

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОЗНАМЕНСКАЯ ШКОЛА» КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБОУ «Краснознаменская школа»)**

ПРИКАЗ

26.09.2025

№ 327-о.д.

**Об организации и проведении
психологической подготовки к
государственной итоговой аттестации
обучающихся выпускных классов**

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 04.04.2023 № 233/552, Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 04.04.2025 № 232/551, в целях подготовки к проведению государственной итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего общего образования,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Заместителю директора по ВР **Гонен А.Н.:**
 - 1.1. Разработать план мероприятий по психологической подготовке обучающихся выпускных классов к годовой итоговой аттестации (далее – ГИА) до 30.09.2025 г.
 - 1.2. Обеспечить проведение в школе классных часов, циклов занятий в форме психологических тренингов, групповых и индивидуальных бесед по проблемам психологической готовности обучающихся выпускных классов к ГИА.
 - 1.3. Организовать консультирование учителей и родителей (законных представителей) по вопросам психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям.
2. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.

Директор

Р.Ш.Фазилов

С приказом ознакомлены
зам.директора по
воспитательной работе

_____ А.Н.Гонен

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОЗНАМЕНСКАЯ ШКОЛА» КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБОУ «Краснознаменская школа»)**

ПРИКАЗ

30.09.2025

№ 332-о.д.

**Об утверждении Программы
психологического сопровождения
и подготовки выпускников МБОУ
«Краснознаменская школа» к ГИА
в 2025 /2026 учебном году**

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 04.04.2023 № 233/552, Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 04.04.2025 № 232/551, целях подготовки к проведению государственной итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего общего образования,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Программу психологического сопровождения и подготовки выпускников МБОУ «Краснознаменская школа» к ГИА в 2025/ 2026 учебном году (Приложение 1.).
2. Заместителю директора по ВР Гонен А.Н.:
 - 2.1. Обеспечить выполнение Программы в полном объеме.
3. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.

Директор

Р.Ш.Фазилов

С приказом ознакомлены
зам.директора по
воспитательной работе

_____ А.Н.Гонен

**Программа психологического сопровождения и подготовки
выпускников к ОГЭ и ЕГЭ
в 2025/2026 учебном году**

Пояснительная записка

Актуальность проблемы обусловлена тем, что сдача ГИА является обязательной процедурой для всех выпускников школ России, она обеспечивает объективную оценку качества результата обучения по учебным дисциплинам в соответствии с государственными образовательными стандартами.

В связи с изменением формы итоговой аттестации актуальной стала подготовка участников образовательного процесса к прохождению аттестации. Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у всех субъектов образовательного процесса – обучающихся, учителей, родителей.

Проблемы психологической готовности к экзаменационным испытаниям рассматриваются прежде всего через трактовку понятия «готовность» в психологии: 1) согласие сделать что-нибудь, желание и стремление содействовать чему-нибудь (М.И. Дьяченко); 2) определенное состояние психофизиологических систем перед предстоящей деятельностью (С.Ю. Головин); 3) момент времени в жизни индивидуума, когда достигнутый им уровень зрелости позволяет ему извлечь пользу из конкретного опыта (А.А. Бодалев).

Под психологической готовностью к итоговой аттестации подразумевается определенный эмоциональный «настрой», внутренняя психологическая настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена. Педагогическая готовность – это наличие знаний, умений и навыков по предмету. Личностная готовность – это опыт, особенности личности, необходимые для прохождения процедуры итоговой аттестации.

В МБОУ «Краснознаменская школа» психологическая готовность обучающихся к ГИА и ЕГЭ организовывается на уровне всех субъектов

образовательного процесса: обучающихся, учителей-предметников, классных руководителей, родителей.

Нормативно-законодательные документы, регламентирующие порядок подготовки, организации и сдачи ГИА в МБОУ «Краснознаменская школа»: Порядок проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.12.2013 №1400, Порядок проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 25.12.2013 №1394 и др..

