПРИМЕРЫ ПАМЯТОК ДЛЯ ВЫПУСКНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

Как подготовиться к экзаменам и сдать их (памятка для выпускников)

Подготовка к экзамену

- Сначала подготовь место для занятий: убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши и т.п.
- Можно ввести в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность. Для этого бывает достаточно какой-либо картинки в этих тонах или эстампа.
- Составь план занятий. Для начала определи: кто ты — «сова» или «жаворонок», и в зависимости от этого максимально используй утренние или вечерние часы. Составляя план на каждый день подготовки, необходимо четко определить, что именно сегодня ты будешь делать. Не вообще: «немного позанимаюсь», а какие именно разделы и темы рассмотришь и повторишь.

- Начни с самого трудного, с того раздела, который знаешь хуже всего. Но если тебе трудно «раскачаться», можно начать с того материала, который тебе больше всего интересен и приятен. Возможно, постепенно войдешь в рабочий ритм, и дело пойдет.
- Чередуй занятия и отдых, скажем, 40 минут занятий, затем 10 минут — перерыв. Можно в это время помыть посуду, полить цветы, сделать зарядку, принять душ.
- Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить наизусть весь учебник. Полезно структурировать материал за счет составления планов, схем, причем желательно на бумаге. Планы полезны и потому, что их легко использовать при кратком повторении материала.
- Готовясь к экзаменам, никогда не думай о том, что не справишься с заданием, а, напротив, мысленно рисуй себе картину триумфа.
- Оставь один день перед экзаменом на то, чтобы вновь повторить все планы ответов, еще раз остановиться на самых трудных вопросах.

Накануне экзамена

- Многие считают: для того чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это неправильно. Ты уже устал, и не надо себя переутомлять. Напротив, с вечера перестань готовиться, прими душ, погуляй. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением своего здоровья, силы, «боевого» настроя. Ведь экзамен — это своеобразная борь-

ба, в которой нужно проявить себя, показать свои возможности и способности.

- В школу перед экзаменом ты должен явиться не опаздывая, лучше за полчаса до его начала. При себе нужно иметь несколько (про запас) шариковых ручек с синими чернилами.

Во время экзамена

- Вначале вам сообщат необходимую информацию (как подписать тетрадь, сколько и на что отводится времени и т.д.). Будь внимателен!!!
- Сосредоточься! Постарайся на время забыть про окружающих. Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время экзамена. Торопись не спеша! Жесткие рамки времени не должны влиять на качество твоей работы.
- Начни с легкого! Начни с решения тех задач (ответа на те вопросы), в знании которых ты не сомневаешься, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты успокоишься, голова начнет работать более ясно и четко, и ты войдешь в рабочий ритм. Ты как бы освободишься от нервозности, и вся твоя энергия потом будет направлена на более трудные вопросы.
- Читай вопросы и задания до конца! Спешка не должна приводить к тому, что ты стараешься понять условия задачи «по первым словам» и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых легких задачах.

- Запланируй два круга! Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведенного времени пройти по легким вопросам (задам) («первый круг»), а потом спокойно вернуться и подумать над трудными, которые тебе вначале пришлось пропустить («второй круг»).
- Проверь! Оставь время для проверки своей работы, хотя бы чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки.
- Угадывай! Если ты не уверен в выборе ответа, но интуитивно можешь предпочесть какой-то ответ другим, то интуиции следует доверять! При этом выбирай такой вариант, который, на твой взгляд, имеет бóльшую вероятность.
- Не паникуй! Самое главное — успокоиться и сосредоточиться, и тогда успех не заставит себя ждать!

Психологическая поддержка выпускников, участвующих в Едином государственном экзамене (памятка для родителей)

Уважаемые родители выпускника!

Ваши сын или дочь приняли важное решение — участвовать в Едином государственном экзамене (ЕГЭ).

Почему они так волнуются?

- Сомневаются в полноте и прочности своих знаний.
- Сомневаются в собственных способностях: умении логически мыслить, анализировать, концентрировать и распределять внимание.

- Испытывают страх перед экзаменом в силу личностных особенностей — тревожности, неуверенности в себе.
- Боятся незнакомой, неопределенной ситуации.
- Испытывают повышенную ответственность перед родителями и школой.

Каждая из этих причин может в той или иной степени влиять на состояние вашего ребенка.

Чем вы можете помочь своему ребенку в сложный период подготовки и сдачи ЕГЭ?

Вы можете:

- Собрать информацию о процессе проведения экзамена, чтобы экзамен не был ни для вас, ни для вашего ребенка ситуацией неопределенности.
- Проявлять понимание и любовь, оказывать поддержку, верить в его силы:
 - откажитесь от упреков, доверяйте ребенку;
 - если школьник хочет работать под музыку, не надо этому препятствовать, только договоритесь, чтобы это была музыка без слов.
- Участвовать в подготовке к ЕГЭ:
- Обсудите, какой учебный материал нужно повторить. Вместе составьте план подготовки.
- Вместе определите, «жаворонок» выпускник или «сова». Если «жаворонок» — основная подготовка проводится днем, если «сова» — вечером.

- Проведите репетицию письменного экзамена (ЕГЭ). Установите продолжительность пробного экзамена (3 или 4 часа), организуйте условия для работы, при которых выпускник не будет отвлекаться. Помогите исправить ошибки и обсудите, почему они возникли.
- Организовать режим (именно родители могут помочь своему ребенку наиболее эффективно распорядиться временем и силами при подготовке к ЕГЭ).
- Во время подготовки ребенок должен регулярно делать короткие перерывы.
- Договоритесь с ребенком, что вечером накануне экзамена он раньше прекратит подготовку, сходит на прогулку и ляжет спать вовремя. Последние двенадцать часов должны уйти на *подготовку организма*, а не на приобретение знаний.

Приложение 4

ПРОГРАММА ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПОДГОТОВКЕ ВЫПУСКНИКОВ К ЕГЭ

Мы полагаем, что оптимальной формой фронтальной психологической подготовки выпускников к Единому государственному экзамену являются психолого-педагогические занятия. Это не тренинг и не классный час в чистом виде, это нечто промежуточное.

Предлагаемые нами занятия имеют ряд существенных отличий от психологических тренингов:

- В тренинге обычно принимают участие не более 15 человек, а в занятиях — весь класс.
- Для тренинга характерен высокий уровень эмоциональной открытости и взаимного доверия участников, что невозможно при работе в реальной группе, какой является школьный класс.
- На тренинге участников обычно рассаживают кругом. Это не всегда бывает возможно в рамках классного часа. Дети могут не иметь времени или желания, чтобы сидеть в кругу.
- Упражнения на тренинге обычно организуются таким образом, чтобы каждый участник мог поделиться тем опы-

том, который он получил. Завершающая часть тренингового занятия (шеринг, рефлексия) подразумевает получение обратной связи от каждого участника. В рамках подготовки к ЕГЭ это невозможно, прежде всего вследствие количества участников и специфики взаимодействия в классе (дети могут не чувствовать достаточного уровня доверия, чтобы делиться своими мыслями с одноклассниками).

Вместе с тем занятия отличаются и от традиционных классных часов:

- основное содержание занятий направлено не столько на информирование, сколько на проживание, получение определенного опыта;
- акцент делается не на усвоение определенной информации, а на «примеривание» ее на себя, на освоение собственного способа деятельности;
- используются особые методы работы: мини-группы, групповая дискуссия, элементы аутотренинга, ролевое моделирование.

Содержание занятий включает *три блока*:

- *Информационный* (сведения о процедуре и правилах Единого государственного экзамена, о тех правах, которые есть у выпускников).
- *Эмоциональный* (какие чувства есть или могут быть у выпускников и как к этому относиться).
- *Поведенческий* (отработка желаемого поведения).

Занятия составлены таким образом, что проводить их может как школьный психолог, так и классный руководитель.

В каждом занятии принимают участие ученики выпускного класса. В принципе занятия рассчитаны на весь класс, но если время и возможности позволяют, класс можно разделить на подгруппы. Продолжительность занятия — 40 минут (длительность школьного урока).

Организация пространства для занятий зависит от условий конкретной школы. Если детей не очень много или есть возможность поделить класс на подгруппы, можно посадить участников в круг. Если позволяют условия, то для работы в мини-группах можно рассадить детей небольшими группами вокруг столов. При отсутствии такой возможности работа проводится в обычном классе.

Что можно порекомендовать педагогу или психологу, ведущему занятия с выпускниками?

Как показывает практика, дети, особенно не имеющие опыта участия в тренингах, могут испытывать неловкость и смущение при выполнении задания, при работе в мини-группах. Поэтому очень важно, чтобы ведущий сам был активен, подбадривал и мотивировал участников. Когда они начнут работать, можно походить по классу, посмотреть, кто испытывает трудности, и при необходимости поговорить с учеником, может быть, что-то подсказать ему.

При обсуждении результатов групповой работы необходимо выслушать все группы. Если же упражнение имело индивидуальный характер, то при большом количестве участников невозможно выслушать каждого, да это и не нужно, потому что потеряется динамика занятия. Поэтому будет вполне достаточ-

но, если вы слушаете приблизительно одну пятую часть участников (например, если всего в классе двадцать пять учеников, выслушайте пятерых). В начале обсуждения спросите: «Кто хочет поделиться своими мыслями?» Если желающих нет, подбодрите детей, напомните, что эти задания не оцениваются. Если и в этом случае нет желающих, спросите сами, причем в первую очередь детей активных и уверенных.

Для того чтобы материалы занятий лучше усваивались, чтобы повысить эффективность занятий и закрепить полученные навыки, мы рекомендуем составлять «копилку полезных советов», которая может служить чем-то вроде памятки. В начале занятий участники заводят особый маленький блокнотик или тетрадку, куда в конце каждого занятия записывают выводы и рекомендации. В результате к окончанию работы у каждого будет собственный сборник советов себе.

Занятие имеет определенную структуру. Начинается оно с разогрева. Это короткое динамичное упражнение, задача которого — повысить энергию группы. Затем следует презентация темы, то есть краткое объяснение того, о чем пойдет речь на занятии и почему это важно. Задача презентации — повысить мотивацию выпускников. Затем происходит информирование: сообщение детям необходимых сведений, которые обязательно должны проигрываться и подкрепляться, что и происходит в содержательной части (проигрывание). Завершается занятие рефлексией, то есть осмыслением новых знаний, и пополнением копилки.

Темы занятий:

1. Что такое Единый государственный экзамен?
2. Индивидуальный стиль деятельности.
3. Как справиться со стрессом на экзамене?
4. Ролевая игра «Сдаем ЕГЭ».

В зависимости от специфики класса можно менять содержание занятий. Каждое занятие рассчитано на класс с высоким темпом деятельности и высокой работоспособностью. В слабом классе вы можете сократить объем упражнений на занятии или увеличить общее количество занятий.

Занятие 1 **ЧТО ТАКОЕ ЕДИНЫЙ** **ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКЗАМЕН?**

Цель: познакомить выпускников с сущностью, процедурой и содержанием Единого государственного экзамена, повысить учебную мотивацию и мотивацию на участие в занятиях.

Необходимые материалы: демонстрационные материалы ЕГЭ, тетради или блокноты по количеству участников («копилки»), ручки, писчая бумага.

Ход работы

Разогрев

Игра «Ассоциации». Участники получают инструкцию: «Ассоциации — это первое, что приходит в голову, когда вы слышите какое-то слово или видите какой-то предмет. Во время разминки вам нужно будет давать ассоциации на то слово, которое скажет предыдущий игрок. Например, если я начинаю и произношу слово “тумбочка”, то Петя (называете ученика, продолжающего игру) говорит свою ассоциацию на это слово, например, “телевизор”, а Маша дает свою ассоциацию на слово Пети и т.д. Постарайтесь не задумываться подолгу, говорите первое, что приходит в голову. Итак, я начинаю: экзамен...»