Анализ проведения и результатов ГИА и ЕГЭ в предыдущие годы в образовательных учреждениях России позволил определить основные трудности и проблемы психологического характера, с которыми сталкиваются выпускники при подготовке и выполнении заданий ГИА по учебным дисциплинам школьного курса обучения.

1. Тестовая форма ГИА. Первые три части ГИА представляют собой задания, сформулированные в форме тестов. Таким образом, от обучающегося не требуется писать какое-то количество языковых знаков, достаточно только цифрой указать правильный ответ, который касается того или иного факта, события, правила и т.д.. При этом требуется особое напряжение внимания, памяти, включение логического мышления.

2. Оформление ответов на задания ГИА требует особой тренировки всех свойств внимания (концентрации, устойчивости, распределения, переключаемости, объема, отвлекаемости), так как данные части проверяются компьютерами, и даже случайная описка, неточность в заполнении бланка ответов признается ошибкой, а задание – целиком невыполненным.

3. Сдача ГИА – это стрессовая ситуация, которая требует от выпускника мобилизации всех психических чувств, быстрой реакции в поиске правильного ответа на вопросы теста. Опасность стрессовых ситуаций заключается в том, что они нарушают деятельность всех систем организма, что отрицательно влияет на результаты выполнения тестовых заданий ГИА.

В последнее время психологи начали выделять так называемый «информационный стресс», который связан с увеличением потока информации. Возникающее несоответствие между объемом информации, поступающей в головной мозг, и скоростью ее «переработки» неминуемо приводит к стрессу. Такая ситуация характерна для сдачи ГИА. Нейропсихологии утверждают, что принцип построения заданий на ГИА ориентирован на левополушарный тип мышления. Выпускники с ведущим

правым полушарием испытывают затруднения при необходимости четко логически мыслить, структурировать материал. Само по себе тестирование для них сложно, так как предполагает владение логическими конструкциями, фактами, требует умения анализировать и сопоставлять различные факты. Во время ЕГЭ правополушарным учащимся имеет смысл пробовать свои силы не столько в простейших тестовых заданиях, сколько там, где требуется развернутый ответ. Возможно, им стоит начинать с заданий следующих блоков.

Таким образом, если говорить о психологических трудностях в плане подготовки выпускников к сдаче ГИА, то прежде всего они связаны с уровнем развития таких познавательных процессов, как память, логическое мышление и внимание, и умением реализовать свои познавательные способности во время стрессовой ситуации сдачи экзамена. Если говорить о психологических качествах и навыках, которые могут способствовать успешному прохождению испытаний ГИА, то, на первом месте оказывается хорошая память. В необходимости запоминать большой объем информации проявляется специфика теста, ответы на его вопросы жестко формализованы. Глубокие знания и развитое ассоциативное мышление равнозначны по важности, так как при работе с тестом всегда есть возможность вычислить правильный ответ или просто догадаться. Однако только на догадливость и интуицию рассчитывать не стоит. Внимание и особенно такие его свойства как концентрация, устойчивость, переключаемость, необходимы для правильного оформления ответов в тесте ГИА. Значительную роль в обеспечении успешной сдачи ГИА играет общее психофизическое состояние учащегося, которое во многом зависит от эмоционального настроения, уверенности в собственных силах и возможностях, а также от умения управлять своим эмоциональным состоянием.

Таким образом под психологической готовностью выпускника образовательного учреждения к ГИА и ЕГЭ подразумевается достаточный уровень сформированности познавательных процессов (памяти, внимания, мышления и т.д.), личностных качеств и поведенческих навыков, обеспечивающих выпускнику успешность при прохождении ГИА и сдаче ЕГЭ.

Психологическая подготовка субъектов образовательного процесса включает формирование положительного отношения к ГИА и ЕГЭ, разрешение прогнозируемых психологических трудностей, формирование и развитие определенных психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ГИА и ЕГЭ.