Презентация темы

«Очень скоро завершатся ваши школьные годы. Впереди у вас очень важный период — экзамены. Вам предстоит сдавать их в особой форме — в форме Единого государственного экзамена. ЕГЭ отличается от привычных для вас форм проверки знаний: контрольных, самостоятельных работ и устных экзаменов».

Прежде чем переходить к информированию, попросите учеников сформулировать, что они хотели бы узнать о Едином государственном экзамене. Это можно сделать в мини-группах (разделите учеников на группы по 5—6 человек и попросите каждую группу придумать как можно больше вопросов про ЕГЭ) или индивидуально (в этом случае предложите ученикам озвучить их вопросы и составьте общий список).

Информирование

На этом этапе занятия задача ведущего — максимально ясно и подробно изложить, в чем заключается суть Единого государственного экзамена, каково его содержание, процедура и права учащихся. Для этого можно использовать материалы первой главы, необходимо также проиллюстрировать рассказ демонстрационными материалами. Когда ваш рассказ будет завершен, обратитесь к составленному участниками списку вопросов и проверьте, на все ли вопросы были даны ответы.

Проигрывание

Для повышения мотивации очень важно, чтобы ученики сами нашли для себя какой-то смысл в Едином государствен-

ном экзамене. Поэтому проигрывание лучше начать с «мозгового штурма» на тему «Что может мне дать ЕГЭ?». Участников нужно разделить на группы по пять-шесть человек и предложить им в течение 5 минут сформулировать как можно больше ответов на вопросы: чем ЕГЭ может быть для меня лучше традиционной формы экзамена и в чем его плюсы для меня? При этом необходимо объяснить, что не нужно критически относиться к предлагаемым вариантам, даже если они кажутся на первый взгляд совсем бессмысленными. Напротив, нужно записывать все высказываемые идеи.

Когда обсуждение завершится, группы должны озвучить его результаты. Задача ведущего — обобщить и подытожить все высказанные идеи.

Рефлексия

На первом занятии рефлексия можно провести в игровой форме. Дети продолжают работать в группах. Предложите каждой группе разработать тест о правилах и процедуре ЕГЭ, состоящий из трех блоков: А, В и С (всего не менее 7 и не более 10 вопросов), и договориться, сколько баллов можно начислить за каждый вопрос. После выполнения этого задания группы меняются «тестами» и отвечают на них, а затем «тесты» возвращаются к «разработчикам». «Разработчики» становятся «независимыми экспертами», проверяют результаты «тестирования» и начисляют баллы.

Составление копилки

На первом занятии расскажите участникам о том, что представляет собой «копилка» и зачем она нужна. Очень важно, что-

бы дети вносили туда те советы и рекомендации, которые покажутся важными им самим. Объясните, что эту копилку никто не будет проверять, что она составляется для личного пользования. Копилки раздаются ученикам, они их подписывают и вносят туда первую информацию.

Методические рекомендации

Одна из важнейших функций первого занятия — мотивационная, ей следует уделить особое внимание. Очень важно, чтобы выпускники осознали необходимость подготовки к ЕГЭ не только в виде заучивания материала. В некотором смысле цель первого занятия — поставить перед учениками проблему подготовки к ЕГЭ как таковую.

При проведении разогрева нужно определить последовательность игроков, чтобы участники всегда знали, кто будет следующим. Сделать это можно в зависимости от того, как вы рассадите детей в классе.

При обсуждении результатов «мозгового штурма» очень важно попытаться найти рациональное зерно во всех предлагаемых детьми идеях, даже на первый взгляд абсурдных.

В конце занятия копилки лучше собрать и раздать их всем только после завершающей встречи. В этом случае больше вероятность, что они не потеряются и будут заполнены.

Занятие 2 ЧТО ТАКОЕ ЕДИНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКЗАМЕН? (продолжение)

Цель: познакомить выпускников с сущностью, процедурой и содержанием Единого государственного экзамена, повысить учебную мотивацию и мотивацию на участие в занятиях.

Необходимые материалы: плакаты с буквами Е, Г, Э (по одной на каждом плакате) видеозапись сдачи ЕГЭ, писчая бумага, цветные карандаши или фломастеры.

Ход работы

Разогрев

Игра «Расшифровка». На стене развешиваются плакаты с буквами Е, Г, Э. Участникам предлагается следующее задание: «Перед вами три буквы. Они могут иметь хорошо известную нам расшифровку — Единый государственный экзамен, а могут обозначать что-то совсем другое. Давайте попробуем расшифровать каждую букву по-своему».

Сначала участники предлагают слова, начинающиеся на каждую из этих букв, которые записываются на соответствующих плакатах, а затем психолог предлагает составить из этих слов словосочетания, в итоге получается что-то вроде «естественный громкий эксперимент».

Упражнение хорошо помогает снизить общую тревогу перед обсуждением темы.

Презентация темы

«Вы уже многое знаете про Единый государственный экзамен. Наверняка вы уже слышали множество разных отзывов о нем, как положительных, так и отрицательных. Очень важно, чтобы вы составили по этому вопросу свое собственное мнение».

Информирование

Просмотр видеозаписи сдачи ЕГЭ. Обсуждение просмотренного материала. Выпускникам можно задать такие вопросы:

- Что из увиденного было уже знакомым для вас, а что — неожиданным?
- Какие компоненты процедуры ЕГЭ, с вашей точки зрения, помогают лучше сдать этот экзамен?
- Как бы вы охарактеризовали процедуру экзамена?

Проигрывание

Упражнение «Шкала согласия». Для обсуждения можно предложить такие утверждения:

- Считаю, что сдать ЕГЭ мне по силам.
- Думаю, что ЕГЭ имеет свои положительные стороны.
- По-моему, введение ЕГЭ принесло нам только проблемы.

Упражнение «Мое будущее». Предложите ученикам изобразить свое будущее в виде какого-то образа. Это может быть дом, дорога, гора... Когда рисунок будет готов, предложите детям

изобразить на нем в такой же символической форме ЕГЭ. Например, если будущее изображено в виде дороги, ЕГЭ может выглядеть как ворота и т.д.

Рефлексия

Обсудите результаты упражнения. Если у кого-то из учащихся образ ЕГЭ явно негативный (яма на дороге, пожар в доме и т.п.), вместе с ним подумайте над более конструктивным вариантом.

Составление копилки

Предложите ученикам продолжить фразу «ЕГЭ для меня — это...» так, чтобы продолжение помогало положительно воспринимать этот экзамен. Пусть они запишут эти фразы в копилки.

Методические рекомендации

Предполагается, что учащиеся уже владеют базовой информацией о ЕГЭ. Занятие предназначено для того, чтобы ребята смогли освоить, проанализировать эту информацию. Особый акцент следует сделать на обсуждениях. Чрезвычайно важно, чтобы дети не сосредоточивались на негативных аспектах экзамена. Задача педагога — помочь им обнаружить для себя личный позитивный смысл ЕГЭ. При проведении упражнения «Мое будущее» очень важно обратить внимание детей на то, что ЕГЭ играет не фатальную роль, лишая их доступа к образованию, а, наоборот, может предоставить дополнительные возможности.

Занятие 3 ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СПОСОБ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Цель: познакомить выпускников с возможными способами деятельности при сдаче ЕГЭ, помочь им выработать индивидуальный стиль.

Необходимые материалы: демонстрационные тестовые материалы (по количеству учащихся), три ватманских листа (в верхней части каждого написана одна из цифр — 3, 4, 5), маркеры или фломастеры, мягкая игрушка.

Ход работы

Разогрев

Упражнение «Самый-самый». Тот, у кого в руках оказывается игрушка, должен себя похвалить, продолжив фразу: «Я самый ...»

Презентация темы

«Отличие ЕГЭ от обычного экзамена заключается в том, что при этой форме экзамена у вас есть разные варианты получения желаемой оценки. Очень важно решить для себя, на какую оценку ты хочешь претендовать, и в соответствии с этим планировать свои действия».

Информирование

В ЕГЭ есть разные задания — простые и трудные (в конце каждого варианта). Статистика показала, что по большинству

предметов примерно половина школьников справляется с примерно половиной заданий. Это нормально для тестового метода. Тестовый метод не предполагает, выполнения всех заданий. Даже отличники решают только 70—80% заданий, все не решает практически никто.

Все варианты Единого экзамена состоят из двух частей. Более трудные задания (например, почти все задания типа С) собраны во второй части. Для получения «тройки» достаточно успешно выполнить фактически только первую часть. При этом хватит примерно 60% решенных заданий из первой части (хотя используется несколько разная граница для разных предметов). Но лучше не бросать тест и не уходить из аудитории раньше времени, даже не попробовав решать вторую его часть. Кто знает, может быть, вам не хватит всего-то пары баллов до «заветной тройки» или для более высокой оценки, а решив правильно хотя бы одно задание из второй части, вы как раз и достигнете этой границы.

Одно задание типа С по математике дает примерно в четыре раза больше очков, чем одно задание типа А, а по русскому — в три раза. На основе статистики производится калибровка заданий по трудности, и за более трудные дается больше баллов.

Как влияют результаты ЕГЭ на школьный аттестат? На период эксперимента принято следующее правило: при расхождении балла ЕГЭ (по пятибалльной шкале) и годовой оценки на один балл в аттестат идет более высокий балл, при расхождении в два балла — средний. Обратите внимание, данное правило означает, что «троечники» сохранят за собой тройки в аттестатах даже в том случае, если по ЕГЭ они получают «двойки».

Если разница между отметками больше одного балла — будут считать среднее арифметическое, так что сдавший ЕГЭ на

«5» троечник сможет гордиться «четверкой» в аттестате. Но вуз, участвующий в эксперименте, принимает лишь результат ЕГЭ, то есть работает со свидетельством, а не с аттестатом.

Проигрывание

Для следующего задания участников необходимо разделить на мини-группы. Лучше всего сделать это с помощью жеребьевки (например, раздав детям карточки с цифрами).

Задача каждой группы — описать «пути» к различным оценкам (что нужно сделать, чтобы получить «тройку», «четверку» и т.д.). Например, для «пятерки» нужно выполнить все задания группы А, часть заданий группы В и два задания группы С (на всякий случай два, а не одно) или половину заданий группы А и три задания группы С и т.д. Причем для каждого варианта требуется дать еще и планирование по времени (указать, сколько минут отводится на тот или иной этап). Напомните, что в планирование необходимо включить время на общую ориентацию в тесте (в начале) и проверку (в конце).

Когда эта работа будет завершена, предложите командам по очереди озвучить свои варианты. Фиксируйте предлагаемые алгоритмы на соответствующих листах. Когда обсуждение закончено, перед детьми вывешиваются три плаката (с нарисованными в верхней части листа оценками «3», «4» и «5»).

Ведущий подводит итог и говорит, что к каждой оценке можно прийти различными путями, и еще раз формулирует эти пути. Затем ведущий напоминает, что не существует единственно правильного пути, для каждого человека он свой, и предлагает детям подумать и решить, какой путь кажется им наиболее подходящим лично для них, и записать его.

По завершении этого задания ведущий говорит детям, что нет никакой необходимости выполнять все задания. Даже если какие-то задания будут пропущены или решены неверно, общая оценка может быть достаточно высокой.

Раздайте детям демонстрационные материалы. Попросите просмотреть их и вычеркнуть те задания, которые для них абсолютно незнакомы, а затем предложите просмотреть оставшиеся вопросы и определить, на какую оценку их хватит.

Общий вывод из этого упражнения: *даже пропустив часть материала, вполне возможно претендовать на высокую оценку.*

Рефлексия

Попросите желающих учеников сформулировать, какой способ деятельности для них оптимален.

Составление копилки

В копилку необходимо записать или все возможные пути достижения желаемой оценки, или тот, который кажется наиболее подходящим.

Методические рекомендации

При проведении этого занятия не следует акцентировать внимание на содержании тестовых заданий. Не нужно выполнять задания или обсуждать способы их решения. Если же у детей возникнут подобные вопросы, переадресуйте их учителям-предметникам.