Цель психологической подготовки – выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников училища, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ГИА и сдаче ЕГЭ и позволят

каждому обучающемуся более успешно вести себя во время экзамена, т.е. будут способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями.

Для достижения поставленной цели педагогом - психологом разработана Программа психологической подготовки субъектов образовательного процесса МБОУ «Краснознаменская школа» к прохождению ГИА и сдаче ЕГЭ.

Цель программы: оказание психологической помощи учителям, выпускникам 9 и 11-ых классов и их родителям в подготовке к ГИА и ЕГЭ.

Задачи программы:

1. Развитие познавательного компонента психологической готовности к ГИА и ЕГЭ: отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развитие внимания, памяти, мышления.

2. Уменьшение уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.

3. Содействие адаптации учащихся к процессу проведения ГИА и ЕГЭ.

4. Создание необходимого психологического настроя у педагогов, классных руководителей, учащихся и их родителей во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний.

Субъекты программы: выпускники 9 и 11-х классов, их родители, учителя.

Программа включает 5 направлений:

1. Диагностическое направление.

2. Психокоррекционная и развивающая работа со школьниками.

3. Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.

4. Профилактическая работа.

5. Организационно-методическая работа.

Программа психологической подготовки субъектов образовательного процесса учащихся к ГИА и сдаче ЕГЭ

№ п/п	Содержание деятельности	Планируемый результат	Срок и
1	Разработка и утверждение Программы психологической подготовки субъектов образовательного процесса МБОУ «Краснознаменская школа» к прохождению ГИА и сдаче ЕГЭ		
I. Диагностическое направление			
Цель – информационное обеспечение процесса психологического			

сопровождения готовности к ГИА и ЕГЭ			
1	Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ГИА и ЕГЭ.	Определение уровня психологической готовности	
2	Отбор критериев и показателей по трем компонентам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.	выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам	март
3	Проведение диагностики.	психологической готовности к ГИА и	март
4	Анализ полученных результатов.	ЕГЭ	март
5	Создание банка методик, приемов работы по адаптации к ГИА и ЕГЭ.	(самоорганизация и самоконтроль, познавательные процессы – познавательный компонент, тревожность – личностный компонент, знакомство с процедурой ГИА и ЕГЭ – процессуальный компонент). Формирование групп учащихся, имеющих проблемы в обучении и психологической готовности к ГИА и ЕГЭ	
<p>II. Психокоррекционная и развивающая работа со школьниками. Цель – создание условий для психологической готовности к ГИА и ЕГЭ и решения психологических проблем конкретных учащихся.</p>			
1	Формирование групп учащихся с низким уровнем психологической готовности к ГИА и ЕГЭ, планирование занятий с ними.	1. Развитие познавательных процессов (памяти, внимания учащихся). 2. Овладение	
2	Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов для учащихся 9-11-х классов по развитию у них внимания, памяти, самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности.	учащимися приёмами и навыками психофизической саморегуляции, выработка умений	март апрель май
3	Проведение занятий по релаксации на	самостоятельно	март

	основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции.	противостоять стрессу.	апрель май
4	Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.		
III. Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.			
Цель – оказание психологической помощи и поддержки субъектам ГИА и ЕГЭ, обучение их навыкам саморегуляции.			
1	Выступление на педсовете «Психологическое сопровождение ГИА и ЕГЭ».	1. Понимание необходимости психологического сопровождения ГИА и ЕГЭ.	
2	Выступление на родительском собрании «Как помочь ребенку успешно сдать ГИА и ЕГЭ»	2. Формирование представлений о мотивационных установках к организации и проведению ГИА и ЕГЭ.	
3	Индивидуальные консультации для выпускников, педагогов и родителей (по запросу).	3. Дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям во время подготовки к ГИА и ЕГЭ.	март апрель май
4	Психологические тренинги для учащихся – обучение методам и приемам эмоционально-волевой регуляции.	4. Готовность и способность субъектов ГИА и ЕГЭ к эмоционально – волевой регуляции.	
5	Организация имитации ситуации сдачи ГИА и ЕГЭ		
IV. Профилактическая работа.			
Цель – проведение мероприятий, направленных на создание благоприятных условий ГИА и ЕГЭ.			
1	Час психолога «Победить не уверенность в себе»	Создание благоприятных условий для проведения экзаменационных испытаний.	апрель
2	Проведение психологических игр на снятие тревожности у учащихся		апрель май
V. Организационно-методическая работа			
Цель – разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций			