Если детям будет трудно формулировать способы достижения желаемой оценки, можно предложить им один или два спо-

соба в качестве образца, однако очень важно, чтобы способы были предложены самими детьми. При формулировке способов особое внимание стоит обратить на то, чтобы они были «избыточными», то есть обеспечивали немного больший объем выполнения заданий (вдруг где-то закрадется ошибка или неточность).

При анализе материалов занятия особое внимание следует обратить на то, что речь идет о достаточном объеме выполнения тестовых заданий, причем совершенно не требуется справляться со всеми заданиями. Если у детей возникает впечатление, что при работе с демонстрационными материалами они вычеркивают слишком много вопросов, напомните, что они выполняли это упражнение без целенаправленной подготовки и, возможно, по предмету, который они сдавать вообще не будут.

Занятие 4 МОЙ УЧЕБНЫЙ СТИЛЬ

Цель: сформировать у учащихся понимание своего учебного стиля, способствовать осознанию индивидуального стиля деятельности.

Необходимые материалы: бланки анкет по количеству учащихся.

Ход работы

Разогрев

Учащимся предлагается ответить на вопросы двух анкет (см. *Материалы к занятию 4* — с. 126—129). Результаты подсчитываются позже.

Презентация темы

«Вы наверняка заметили, что все мы учимся по-разному, у каждого из нас есть свои особенности, способы работы, свои сильные и слабые стороны. Если мы осознаем, что является нашими сильными сторонами, а что — слабыми местами, то нам будет легче найти оптимальные способы подготовки к экзамену, организовать свою деятельность так, чтобы сильные стороны стали нашими ресурсами и помогли компенсировать слабые».

Информирование

Скажите участникам о том, что сегодня вы рассмотрите два важных аспекта учебной деятельности: каналы восприятия и когнитивные стили.

Каналы восприятия — это способы восприятия и переработки новой информации. Выделяют три канала: визуальный, аудиальный и кинестетический. Кратко охарактеризуем людей с преобладанием одного из способов восприятия.

Визуалы: «Я вижу!»

- Обладают хорошей зрительной памятью, эмоционально реагируют на цвет.
- В учебе больше опираются на визуально запомнившиеся страницы учебника или конспекта.
- Наиболее эффективные методы: чтение, письмо, фильмы, работа на доске, работа с картинками и рисунками, работа с книгами, газетами, журналами, диктанты.

Аудиалы: «Я слышу!»

- Обладают хорошей слуховой памятью, большое значение придают словам, музыке, звукам.
- В учебе больше опираются на материал, который услышали.
- Наиболее эффективные методы: ролевые игры, аудиозаписи, видеофильмы, устные задачи, прослушивание рассказов, чтение вслух.

Кинестетики: «Я чувствую!»

- Ощущения для таких людей первичны, а действия вторичны.
- Обладают хорошей мышечной памятью.
- В учебе больше опираются на собственный опыт, то, что сделали сами.
- Наиболее эффективные методы: физические соревнования и игры, решение задач с использованием материальных предметов, проведение экспериментов, группы с переменным составом.

У каждого человека один канал восприятия является ведущим. Использование опоры на несколько каналов способствует лучшему усвоению информации.

Когнитивный стиль — это особенности познавательной деятельности, которые характеризуют своеобразие способов получения и переработки информации.

Выделяют два основных когнитивных стиля — синтетический и аналитический.

Синтетики

- Объединяют, синтезируют имеющиеся у них знания о предмете.
- Созидают из частей целое, с легкостью находят связи и объединяют.
- Детали не имеют для них значения.

Аналитики

- Расчлняют и исследуют предмет познания по компонентам.
- Они разбирают целое на части и стремятся найти различия.
- Детали имеют большое значение.
- Успешно применяют правила.

Что помогает учиться?

Синтетикам

- Опора на контекст и личный опыт, возможность самим создавать, придумывать схемы, опираясь на известные детали.
- Выделение главной мысли, составление кроссвордов, работа посредством моделей, мозговой штурм.

Аналитикам

- Виды деятельности, которые позволяют им углубиться в детали, проанализировать информацию, сделать выводы, работа по правилам.
- Тесты множественного выбора, анализ (слова, темы и т.п.), запоминание деталей, выделение ошибок.

Проигрывание

Предложите детям узнать об особенностях своей познавательной деятельности и подсчитать результаты анкетирования. Спросите их, согласны ли они с полученными результатами.

Разделите детей на три группы. Если в классе выделилось примерно одинаковое количество визуалов, аудиалов и кинестетиков, объедините группы по данному принципу, если нет — просто в случайном порядке. Предложите каждой группе разработать рекомендации по подготовке к ЕГЭ и поведению на экзамене для визуалов, аудиалов и кинестетиков. Если время позволяет, можно также повторить это упражнение, предложив выпускникам разработать рекомендации для аналитиков и синтетиков.

Рефлексия

Обсудите с детьми, насколько результаты анкетирования действительно отражают особенности их учебной деятельности.

Составление копилки

В копилку заносятся результаты анкетирования и рекомендации для соответствующего типа.

Методические рекомендации

При проведении этого занятия важно помнить, что ярко выраженные типы встречаются не так часто. Смысл занятия не в том, чтобы выявить визуалов или синтетиков, а в том, чтобы выпускники увидели разнообразие возможных способов оптимизации своей работы.

Материалы к занятию 4

Анкета 1

Оцените, насколько данные утверждения справедливы для вас, и проставьте цифры в соответствующие клетки таблицы:

3 балла — абсолютно точно

2 балла — в большой степени

1 балл — незначительно

0 баллов — совсем не подходит

1. В одежде и мебели для меня важен цвет.
2. Долго помню то, что мне сказали.
3. После тяжелого дня самое большое желание — принять удобное положение и расслабиться.
4. Стараюсь записывать важные детали, чтобы не забыть.
5. Люблю петь, когда чем-нибудь занимаюсь.
6. Я не стану носить даже самую модную вещь, если она неудобна.

7. Люблю рассматривать картины, красивые пейзажи и т.п.
8. Мне помогает, если я рассуждаю вслух.
9. Мне приятно, когда в лицо дует теплый ветерок.
10. То, что вижу, запоминаю особенно хорошо.
11. Люблю слушать звуки природы: шум дождя, моря и т.п.
12. Люблю потягиваться, разминаться.
13. Я лучше запоминаю то, что прочитал сам, чем то, что мне рассказывают.
14. Для меня важен голос собеседника.
15. Люблю, когда мне делают массаж.
16. Для меня важен внешний вид человека.
17. Люблю, когда читают вслух.
18. Когда слышу музыку, отбиваю такт ногой или рукой.
19. Мне нравится, когда люди хорошо одеваются.
20. В шуме не могу сосредоточиться.
21. Лучше всего запоминаю, если могу при этом двигаться: ходить, двигать ногами, руками и т.д.
22. Люблю фотографировать, выбирать удачные ракурсы для съемки.
23. Я лучше запоминаю то, что мне рассказывают, чем то, что я читаю сам.
24. Не могу долго сидеть или лежать на неудобной мебели.

Таблица

№№ вопросов и баллы													Сумма баллов			
1		4		7		10		13		16		19		22		
2		5		8		11		14		17		20		23		
3		6		9		12		15		18		21		24		

Если максимальное количество баллов получилось в верхней строке, то вы – визуал, если в средней, то вы – аудиал, если в нижней, то вы – кинестетик.

Анкета 2*

Дорогие друзья!

Все люди изучают одни и те же предметы, но делают это по-разному. Кому-то легче запоминать на слух, кому-то необходимо прочитать материал. Кто-то легко находит общее в разных предметах, а кто-то углубляется в один. Мы предлагаем вам ответить на вопросы, которые помогут лучше понять ваш учебный стиль.

Вам предлагаются пары противоположных утверждений. Ваша задача — оценить, насколько они для вас справедливы. Если вам абсолютно подходит левое утверждение, обведите цифру 1. Если абсолютно подходит правое утверждение — цифру 10. Если оба утверждения вам в какой-то степени подходят, но одно немного больше, выберите соответствующую цифру и обведите ее.

* Анкета составлена на основе материалов: Ливер Бетти Лу. Методика индивидуализированного обучения иностранному языку с учетом влияния когнитивных стилей на процесс его усвоения. Дисс... канд. пед наук. М., 2000.

Мне очень помогает опора на личный опыт	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Мне помогает опора на теоретические знания
Я предпочитаю догадываться сам, без объяснения	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Я хочу, чтобы мне объяснили главную информацию
Мне легче найти сходства между двумя вещами	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Мне легче найти различия между двумя вещами
Для меня важнее понять основную мысль	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Для понимания смысла мне важнее знать детали
Я могу догадаться о значении иностранного слова по смыслу	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Я лучше проверю значение нового слова в словаре
Я лучше понимаю, когда мне объясняют материал в общем	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Я лучше понимаю, когда материал разбирают на части
Мне помогают образы и сравнения	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Мне лучше объяснять конкретно, напрямую
Составление плана мне только мешает, я все вижу в целом	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Составление плана очень помогает в работе
Мне легче работать, опираясь на примеры	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Мне легче работать, опираясь на правила
Я лучше понимаю примеры и иллюстрации	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Я лучше понимаю схемы и таблицы

Левый полюс анкеты (1) соответствует синтетическому стилю, а правый (10) — аналитическому. Возможны следующие варианты обработки анкеты:

- 1) Подсчет среднего балла. Чем ниже балл, тем более выражен синтетический стиль, чем выше — аналитический.
- 2) Подсчет количества ответов, больших и меньших, чем 5. Большее количество ответов, меньшее 5, соответствует синтетическому стилю, большее 5 — аналитическому.

Занятие 5 КАК СПРАВИТЬСЯ СО СТРЕССОМ НА ЭКЗАМЕНЕ?

Цель: ознакомить учеников с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации.

Необходимые материалы: мягкая игрушка.

Ход работы

Разогрев

Упражнение «Самое трудное». Ведущий показывает детям игрушку и предлагает следующее задание: «Тот, у кого в руках оказывается эта игрушка, должен продолжить фразу: “Самое трудное на экзамене — это...” — и бросить игрушку любому другому человеку. Нельзя бросать игрушку одному и тому же человеку больше одного раза».

Презентация темы

«Ситуация экзамена, непростая сама по себе, усложняется еще и тем, что обычно человек, сдающий экзамен, тревожится, беспокоится, переживает. Сильное волнение и беспокойство мешают сосредоточиться, снижают внимательность. Но это состояние вполне поддается сознательному регулированию, причем для этого совсем не нужно быть йогом. Существуют простые психологические способы справиться с тревогой в ситуации экзамена, и сегодня мы с ними познакомимся».

Информирование

«Существуют различные способы справиться со своей тревогой. Мы познакомимся с некоторыми из них.

Простой, но очень эффективный способ — *аутотренинг*. Аутотренинг позволяет человеку создать подходящий настрой, добиться спокойствия и уверенности. Формулы аутотренинга направлены на подсознание».

Правила составления формулы аутотренинга

- Все утверждения должны быть сформулированы в утвердительной форме. Употребление частицы «не» запрещается.
- Все утверждения должны быть сформулированы в настоящем времени. Нельзя употреблять слова типа «пытаться», «стараться».

Например, удачной будет такая формула: «Все хорошо в моем мире. Я уверен и спокоен. Я быстро вспоминаю весь материал. Я сосредоточен».

Состояние тревоги обычно связано с мышечным напряжением. Иногда для того, чтобы достичь спокойствия, достаточно бывает расслабиться. Такой способ борьбы с тревогой называется *релаксацией*. Можно проводить мышечную релаксацию или релаксацию с помощью дыхания.

Наконец, справиться с тревогой помогает *медитация*. Конечно, мы не буддийские монахи и на таком уровне медитировать не будем. По сути, медитация — это состояние глубокого сосредоточения на одном объекте. Такое состояние позволяет обрести душевный покой и равновесие.