1	Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11-ых классов с проблемами психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.	1.Формирование психологической готовности к ГИА и ЕГЭ по ее трем компонентам (познавательному, личностному и процессуальному). 2.Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ГИА и ЕГЭ.	март апрель май
2	Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей.		март апрель май
3	Составление программы занятий по релаксации.		март апрель май
4	Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и родителей.		март апрель май
5	Составление расписания занятий (психологических тренингов) групповых и индивидуальных по психологическому сопровождению готовности к ГИА и ЕГЭ.		

Основными направлениями психологической подготовки субъектов образовательного процесса к сдаче ГИА и ЕГЭ являются: диагностическое – определение уровня психологической готовности у выпускников образовательного учреждения и ее коррекция; информационное – психологическое просвещение всех субъектов образовательного процесса в плане трудностей ГИА и ЕГЭ и необходимости вести психологическую подготовку.

Диагностическое направление.

1. Тест школьной тревожности Филипса;
2. Шкала самооценки уровня тревожности Ч. Д. Спилберга, Ю. Л. Ханина;
3. Анкета М. Ю. Чибисовой «Готовность к ЕГЭ»;
4. Анкета М. Ю. Чибисовой и др. «Определение выпускников группы риска».

Программа психологической подготовки субъектов образовательного процесса МБОУ «Краснознаменская школа» к прохождению ГИА и сдаче ЕГЭ предполагает следующие формы работы психолога с выпускниками школы:

- групповые занятия – тренинги
- игры – драматизации (овладение процедурой ЕГЭ на симулированном материале);
- индивидуальные консультации;
- формулировка рекомендаций (по группе учащихся и индивидуально).

Возможное содержание групповых занятий с выпускниками включает:

- ознакомление с сущностью, процедурой и спецификой ЕГЭ в аспекте психологической подготовленности обучающихся;

- освоение простейших релаксационных техник (аутотренинг и т.д.) для снятия эмоционального напряжения во время ГИА и ЕГЭ.

Формы работы с родителями:

- фронтальные: тематические родительские собрания;
- индивидуальные: консультации (в том числе совместные с выпускником).

Направления работы с педагогами:

- обсуждение и коррекция нереалистических установок на тестовую форму ГИА и ЕГЭ;
- взаимодействие в разработке индивидуальной стратегии по психологической подготовке выпускников школы (учитель - эксперт);
- ознакомление педагогов с психологической спецификой ГИА и ЕГЭ в целом и трудностями отдельных групп выпускников;
- знакомство с психологическими характеристиками выпускников (по результатам диагностических исследований);
- взаимодействие в поиске эффективных методов формирования психологических процессов у отдельных учащихся, необходимых для успешного прохождения экзаменационных испытаний.

Ожидаемые от реализации данной программы результаты:

1. Снижение уровня тревожности у всех субъектов ГИА и ЕГЭ.
2. Развитие памяти и концентрации внимания, четкости и структурированности мышления у выпускников.
3. Повышение сопротивляемости стрессу.
4. Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
5. Устранение психологических факторов, негативно влияющих на результаты экзамена.

Критериями оценки эффективности программы выступает то, что анализ проведенной работы будет производиться на основе сопоставления результатов проведенных диагностик до начала реализации программы и по ее завершению. Будет видно, насколько снизился уровень тревожности, как развились те или иные психические функции. Косвенной оценкой будет являться улучшение результатов ГИА и ЕГЭ у выпускников.