Проигрывание

Предложите учащимся составить *формулы аутотренинга* для себя. Попросите желающих прочитать составленные формулы.

«**Состояние тревоги и покоя**». (Это упражнение можно провести перед тем, как рассказывать детям о релаксации.) Предложите детям закрыть глаза и как можно лучше вспомнить или представить себе ситуацию, которая вызывает у них тревогу или волнение. Необходимо обратить внимание на то, что происходит с физическим самочувствием, как дети ощущают себя в ситуации тревоги. Затем предложите вспомнить ситуацию, в которой дети чувствуют себя уверенно, и снова обратить внимание на физическое самочувствие.

По завершении упражнения обсудите его результаты и составьте «портрет тревоги» и «портрет спокойствия». Обратите особое внимание на то, что тревога сопровождается напряжением, а спокойствие — расслабленностью.

Упражнения на релаксацию

Лучше всего проводить упражнения непосредственно после рассказа о той или иной технике.

«**Мышечная релаксация**». Наиболее простой способ — расслабление рук. Попросите детей принять удобное положение, положить руки на колени или на стол и закрыть глаза. Предложите им сосредоточить внимание на руках. Пусть дети ощутят тепло своих рук, их мягкость. Если в руках есть напряжение, просто позвольте ему быть. О том, что достигнуто полное расслабление, можно судить, если руки теплеют и становятся тяжелыми.

«**Дыхательная релаксация**». Наиболее простой способ — это дыхание на счет. Предложите детям принять удобную позу, закрыть глаза и сосредоточиться на дыхании. На четыре счета делается вдох, на четыре счета — выдох.

«**Медитация на предмет**». Попросите детей выбрать любой предмет (часы, кольцо, ручку и т.д.) и положить его перед собой. Предложите им попробовать в течение определенного времени (не более 3—5 минут) удерживать все внимание на этом предмете, внимательно его рассматривать, стараясь не отвлекаться ни на какие посторонние мысли.

По завершении релаксационных упражнений спросите у детей, как меняется их состояние.

Рефлексия

Спросите участников, какой способ снятия тревоги оказался им наиболее подходящим лично для них.

Составление копилки

Предложите детям записать наиболее подходящий им способ снятия напряжения.

Методические рекомендации

Для обучения учащихся приемам саморегуляции на экзамене мы используем два подхода: метод прогрессирующей мышечной регуляции Э.Джекобсона и метод аутогенной тренировки.

Э.Джекобсон в 1929 году в работе «Прогрессирующая релаксация» экспериментально показал, что эмоциональные ре-

акции отражаются в теле в виде мышечного напряжения. Чем сильнее эмоциональное напряжение, тем более выражено напряжение скелетной мускулатуры. Соответственно мышечное расслабление способствует торможению деятельности клеток коры головного мозга.

Как пишут Н.П. Зубалий, А.М. Лёвочкина*, Джекобсон считал, что различному типу эмоционального реагирования соответствует напряжение соответствующей группы мышц. Так, депрессивное состояние сопровождается напряжением дыхательной мускулатуры, страх — спазмом мышц артикуляции. Снимая посредством произвольного самовнушения напряженность определенной группы мышц (дифференцированная релаксация), можно избирательно влиять на отрицательные эмоции.

Метод аутогенной тренировки, разработанный И. Шульцем, предполагает, что релаксация является результатом самовнушения. Основным смысл аутогенной тренировки заключается в том, что слова и мысленные образы могут воздействовать на психические функции, не поддающиеся сознательному контролю.

Во время этого занятия очень важно создать особую спокойную атмосферу. При этом сам ведущий должен быть уравновешенным и сдержанным.

При обсуждении формул особое внимание уделите удачным находкам.

Объясните детям, что не существует единственно правильного способа справиться со стрессом, каждый должен выбрать то, что подходит лично ему.

* Зубалий Н.П., Лёвочкина А.М. Основы психотерапии. Киев, 2001. С. 150.

Занятие 6 УВЕРЕННОСТЬ НА ЭКЗАМЕНЕ

Цель: освоение способов совладания с тревогой, актуализация внутренних ресурсов.

Необходимые материалы: листы бумаги (по количеству учащихся), запись медитативной музыки, цветные карандаши или мелки.

Ход работы

Разогрев

Игра «Передача хлопка». Дети должны по очереди друг за другом хлопнуть в ладони, не делая пауз. Можно провести это упражнение на время (например, какой ряд «передает» хлопок быстрее).

Презентация темы

«Мы уже говорили с вами о том, каким образом можно справиться с состоянием тревоги во время экзамена. Сегодня мы узнаем, что еще помогает чувствовать себя уверенно».

Информирование

«Образ уверенности складывается из двух составляющих: как ты себя чувствуешь и как ты выглядишь. Внутреннее состояние уверенности можно обрести с помощью техник аутотренинга и релаксации, которые мы осваивали на прошлом занятии. А как еще можно повысить свою уверенность? Во-первых, очень важ-

но вести себя уверенно. Когда ведешь себя таким образом, то и ощущение тоже меняется.

Кроме того, у каждого из нас есть свои собственные ресурсы, на которые можно опираться в стрессовой ситуации».

Проигрывание

«Статуя уверенности и неуверенности». Попросите каждую группу представить, что у дверей школы решили поставить скульптуру, которая будет называться «Уверенность и неуверенность». Сейчас мы все попробуем себя в роли скульпторов. Задача каждой команды — представить проект такой скульптуры, в которой будут принимать участие все участники группы.

Дайте детям 3—4 минуты на подготовку и предложите продемонстрировать свои скульптуры. Затем подведите итоги упражнения и сформулируйте «образ уверенности» (из каких составляющих он складывается). Запишите на ватмане, что присуще образу уверенного человека, и озвучьте для учащихся (например, прямая спина, поднятый подбородок и т.д.).

«Мои ресурсы». Попросите учеников разделить лист бумаги на две части. В одной части напишите заголовок: «Чем я могу похвастаться?» Пусть дети запишут те свои качества и характеристики, которыми они могут гордиться, которые считают своими сильными сторонами. (Эти качества и характеристики могут и не иметь отношения к учебной деятельности.) Когда первая часть упражнения будет выполнена, озаглавьте вторую часть листа «Чем это может мне помочь на экзамене?». Пусть ученики напротив каждой своей сильной стороны напишут, каким образом она сможет им помочь во время экзамена.

Попросите желающих озвучить результаты выполнения упражнения.

«Образ уверенности». Попросите учеников закрыть глаза и представить, какой образ мог бы для них символизировать состояние уверенности. Когда они представят этот образ или символ, попросите их нарисовать его. Во время выполнения этого упражнения хорошо использовать запись медитативной музыки.

Когда рисунки будут завершены, попросите детей показать их окружающим и кратко рассказать о своих рисунках. Расскажите детям о том, что, представив себе этот символ в трудной ситуации, можно усилить свое ощущение уверенности.

В конце урока подведите итоги и подчеркните, какие ресурсы можно использовать для обретения уверенности.

Рефлексия

Попросите учеников продолжить фразу: «Уверенность для меня — это ...»

Составление копилки

Дети записывают рекомендации самим себе, перечисляют что помогает им чувствовать себя более уверенно.

Методические рекомендации

При выполнении упражнения «Мои ресурсы» многие дети испытывают затруднения при необходимости превратить сильные стороны в своих «помощников». Поэтому очень важно оказать им индивидуальную помощь, подсказав возможные варианты (например, общительность помогает вступать в контакт с экзаменатором).

При обсуждении результатов упражнения «Образ уверенности» обратите внимание детей на то, что они могут обогатить свою «коллекцию» образов уверенности за счет образов других.

Занятие 7 **МОЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ** **НА ЭКЗАМЕНЕ**

Цель: помочь осознать свою ответственность за результат сдачи экзамена.

Необходимые материалы: плакаты с буквами Е, Г, Э (по одной букве на каждом плакате), таблицы по количеству участников.

Ход работы

Разогрев

Упражнение «Отношение к ЕГЭ». Психолог берет в руки небольшой предмет (игрушку, мячик и т.д.) и предлагает детям представить, что это и есть ЕГЭ. Затем каждый участник берет этот предмет и показывает, как он к нему «относится»: с интересом разглядывает, отворачивается и т.д. Комментировать при этом ничего не нужно.

Презентация темы

«Мы уже много знаем о том, что помогает на экзамене. Но все ли в этом непростом деле зависит от нас самих?»

Информирование

«Результат сдачи экзамена зависит от очень многих факторов. Это и погода, и настроение проверяющих, и везение. (Спросите детей о том, что еще может определять успех на экзамене.) Но очень важно понимать, что же зависит от нас самих, ведь только мы можем это изменить».

Проигрывание

Ведущий предлагает участникам заполнить таблицу:

Успех на экзамене: от кого он зависит?

	От меня	От учителя	От родителей	От случая
На сколько процентов?				
Что именно зависит?				

Затем дети делятся на подгруппы по 5—6 человек и обсуждают результаты. В тех же подгруппах они составляют аналогичную таблицу, обобщающую их ответы, и представляют результаты своей работы.

Ведущий просит детей в тех же группах обсудить, что они могут сделать для того, чтобы процент успеха, который зависит от них, стал больше. Необходимо, чтобы ответ на этот вопрос дал каждый участник. Предложите желающим озвучить свои ответы.

Составление копилки

Дети записывают ответы на предыдущий вопрос.

Методические рекомендации

При проведении этого занятия очень важно избежать морализаторства. Важно, чтобы каждый нашел ответы на заданные вопросы без подсказок.

Обратите внимание, что рекомендации по поводу подготовки экзамена должны быть достаточно конкретными. Ответы типа «Я буду больше заниматься» необходимо уточнять: «Как? Что именно ты будешь делать?»

Занятие 8 СДАЕМ ЕГЭ

Цель: формирование процессуального компонента готовности к ЕГЭ, переживание и осмысление ситуации экзамена.

Необходимые материалы: конверты (по числу участников), в каждом из которых находятся: список заданий, регистрационный бланк и бланки ответов № 1 и № 2; бланки с ключами (правильными ответами) и шкалой оценок; плакат с названиями «вузов», факультетов (с указанием необходимого для поступления количества баллов) — см. Материалы к занятию 8, с. 144—156).

Ход работы

Презентация темы

«Сегодня мы попробуем сдать почти настоящий Единый государственный экзамен и поступить в институт. При этом вы не будете сдавать экзамен ни по одному из школьных предметов. Это игра, но с особым смыслом.

Вспомните, какую стратегию, какой способ работы на экзамене каждый из вас выбрал для себя, и попробуйте поработать во время «экзамена» именно этим способом».

Информирование

Напомните детям последовательность действий при сдаче ЕГЭ и расскажите, что они должны будут делать в ходе игры: сначала, получив конверт с заданиями, они выполняют работу, а потом становятся «экспертами», проверяют работы друг друга и подсчитывают баллы.

Проигрывание

Занятие представляет собой игру-драматизацию, имитирующую реальную процедуру сдачи ЕГЭ.

Вначале дети получают конверты и проверяют их содержимое. В некоторые конверты рекомендуется положить неполные комплекты материалов. Ученики, обнаружившие отсутствие бланка или листа с заданиями, должны проинформировать об этом преподавателя. Он заменяет конверт, причем делает это публично, чтобы выпускники получили опыт самостоятельных действий в ситуации экзамена. Если никто из учеников не решится сказать о недостающих листах, следует задать вопрос: «У всех ли есть все необходимые материалы?» — и обратить особое внимание ребят на то, что на экзамене очень важно внимательно проверить содержимое конверта и попросить заменить комплект, если он неполный или какой-либо из листов не очень хорошо пропечатан.

Предложите ученикам распланировать свое время с учетом того количества баллов, которое они хотят получить. Затем дети

выполняют задания (в течение примерно 20 минут). После этого они становятся экспертами, обмениваются тестами, проверяют тесты друг у друга и выставляют общее количество баллов. Для облегчения работы раздайте «экспертам» бланки с правильными ответами. Затем вывешивается плакат с названиями «вузов», и каждый ученик определяет, на какой факультет он мог бы поступить.

Спросите детей, в какие «вузы» они «поступили», поздравьте всех «поступивших» с успешным завершением экзамена.

Рефлексия

Прежде всего попросите детей поделиться впечатлениями. Пусть они расскажут о том, что оказалось трудно, что легко, с какими неожиданностями они столкнулись.

Попросите выпускников озвучить основной вывод из занятий, главную мысль, которую они с собой унесут.

Составление копилки

Пусть участники запишут в копилки тот вывод, который был сформулирован на предыдущем этапе.

Методические рекомендации

Завершающее занятие представляет собой моделирование ситуации сдачи Единого государственного экзамена. Это, по сути, репетиция, но ее особенности заключаются в том, что здесь проигрывается весь процесс: от сдачи ЕГЭ до поступления в институт. Это позволяет выпускникам более четко представить себе процедуру ЕГЭ, а также его значение в переход-

ный для каждого школьника момент: каждый сможет самостоятельно принимать решение о том, какую стратегию выбрать во время сдачи экзаменов, сколько баллов необходимо набрать для осуществления дальнейших планов и т. п.

Занятие проводится на симулированном (игровом) материале. Отказ от использования демонстрационных материалов позволяет детям отвлечься от содержательных моментов экзамена и целиком сконцентрироваться на процедурных.

Еще раз напоминаем, что некоторые конверты следует сделать неполными (положить туда не весь комплект). Процедура экзамена обязательно должна каким-то образом нарушаться, чтобы хоть один из участников мог попробовать подать апелляцию.

На этапе рефлексии, если позволяет время и особенности класса, можно обсудить в целом, что дали детям эти занятия, как изменилось их отношение к предстоящим экзаменам. В конце этого занятия копилки, которые хранились у ведущего, раздаются детям.

Очень важно закончить занятие эмоционально положительным настроением.

На этапе рефлексии, если позволяет время и особенности класса, можно обсудить, что дали детям эти занятия, как изменилось их отношение к предстоящим экзаменам, и еще раз напомнить, что теперь у каждого из них в копилке собраны основные рекомендации, которые помогут им подготовиться к экзамену и успешно сдать его.

Материалы к занятию 8

Инструкция по выполнению работы

Экзаменационная работа состоит из 3 частей. На ее выполнение дается 20 минут.

Часть 1 состоит из 14 заданий. К каждому заданию дано 4 ответа, один из которых является правильным. Внимательно прочитайте каждое задание и проанализируйте варианты ответа. Выбранный вами вариант укажите в бланке ответов в соответствии с номером задания (A1—A14).

Часть 2 состоит из 10 заданий, на которые надо дать собственный краткий ответ. Свой ответ запишите в бланке ответов в соответствии с номером задания (B1—B10).

Если в части 1 под одним номером предлагаются два вопроса (например, A9.1 и A9.2), то отвечайте только на один из них, относящийся к той теме, которую вы подробно изучали. Правильный ответ на оба вопроса будет зачтен как ответ на один вопрос.

Для экономии времени при выполнении заданий из частей 1 и 2 пропускайте те из них, которые вызывают у вас затруднение. К ним вы сможете вернуться после выполнения всей работы, если останется время.

Часть 3 состоит из 4 заданий. В заданиях C1—C4 вы даете письменно прямой развернутый ответ на вопрос.

За выполнение различных по сложности заданий дается один или более баллов. Баллы, полученные вами за выполненные задания, суммируются. Постарайтесь выполнить как можно больше заданий и набрать наибольшее количество баллов.

Желаем успеха!

Часть 1

При выполнении заданий этой части в бланке ответов № 1 под номером выполняемого вами задания (A1—A14) поставьте знак «?» в клеточку, номер которой соответствует номеру выбранного вами ответа.

Группа А

- A1** В каком веке творил поэт А.С. Пушкин?
- 1) XV
 - 2) XIX
 - 3) XVII
 - 4) XX
- A2** У кого из литературных персонажей в голове были одни опилки?
- 1) Карлсон
 - 2) Винни-Пух
 - 3) Гарри Поттер
 - 4) Курочка Ряба
- A3** Столицей какого государства является город Париж?
- 1) Англия
 - 2) Россия
 - 3) Франция
 - 4) Швеция

A4 Сколько углов у треугольника?

- 1) три
- 2) четыре
- 3) ни одного
- 4) один

A5 Как долго просидел на печи Илья Муромец?

- 1) до совершеннолетия
- 2) с первого до одиннадцатого класса
- 3) тридцать лет и три года
- 4) пока не закончился полевой сезон

A6 Ботаника — это наука о:

- 1) животных
- 2) растениях
- 3) насекомых
- 4) очень старательных учениках

A7 Кто из названных ученых является известным физиком?

- 1) Дарвин
- 2) Ньютон
- 3) Фрейд
- 4) Добролюбов

A8 С кем сражалась Россия в войне 1812 года?

- 1) с немцами
- 2) с англичанами
- 3) с японцами
- 4) с французами

Выполните ОДНО из двух предложенных ниже заданий (A9.1 или A9.2). При выборе задания A9.1 поставьте знак «?» в позиции 5 для задания A9 в бланке ответов № 1, а при выборе A9.2 позиция 5 должна остаться пустой.

A9.1 На каком музыкальном инструменте играл Шерлок Холмс?

- 1) гармонь
- 2) балалайка
- 3) виолончель
- 4) скрипка

A9.2 A9.2 Музыку к балету «Лебединое озеро» написал...

- 1) Прокофьев
- 2) Чайковский
- 3) Рахманинов
- 4) Эминем

A10 С помощью какого оружия искал себе невесту Иван-царевич?

- 1) танк Т-34
- 2) лук со стрелами
- 3) автомат Калашникова
- 4) меч-кладенец

- A11** Как звали Достоевского?
 1) Иван Сергеевич
 2) Александр Сергеевич
 3) Федор Михайлович
 4) Михаил Юрьевич
- A12** Какими способностями обладал главный герой сказки «Колобок»?
 1) математическими
 2) литературными
 3) вокальными
 4) организационными
- A13** Кто из названных животных является млекопитающим?
 1) дельфин
 2) ящерица
 3) акула
 4) рак-отшельник
- A14** Какой головной убор дал название литературному произведению?
 1) зеленая фуражка
 2) золотая корона
 3) красная шапочка
 4) черная бандана

Часть 2

Группа В

При выполнении этих заданий запишите ваш ответ в бланке ответов № 1 рядом с номером задания (В1—В10), начиная с первой клеточки. Ответ необходимо дать в виде последовательности отдельных слов или словосочетаний без пробелов, знаков препинания и кавычек. Каждую букву пишите в отдельной клеточке разборчиво в соответствии с приведенными образцами.

- B1** Напишите химическую формулу воды.
 Ответ _____
- B2** Как называется картина, на которой изображена природа?
 Ответ _____
- B3** Кто разработал Периодическую таблицу химических элементов?
 Ответ _____
- B4** Назовите млекопитающих, которые умеют летать.
 Ответ _____
- B5** Кто из героев сказки «Репка» оказал решающее влияние на итоги сбора урожая?
 Ответ _____

B6 Кого из героев фильма «Матрица» на самом деле звали Томас Андерсон?

Ответ _____

B7 Напишите инициалы и фамилию автора произведения «Война и мир».

Ответ _____

B8 В каком году закончилась Вторая мировая война?

Ответ _____

B9 Назовите столицу Соединенных Штатов Америки.

Ответ _____

B10 Как называется традиционная часть басни, в которой заключен основной авторский вывод?

Ответ _____

Часть 3

Группа С

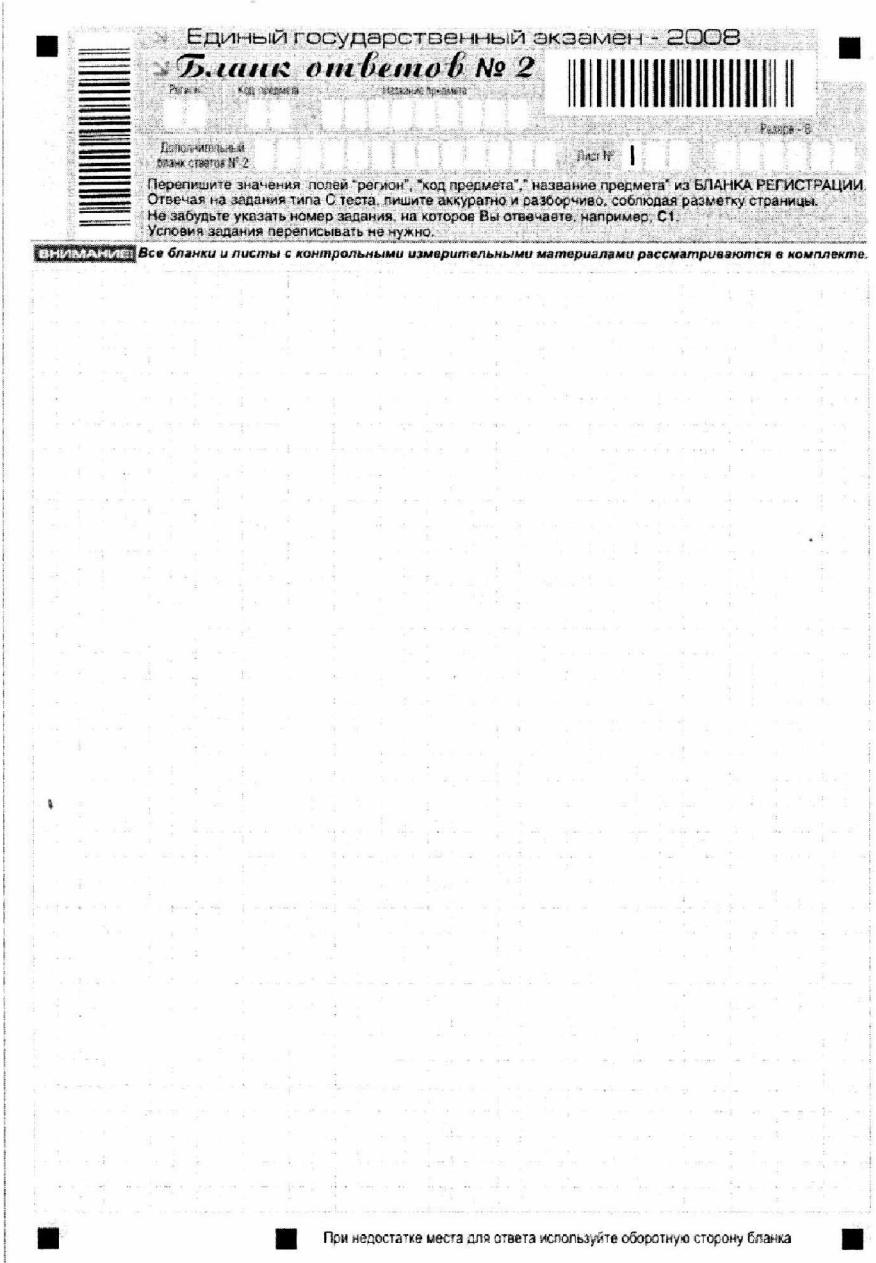
Для ответов на задания этой части (С1—С4) используйте бланк ответов № 2. Запишите сначала номер задания (С1 и т.д.), а затем развернутый ответ на него. Ответы записывайте разборчиво.

С1 Рассмотрите историческую ситуацию в России в начале XX века.

С2 Проведите сравнительный анализ главных героев сказок «По щучьему веленью» и «Царевна-лягушка».

С3 Опишите взаимоотношения в американской семье на примере сериала «Симпсоны».

С4 Охарактеризуйте особенности отношения монархов и служителей религиозных культов в Средневековье на материале сказки «Спящая красавица».



Ключи верных ответов на вопросы заданий части 1

№ задания	Ответ	№ задания	Ответ
A1	2	A9.1	4
A2	2	A9.2	2
A3	3	A10	2
A4	1	A11	3
A5	3	A12	3
A6	2	A13	1
A7	2	A14	3
A8	4		

Ключи верных ответов на вопросы заданий части 2

№ задания	Ответ
B1	H ₂ O
B2	Пейзаж
B3	Менделеев
B4	Летучая мышь
B5	мышка
B6	Нео
B7	Л.Н. Толстой
B8	1945
B9	Вашингтон
B10	Мораль

Шкала оценок

Задания группы А — по 1 баллу за каждый правильный ответ
 Задания группы В — по 1 баллу за каждый правильный ответ
 Задания группы С — на усмотрение эксперта от 5 до 15 баллов

☞ СПИСОК УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ ☜

Академия наследников престола:

- ◆ факультет управления государством — 38 баллов,
- ◆ факультет руководства королями (только для принцесс) — 24 балла.

Школа чародейства и волшебства:

- ◆ факультет черной магии — 10 баллов,
- ◆ факультет знахарства и шаманства — 12 баллов.

Университет алхимии и метафизики:

- ◆ факультет производства золота — 33 балла;
- ◆ факультет абсолютной истины — 39 баллов.

Высшая школа графоманства:

- ◆ факультет болтологии — 7 баллов;
- ◆ факультет рифмоплетения — 17 баллов.

Приложение 5

ПРИМЕРНЫЕ СЦЕНАРИИ РОДИТЕЛЬСКИХ СОБРАНИЙ

Поскольку в рамках родительского собрания могут решаться разные задачи, мы предлагаем несколько возможных сценариев. Содержательно собрания опираются на материал данной книги, поэтому в некоторых местах сделаны ссылки на соответствующие главы. Собрания предполагают подготовительный этап, который также описан в сценарии. В сценариях предлагаются и методические рекомендации по проведению собраний.

Все собрания рассчитаны на родителей одного класса и включают ряд интерактивных форм работы. При проведении их для большой аудитории (например, для родителей всех выпускных классов) необходимо заменить эти интерактивные формы или же более тщательно продумать их организацию. Можно также проводить подобные собрания с родителями учеников 9 и 10 классов.

Все собрания рассчитаны на 1, 5—2 часа.

При разработке сценариев были частично использованы материалы занятий со школьными психологами Южного административного округа города Москвы.

Собрание 1 ПОДГОТОВКА К ЕГЭ — ОБЩАЯ ЗАДАЧА СЕМЬИ И ШКОЛЫ

Цели:

- обозначение распределения ответственности между родителями и школой за процесс подготовки к экзамену;
- формирование у родителей реалистической картины ЕГЭ и коррекция нереалистичных ожиданий.

Участники собрания: классный руководитель, психолог, представитель администрации.

Подготовка

Для собрания потребуются варианты КИМ и бланки ответов. Можно воспользоваться демонстрационными материалами прошлых лет. Хорошо, если можно будет сделать копии этих материалов по числу родителей.

Примерный план собрания

1. Вступительное слово классного руководителя или директора.

Примерное содержание: «Очень скоро завершатся школьные годы ваших детей. Впереди у них очень важный период — экзамены. Им предстоит сдавать их в особой форме — в форме Единого государственного экзамена. ЕГЭ отличается от привычных для нас форм проверки знаний: контрольных, самостоятельных работ и устных экзаменов, поэтому мы уделяем особое внимание подготовке к нему. Успешная сдача ЕГЭ — это наша с вами общая задача, в решении которой и у семьи, и у школы есть своя зона ответственности».

2. Игра «Ассоциации» (помогает настроиться на обсуждаемую тему, игру проводит психолог или классный руководитель)

«Ассоциации — это первое, что приходит в голову, когда вы слышите какое-то слово или видите какой-то предмет. Нам нужно будет давать ассоциации на то слово, которое скажет предыдущий игрок. Например, если я начинаю и говорю слово «тумбочка», то вы (показываете на родителя, продолжающего игру) называете свою ассоциацию на это слово, например, «телевизор», а следующий участник дает свою ассоциацию на ваше слово и т.д. Постарайтесь не задумываться подолгу, говорите первое, что приходит в голову. Итак, я начинаю: экзамен ...»

3. Организация ЕГЭ (выступление представителя администрации)

Вначале нужно подробно и четко рассказать о ЕГЭ, причем особенно стоит остановиться на его сильных сторонах, на тех преимуществах, которые он предоставляет детям. Если родители начнут ссылаться на прочитанную ими литературу и оспаривать правильность введения ЕГЭ, доказывая превосходство традиционной формы сдачи экзамена, очень важно удержаться и не вступать с ними в дискуссию. Государственная политика в области образования от этого все равно не изменится, а время и силы будут потрачены. Поэтому лучше всего ответить приблизительно так: «В современной педагогике высказываются самые разные мнения по поводу ЕГЭ. Но что бы мы ни считали по этому поводу, реальность такова, что наши дети будут его сдавать в конце года, и поэтому первостепенную важность приобретает вопрос о том, как им в этом помочь». Если родители интересуются: «А каково лично ваше мнение?», лучше всего выразить его в максимально нейтральной форме: «Я думаю, что, как в любом виде проверки знаний, тут есть и достоинства,

и недостатки». При подготовке данного выступления необходимо обратить особое внимание на то, каковы положительные стороны ЕГЭ для ученика.

Рассказывая о сущности и процедуре Единого государственного экзамена, можно воспользоваться материалами, представленными в первой главе. При необходимости их можно адаптировать для родителей. При подготовке данного выступления можно также обратиться к Интернет-ресурсам: www.ege.edu.ru, www.ege.ru и др.

4. Обсуждение проблемы «Ресурсы и трудности выпускников» (проводит психолог или классный руководитель)

По завершении рассказа родителям раздаются демонстрационные материалы и предлагается с ними ознакомиться. На этом этапе очень важно не вдаваться в обсуждение отдельных вопросов и не оценивать корректность формулировок. Необходимо обратить внимание на общую логику экзамена и те требования, которые он предъявляет к детям.

Когда родители ознакомятся с материалами, психолог или классный руководитель предлагает им следующие вопросы:

- Какое общее впечатление возникает при знакомстве с материалами?
- С какими заданиями вашему ребенку справиться по силам?
- Какие навыки и умения ваших детей помогут им успешно сдать экзамен?
- Что, с вашей точки зрения, будет представлять наибольшую трудность для детей?

Ответы родителей необходимо записывать на доске, разделив ее на две части: «Ресурсы» и «Трудности». Подводя итог дискуссии, важно обратить внимание родителей на имеющиеся у детей ресурсы и поставить вопрос о путях преодоления имеющихся трудностей.

Если количество родителей в классе велико или же они не очень активно работают в режиме фронтальной дискуссии, это задание можно выполнить в малых группах, разделив родителей по 4—5 человек. Поскольку, как правило, родители выпускников достаточно хорошо знакомы друг с другом, они скорее всего рассядутся в классе в соответствии со своими дружескими связями. Поэтому проще всего предложить объединиться родителям, сидящим рядом.

Совместное обсуждение трудностей детей может, с одной стороны, снизить тревогу родителей, помочь им увидеть, что подобные трудности есть у многих детей. С другой, если кто-то из родителей либо отрицает возможность наличия трудностей («Я думаю, все наши дети хотят учиться») или же предъявляет чрезмерно благополучный образ собственного ребенка («У меня с моим сыном таких проблем никогда не возникало»), то подобная ситуация может усилить тревогу у других родителей. Поэтому в данном случае психологу важно затронуть тему индивидуальных различий детей, отметив, что испытывать трудности — это нормально, чтобы поддержать тревожных родителей.

5. Система подготовки к ЕГЭ в классе (выступление классного руководителя)

Классный руководитель, продолжая разговор о существующих у детей трудностях, рассказывает о системе работы учителей-предметников по подготовке выпускников к ЕГЭ, о нали-

чии консультаций, дополнительных занятий и т.д. Основная задача этого выступления — показать вклад школы в процесс подготовки к ЕГЭ.

6. Упражнение «Мозговой штурм» (проводит психолог)

Родителям предлагается следующая инструкция: «У каждого из нас есть свои собственные идеи и предложения о том, как помогать ребенку готовиться к экзаменам. Если мы поделимся друг с другом нашими идеями, это значительно обогатит каждого из нас и в конечном счете позволит лучше помогать детям». Родителей нужно разделить на группы по 5—6 человек. Каждой группе нужно дать лист бумаги и ручку и объяснить задание: «Сейчас в течение пяти минут вам нужно вспомнить, придумать и записать как можно больше предложений и идей о том, как родители могут помогать своим детям готовиться к экзаменам. Не оценивайте реалистичность этих идей и не критикуйте их. Ваша задача — просто «накидать» как можно больше идей».

Когда время, отведенное на обсуждение, заканчивается, нужно попросить родителей озвучить тот список идей, который у них получился. Очень важно при этом всячески поддерживать, одобрять и положительно оценивать родительские высказывания.

Чтобы не забыть и не растерять те ценные мысли, которые будут высказаны родителями, можно собрать все листы с записями и составить обобщающую «копилку полезных советов», которую раздать родителям на следующем собрании с соответствующими комментариями.

При проведении этого упражнения, как и всего собрания в целом, важно помнить, что часть ответственности лежит на самом ребенке.

7. Завершение собрания

«Я могу помочь в подготовке к ЕГЭ...». Психолог раздает всем участникам собрания стикеры с клейким краем и предлагает продолжить фразу: «Я могу помочь ребенку в подготовке к ЕГЭ...» Затем все участники собрания наклеивают свои стикеры на один лист ватмана и озвучивают то, что они написали (если число участников собрания велико, можно разделить их на подгруппы и предложить написать по 2—3 стикера от подгруппы). Затем психолог подводит итог: «Давайте посмотрим, как много мы можем сделать, объединив наши усилия. Каждый из нас может сделать что-то свое, и в итоге наши дети получают помощь и поддержку, которые им так необходимы перед экзаменом».

Собрание 2 ЕДИНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКЗАМЕН: ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Цели:

- ознакомление родителей с содержательной и организационной спецификой ЕГЭ;
- поддержка родителей, испытывающих тревогу, и повышение мотивации у родителей, чьи дети уже сдали вступительные экзамены в вузы.

Данное собрание предназначено для родителей, которые не обладают высоким уровнем осведомленности относительно ЕГЭ, и поэтому его можно проводить и с родителями учеников 9—10 классов.

Участники собрания: классный руководитель, психолог.

Подготовка

Для этого собрания мы предлагаем подготовить видеозапись о сдаче ЕГЭ (подробнее см. *Главу 3*) и материалы к ролевой игре.

1. Вводная часть. Упражнение «Расшифровка»

Материалы: плакаты с буквами Е, Г, Э (по одной букве на каждом плакате).

Родителям предлагается следующее задание: «Перед вами три буквы. Они могут иметь хорошо известную нам расшифровку — Единый государственный экзамен, а могут обозначать что-то совсем другое. Давайте попробуем расшифровать каждую букву по-своему».

Сначала участники предлагают слова, начинающиеся на каждую из этих букв, которые записываются на соответствующих плакатах, а затем психолог предлагает составить из этих слов словосочетания, в итоге получается что-то вроде «естественный громкий эксперимент».

Упражнение хорошо помогает снизить общую тревогу перед обсуждением темы.

2. Рассказ о процедуре и организации ЕГЭ (см. *Собрание 1*)

3. Просмотр и обсуждение видеозаписи

4. Ролевая игра «Сдаем ЕГЭ»

Родители получают конверты с заданиями, которые имитируют реальные материалы ЕГЭ. В каждый конверт кладется «лист с вопросами» и «бланк для ответов». «Лист с вопросами» должен состоять из трех блоков (А, В и С) и включать соответствующие вопросы. Не стоит делать его слишком длинным: достаточно подобрать 3—4 вопроса в первый блок, 2—3 — во второй и 1—2 — в третий.

Инструкция: «Теперь, когда мы с вами четко представляем себе, что такое Единый государственный экзамен, давайте попробуем его “сдать”. Сейчас вы получите конверты с экзаменационными материалами. В каждом конверте находятся лист с вопросами и бланк для ответов. В листе, как и в настоящем ЕГЭ, есть вопросы трех групп: А, В и С. На выполнение всего задания вам отводится 5 минут. Вам не обязательно выполнять все задания, вы можете выбрать те из них, которые покажутся вам наиболее простыми. Все вопросы очень легкие, для вас не составит никакого труда на них ответить. Вам нужно прочитать вопрос и отметить ваш ответ на бланке, подчеркнуть нужный вариант или вписать свой вариант ответа».

При подготовке материалов для игры можно пойти двумя путями. *Первый* — это подобрать простые вопросы по содержанию школьной программы, ответы на которые не сложны для родителей. В этом случае в конце нужно дать правильные ответы, даже если они являются очевидными, и обязательно похвалить родителей за успешное выполнение тестовых заданий.

Приведем пример таких вопросов:

Вопросы группы А

- A1** Кто написал «Мертвые души»?
- 1) Пушкин
 - 2) Лермонтов
 - 3) Гоголь
 - 4) Достоевский

A2 Сколько градусов составляют прямой угол?

- 1) 45
- 2) 90
- 3) 180
- 4) 360

A3 Что нужно сделать ребенку, чтобы хорошо подготовиться к экзаменам:

- 1) написать шпаргалки
- 2) хорошо выспаться
- 3) освоить весь материал
- 4) узнать фамилию учителя и название сдаваемого предмета

Вопросы группы В

B1 Какова температура кипения воды?

B2 Кто из ученых утверждал, что человек произошел от обезьяны?

B3 Напишите химическую формулу воды.

Вопросы группы С

C1 Опишите отношение автора произведения «Евгений Онегин» к своему герою.

Другой путь — составить вопросы, напрямую связанные с актуальными переживаниями родителей и особенностями выпускного периода. Очень хорошо, если эти вопросы будут носить юмористический характер, например:

Вопрос группы А

A1 В свободное время мой ребенок:

- 1) слушает музыку
- 2) играет в компьютер
- 3) общается с друзьями
- 4) готовится к занятиям

Вопросы группы В

B1 Какое количество уроков бывает в школе у вашего ребенка?

B2 По каким предметам сдает экзамены ваш ребенок?

Вопрос группы С

C1 Как родители могут помочь своим детям подготовиться к экзаменам?

Можно также воспользоваться тестом О.В. Ереминой (см. Приложение 2).

Ролевая игра должна обязательно завершиться обсуждением. Можно попросить родителей поделиться полученным опытом: «Что вам показалось наиболее трудным? Какие мысли и чувства возникали у вас в ходе работы?»

5. Обсуждение подготовки к ЕГЭ в школе

Родителям предлагается ответить на вопросы:

- Какие трудности испытываете вы?
- Какие трудности испытывает ребенок?
- Какой поддержки вы ждете от школы?
- Что готовы сделать вы?
- Что ребенок может сделать только самостоятельно?

Эту часть собрания можно провести или в виде дискуссии, или в виде письменной обратной связи, которая, в свою очередь, может лечь в основу следующего собрания.

6. Завершение собрания

«Образ ЕГЭ». Психолог предлагает родителям лист ватмана, на котором написано «ЕГЭ», и просит их нарисовать на этом листе свои ассоциации, возникающие в связи с этим понятием. Желающих можно попросить прокомментировать свои рисунки. Затем необходимо подвести итог: «Мы все очень по-разному относимся к этому экзамену, но в наших силах сделать так, чтобы наши дети справились с ним».

Собрание 3 ПОМОЖЕМ ДЕТЯМ СДАТЬ ЕГЭ

Цели:

- осознание родителями собственных установок относительно ЕГЭ («мифологии»);
- поддержка родителей, испытывающих тревогу, и повышение мотивации у родителей, чьи дети уже сдали вступительные экзамены в вузы.

Это собрание рассчитано на родителей, которые уже знакомы с содержательной спецификой ЕГЭ и его требованиями.

Подготовка

Для этого собрания необходимо предварительно провести анкетирование в классе с использованием анкеты «Готовность к ЕГЭ» (см. Приложение 1) и подготовить обобщающие данные по классу. Эти данные необходимо представить в виде плаката или презентации, чтобы была возможность их показать родителям. Возможны два варианта подготовки этих данных:

1. Подсчет средних баллов по каждому вопросу. Этот вариант достаточно нагляден и прост для обсуждения, но существует опасность «средней температуры по больнице»: не будет отражено разнообразие мнений в классе.

Выделение типичных для этого класса трудностей. Кроме того, необходимо подготовить чистые бланки той же анкеты по количеству родителей.

Примерный план собрания

1. Вводная часть: Игра «Шкала согласия» (см. Главу 3)

Родителям предлагается выразить степень своего согласия или несогласия со следующими утверждениями:

- Я знаю достаточно много о Едином государственном экзаме-не.
- Думаю, что ЕГЭ обладает существенными достоинствами.
- Думаю, что сдать этот экзамен моему ребенку по силам.
- Считаю, что подготовка к ЕГЭ — задача исключительно школы.

По итогам этого упражнения необходимо обратить внимание родителей на их эмоциональное отношение к этому экзамену и пояснить, как подобный настрой может сказываться на подготовке ребенка к экзамену.

2. Анкетирование родителей и анализ результатов анкетирования детей

Родителям предлагается ответить на вопросы анкеты. Возможны два варианта проведения этого упражнения:

1. Родитель отвечает «за своего ребенка». В этом случае возможно сравнить ответы родителей и ответы класса. Естественно, в силу принципа конфиденциальности не следует раздавать родителям анкеты, заполненные детьми, но можно воспользоваться обобщенными данными.
2. Родитель отвечает «за себя». В этом случае можно провести аналогии между установками родителей и установками детей.

Затем предлагаются результаты анкетирования класса. Родителям задаются следующие вопросы:

- Что в ответах детей показалось неожиданным?
- В чем совпали ваши ответы и ответы детей, а в чем — нет?

При обсуждении этого упражнения необходимо обратить внимание родителей на существование взаимосвязи между их собственными установками и позицией детей.

Очень важно во время собрания не переходить на обсуждение отдельных детей. Если такие вопросы возникают, предложите родителям обсудить их сразу после собрания.

3. Роль родителей в подготовке выпускников к ЕГЭ (Рекомендации психолога)

Успешная подготовка ребенка к ЕГЭ зависит от наших усилий: с одной стороны, школы, а с другой — семьи.

Что же могут сделать родители?

Очень важно оказать помощь ребенку в организации режима дня, так как сами дети зачастую пренебрегают простыми гигиеническими правилами. Например, дети часто волнуются, так как им кажется, что объем материала очень большой, они не успеют все выучить к экзаменам. Для того чтобы эта задача стала для детей более реальной, мы можем оказать им помощь в распределении учебного материала по дням, в определении ежедневной нагрузки, в составлении плана. Составление плана помогает также справиться с тревогой: ребенок понимает, что успеть выучить весь учебный материал вполне реально, у него достаточно времени для этого. Часто дети не могут сами этого сделать, и наша помощь может быть как нельзя кстати.

Огромное значение имеет режим дня. Важно, чтобы ребенок имел возможность отдохнуть, сменить деятельность. Иногда для детей шумный или активный отдых становится дополнительной нагрузкой. Например, компьютерные игры только увеличивают усталость. Очень важно помочь ребенку найти такую форму досуга, которая бы его не переутомляла: прогулки, общение с одним-двумя друзьями. В течение дня также необходимо делать короткие перерывы каждые 45—60 минут. Это необходимо для сохранения высокой работоспособности. Ребенок может выпить чаю, отвлечься, поговорить по телефону и затем вновь вернуться к занятиям.

Для нормального самочувствия и хорошей работоспособности необходимо, чтобы ребенок высыпался. Иногда дети, торопясь выучить как можно больше, пренебрегают сном, занимаются по ночам, после чего быстрее устают, становятся раздражительными и беспокойными. В состоянии утомления работоспособность снижается, и продуктивность такой учебы, когда тянет в сон, очень невелика. Лучше позаниматься на свежую голову, выспавшись, чем допоздна сидеть за экзаменационными билетами.

Нужно ли на время экзаменов освобождать ребенка от домашней работы? Это вопрос непростой, потому что иногда дети начинают манипулировать своей учебой, чтобы избежать помощи по дому: «Я и так много занимаюсь, а меня еще заставляют мыть посуду». Физически легкая работа может выступать в роли разгрузки, позволяющей сменить деятельность и отдохнуть, а может только усиливать общее утомление, поэтому вопрос о помощи по дому нужно решать в индивидуальном порядке с учетом особенностей ребенка.

Особое значение в этот период имеет наш собственный эмоциональный настрой. Безусловно, для нас самих период выпуск-

ных и вступительных экзаменов является очень тревожным. Если ребенок видит, как мы переживаем, пьем валерьянку, он как бы заражается нашим напряжением и тревогой. Это особенно характерно для детей тревожных, склонных переживать даже без особого повода. Зачастую тревоги и страхи детей связаны с тем, что вступительные экзамены они воспринимают как нечто фатальное, непоправимое. Они даже боятся себе представить, что случится, если вдруг они не поступят в институт, и это еще больше усугубляет напряжение, которое дети испытывают.

Во время экзаменов наша задача — создание эмоционально спокойной, ненапряженной атмосферы. Ребенку бывает трудно опираться на собственную уверенность в себе, и в этой ситуации роль такой «палочки-выручалочки» играем мы, взрослые. Важно создать для ребенка ситуацию успеха, говорить ему о том, что мы в него верим. Однако при этом следует дать понять, что ничего страшного не произойдет, даже если результат будет не совсем таким, каким хотелось бы (особенно в том случае, если ребенок очень ответственный и старается соответствовать ожиданиям взрослых).

Иногда может показаться, что подобный настрой может детей расхолаживать: если у меня и так все получится, зачем я буду стараться?

Дело в том, что существует определенный уровень волнения, оптимальный для организации деятельности. Если ребенок не волнуется, он ничего не делает. Очень высокий уровень волнения, наоборот, приводит к ступору, мешает деятельности. Все силы уходят на то, чтобы справиться с волнением.

Экзамены — ситуация действительно серьезная, но не запредельная. Ощущение огромной важности экзамена не стимулирует ребенка, а, напротив, мешает подготовке. В этом случае следует немного снизить значимость ситуации. Если

ребенок понимает, что даже в случае неуспеха мир не рухнет и жизнь продолжится, это помогает ему чувствовать себя более уверенно.

Наконец, очень важно понять, в какой помощи нуждается именно ваш ребенок. Кому-то из детей необходимо, чтобы выслушали выученные им билеты, кому-то нужно помочь написать планы и конспекты. Узнать о том, что нужно ребенку, можно только спросив его: «Как я могу тебе помочь?»

4. Завершение собрания

Упражнение «Солнце». Психолог предлагает родителям плакат, на котором изображено символическое солнце с лучами (количество лучей должно соответствовать количеству детей в классе). В центре солнца написано «Мой ребенок». Психолог предлагает родителям назвать качества их детей, которые помогут им сдать ЕГЭ. Эти качества записываются на лучах. Когда все родители высказались, психолог подводит итог: «Посмотрите, как много у наших детей качеств, которые могут им помочь на экзамене. Давайте будем верить в них и поддерживать их в этой нелегкой задаче!»

СЕМИНАР ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ЕГЭ»*

Часть 1

Цели семинара:

- сформировать позитивное восприятие ЕГЭ;
- сформулировать понятие готовности к ЕГЭ;
- выделить трудности, возникающие у учащихся при подготовке;
- познакомить участников с некоторыми приемами саморегуляции своего эмоционального состояния.

Примерный план семинара

1. Ознакомление с целями занятия, процедура принятия правил

После рассказа о целях семинара ведущий предлагает участникам принять правила работы.

Правила:

- говорить только от 1-го лица;
- не перебивать друг друга;
- время на выступление участника — не более 1,5 минуты (рекомендуется использовать песочные часы).

* Программа семинара разработана В.В. Галатоновой (школа № 980 ЮАО г. Москвы) и Т.А. Богачевой (школа № 866 ЮАО г. Москвы) на основе методических материалов М.Ю. Чибисовой.

2. Упражнение «Шкала согласия» (см. Главу 3)

Утверждения могут быть такими:

- Я хорошо представляю, как проходит ЕГЭ.
- ЕГЭ — нужное и полезное нововведение в школе.
- Отношение учеников к ЕГЭ во многом зависит от родителей и педагогов.

3. Упражнение «Ассоциация» (см. Главу 3)

После того, как все ассоциации даны, ведущему необходимо провести связь между тревогой учителей, тревогой учеников и родителей, то есть подчеркнуть эмоционально негативные высказывания, и объяснить, какой отклик подобный настрой будет находить у детей и родителей.

4. «Отличия ЕГЭ от традиционного экзамена»

«Мозговой штурм» — работа в командах (7 минут). Обсуждение результатов.

По завершении можно предложить учителям ознакомиться с таблицей «Сравнительный анализ традиционного экзамена и ЕГЭ» (см. стр. 21).

5. Трудности при подготовке к ЕГЭ

Ведущий объясняет, что они бывают: процессуальные (связанные с процедурой), личностные (обусловленные личностными особенностями) и познавательные (обусловленные недостаточной сформированностью некоторых учебных компонентов).

Далее проводится работа в командах: участников просят привести примеры трудностей каждой группы. 10 минут. В завершение результаты обобщаются.

6. Готовность к ЕГЭ

Формулируется понятие готовности к ЕГЭ, выделяются его компоненты.

Участники обсуждают, от кого зависит сформированность данных компонентов.

7. Упражнения на саморегуляцию. Ритмичное четырехфазное дыхание

Для выполнения этого упражнения достаточно удобно сесть, распрямиться и положить расслабленные руки на колени.

Первая фаза (4—6 секунд). Глубокий вдох через нос. Медленно поднимите руки вверх до уровня груди ладонями вперед. Сосредоточьте свое внимание в центре ладоней и почувствуйте сконцентрированное тепло (ощущение «горячей монетки»).

Вторая фаза (2—3 секунды). Задержка дыхания.

Третья фаза (4—6 секунд). Сильный, глубокий выдох через рот. Выдыхая, нарисуйте перед собой в воздухе вертикальные волны прямыми руками (на экзамене лучше заменить это упражнение модификацией без движений рук).

Четвертая фаза (2—3 секунды). Задержка дыхания. Дышите таким образом не более 2—3 минут.

В ситуациях тревоги и стресса попробуйте сосредоточиться на собственном пульсе. Найдите пульс на руке и начинайте считать. У спокойного человека пульс не более 80 ударов в минуту, у взволнованного — гораздо больше. Наша задача — усилием мысли выровнять его и заставить пульс биться реже. (Можно точно так же сосредоточиваться на своем дыхании, представляя себе ощущение прохлады при вдохе и тепла — при

выдохе. Сконцентрироваться на этих ощущениях. Таким образом можно «подышать» через любой орган: через глаза, сердце и т.д.)

8. Рефлексия занятия. Выражение благодарности за сотрудничество. Ознакомление с планом следующего занятия.

Часть 2

1. Разогрев. Упражнение на «Сделай, как ты, передай другому».

Каждый придумывает себе движение какого-то определенного животного, затем показывает его окружающим. После ознакомления с движениями каждого кто-то из участников сначала показывает свое движение, затем движение другого игрока. Тот, в свою очередь, показывает свое, затем чье-то еще и т.д.

2. Аутогенная тренировка (3—5 минут).

Сядьте удобно, закройте глаза. Спина прямая, руки лежат на коленях. Сосредоточьтесь на формуле «Я спокоен». Мысли отгонять не стоит, так как это вызовет дополнительное напряжение, позвольте им проплывать, подобно облакам в небе.

Мысленно повторите 5—6 раз: «Правая рука тяжелая».

Затем повторите исходную формулу: «Я спокоен».

Затем снова 5—6 раз произнесите формулу: «Левая рука тяжелая».

Снова повторите мысленно: «Я спокоен. Я готов, я собран, я уверен в успехе!»

Для того чтобы привести тело в исходное состояние, сожмите кисти в кулаки и откройте глаза, сделав глубокий вдох и выдох.

Затем следует обсудить возможные положительные утверждения для аутогенной тренировки.

3. Критерии выставления оценок на ЕГЭ

Упражнение направлено на расширение представлений о ЕГЭ и снятие повышенной ответственности с учителя, проводится в виде фронтальной дискуссии.

Учителям предлагается ответить на вопросы:

1. Что вы знаете о том, как выставляются оценки за ЕГЭ?
2. Как вы думаете, на сколько процентов оценка работы ребенка зависит от педагога? На сколько — от других факторов и каких именно?

4. Упражнение на саморегуляцию

Закройте глаза и сядьте как можно удобнее. Положите руки на колени, а спину держите прямо. Представьте себе, что сейчас в свое солнечное сплетение вы сажаете маленькое зернышко. Это зернышко вашей уверенности (или спокойствия). Дышите ровно и сконцентрируйтесь на этом маленьком семечке и на своих ощущениях. Оно начинает расти. С каждым вдохом и с каждой минутой оно все увеличивается, разрастается и уже заполняет всю вашу грудную клетку. Почувствуйте, какой большой стала ваша уверенность (спокойствие). Сделайте еще несколько вдохов, сосредоточившись на своих ощущениях. А теперь сожмите руки в кулаки и откройте глаза».

5. Дети групп риска

Ведущий вместе с участниками выделяет группы детей, испытывающих трудности на ЕГЭ:

- с личностными трудностями: дети с недостатком произвольности и саморегуляции (инфантильные) тревожные (неуверенные), перфекционисты и отличники;
- с познавательными трудностями: правополушарные (дети-сингетики), астеничные, гипертимные, застревающие.

Затем даются психологические характеристики каждой из групп.

Группа разбивается на команды, проводится «мозговой штурм». Разрабатываются стратегии поддержки каждой группы на этапе подготовки к экзамену. Результаты обсуждаются.

6. Упражнение на саморегуляцию

Релаксация по Джекобсону. Вариант для детей. Проводится сидя на стуле с закрытыми глазами. Акцент делается на контрасте между состоянием напряжения и расслаблением.

Ниже приведены варианты упражнений, из которых вы можете выбрать один-два.

«Лимон». Представьте себе, что в левой руке у вас находится лимон. Сожмите руку в кулак так сильно, чтобы из лимона начал капать сок. Еще сильнее. Еще крепче. А теперь бросьте лимон и почувствуйте, как ваша рука расслабилась, как ей приятно и спокойно. Опять сожмите лимон крепко-крепко... И так по 3 раза каждую руку.

«Кошечки». Представьте себе, что вы красивые пушистые кошечки. Вам очень хочется потянуться. Поднимите руки вверх,

голову назад и тянитесь вверх и назад. Почувствуйте сильное напряжение в мышцах рук, шеи и спины... (3 раза).

«Черепаша». Вы — черепаха, вы гуляете и едите травку. Вдруг невдалеке возникла опасность, и вам срочно нужно спрятать голову в плечи. Втягивайте сильно-сильно. Еще сильнее, еще глубже голова уходит в панцирь. А теперь опустите плечи, так как опасность миновала, и расслабьте их. Почувствуйте, как приятно расслабление и состояние покоя... (3 раза).

«Слоненок». Представьте, что вы лежите на солнышке и загораете. А теперь из-за кустов выбегает слоненок и бежит прямо на вас. Чтобы он вас не повредил, напрягите живот сильно-сильно, как только можете. Еще сильнее, еще интенсивнее работают мышцы живота. А теперь можно расслабиться, так как слоненок пробежал мимо. Обратите внимание на приятное расслабление, которое возникает в теле после напряжения. Каким тяжелым и теплым кажется тело... (3 раза).

«Высокий забор». Представьте, что вы стоите у высокого деревянного забора, по другую сторону которого находится фруктовый сад. В заборе выломана одна доска, и вам нужно просочиться в сад через эту узкую щель в заборе так, чтобы не занозить себя. Втяните живот как можно глубже и аккуратно начинайте просачиваться через эту щель. Сильнее втягивайте живот и убирайте выступающие части тела. А сейчас вы уже по ту сторону забора, расслабьте мышцы живота максимально, насколько это возможно. Ваш живот отдыхает и находится в состоянии приятного расслабления... (3 раза).

«Муха». Представьте, что вам на нос села муха и вам без помощи рук нужно прогнать ее. Покрутите носом вправо и влево, наморщите его, напрягите все мышцы лица... А теперь расслабьте лицо. Муха улетела. Почувствуйте, как состояние покоя приятно разливается по вашему лицу... (3 раза).

«*Жвачка*». А теперь у вас во рту находится твердая конфета и вам во что бы то ни стало нужно разгрызть ее. Сожмите зубы как можно крепче, стисните их... Еще, еще. А теперь расслабьте лицо. Почувствуйте, какой тяжелой стала нижняя челюсть, как отдыхают мышцы лица... (3 раза).

«*Жмурки*». А теперь вам нужно зажмурить глаза, чтобы солнце не слепило их. Крепко-крепко сожмите веки. Еще сильнее, еще крепче, сильнее сжимайте веки... Но вот солнце уходит и лицо можно расслабить... (3 раза).

«*Теплая лужа*». Представьте, что вы стоите босиком возле большой теплой лужи с глубоким илистым дном. Вы наступаете в нее правой ногой, и ваши пальцы погружаются в мягкий и теплый ил. Вам очень хочется ощутить опору под ногами, и вы давите ил всей ступней изо всех сил. Ил проходит у вас между пальцами ног, а вы наступаете все сильнее и сильнее. Выньте правую ногу из лужи и расслабьте ее... (3 раза).

7. Рефлексия занятия

- Удалось ли увидеть что-то новое в подготовке к ЕГЭ? Если да, то что именно?
- Что для вас оказалось наиболее полезным?
- Как в вашей педагогической работе отразится информация, полученная вами на семинаре?
- Какие новые задачи вы бы перед собой поставили в плане подготовки к ЕГЭ?

Содержание

БЛАГОДАРНОСТИ	3
ВВЕДЕНИЕ	5
Глава I. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЕДИНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА	12
Глава II. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ ВЫПУСКНИКА К ЕГЭ	25
Глава III. ЗАДАЧИ И СТРАТЕГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ К ЕГЭ	37
Глава IV. ДЕТИ ГРУППЫ РИСКА И СТРАТЕГИИ ИХ ПОДДЕРЖКИ	49
Глава V. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПСИХОЛОГА С ПЕДАГОГАМИ	68
Глава VI. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА РОДИТЕЛЕЙ ВЫПУСКНИКОВ	77
ПРИЛОЖЕНИЯ	88
Приложение 1. АНКЕТЫ	88
Приложение 2. ТЕСТ «ПРОЦЕДУРА ЕГЭ»	95
Приложение 3. ПРИМЕРЫ ПАМЯТОК	100
Приложение 4. ПРОГРАММА ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ	106
Приложение 5. СЦЕНАРИИ РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ ..	157
Приложение 6. СЕМИНАР ДЛЯ ПЕДАГОГОВ	175