Итак, важно отметить, что психологическая подготовка дает важное преимущество при прохождении ГИА и сдаче ЕГЭ. Кроме развития познавательных процессов (восприятия, памяти, внимания, мышления и др.), она формирует психологическую устойчивость к стрессам. При этом

полученные выпускниками образовательного учреждения психологические знания и умения в дальнейшем могут применяться и в их дальнейшей профессиональной деятельности и личной жизни.

Рекомендации выпускникам

1. Используйте уже накопленный опыт подготовки и сдачи экзаменов.
2. Составляйте план своей работы, распределяя имеющееся время по вопросам, которые нужно подготовить.
3. Вставайте пораньше и используйте утреннее время для подготовки самых сложных вопросов.
4. Повторяйте прочитанный материал не менее четырёх раз.
5. Обязательно учите все вопросы, а не отбирайте «на счастье» только часть их.
6. Сделайте себе установку на запоминание материала, что существенно сократит время на запоминание.
7. Увеличьте продолжительность своего сна на 1 час по сравнению с обычной.
8. Утром и в середине дня бывайте по 30 – 40 минут на свежем воздухе, регулярно в перерывах между занятиями устраивайте физкультурные минутки.
9. Грамотно питайтесь, почаще, но понемногу, ешьте овощи, фрукты, хлеб грубого помола, орехи, мясо, рыбу, от сладкого и мучного лучше отказаться.
10. Используйте «активное», а не пассивное повторение материала, т.е. пересказ его по памяти.
11. Используйте приемы логического, осмысленного запоминания, составляйте для этого план ответа.
12. Выясните свой ведущий тип памяти (зрительная, слуховая или моторная). При хорошей зрительной памяти выделяйте специальными знаками отдельные места записей.
13. При хорошей звуковой памяти читайте запоминаемый материал вслух.
14. При выраженной памяти на движения используйте повторную сокращённую запись материала.
15. Развивайте и отстающие типы памяти.
16. После изучения раздела сделайте паузу в работе и только после этого приступайте к новому разделу.
17. Определите, как вам лучше заниматься – в компании или в одиночку.
18. При крепкой моторной памяти и привычке к самостоятельной работе составляйте для себя тезисы, конспекты и миниатюрные шпаргалки, но ни в коем случае не берите их на экзамен.
19. Не пытайтесь выучить всё наизусть, лучше уясните смысл каждого вопроса.

20. На консультацию приходите с собственными конкретными вопросами.

Список литературы

1. Ерхова, М. В. Психологическая подготовка школьников к ЕГЭ [Текст] / М.В. Ерхова. - Ульяновск: УИПКПРО, 2004.
2. Ерхова, М. Психопрофилактика экзаменов [Текст] / М. Ерхова, С.Поляков // Школьный психолог. - 2009. - №8. - С.7-11.
3. Долбина, Е. В. Роль внутренней и внешней мотивации старшеклассника в процессе подготовки к ЕГЭ [Электронный ресурс] / Е.В.Долбина // Информационные материалы по семинару: «Психологическая готовность субъектов образовательного процесса к единому государственному экзамену» 29 января 2009 г. – Режим доступа: <http://www.wslon.ru/307>
4. [Зайнулова, Д. А.](#) Интеллектуально-психологическая готовность старшеклассника к ЕГЭ [Электронный ресурс] / Д.А. Зайнулова // Информационные материалы по семинару: «Психологическая готовность субъектов образовательного процесса к единому государственному экзамену» 29 января 2009 г. – Режим доступа: <http://www.wslon.ru/307>
5. Макарова, Г. Н. Рекомендации учителям по психологической подготовке к ЕГЭ выпускников и их родителей [Текст] / Г.Н. Макарова // Завуч. - 2003. - №4.
6. Методические рекомендации по организации и проведению профессионально-психологического сопровождения обучающихся суворовских военных, Нахимовского военно-морского, Московского военно-музыкального училищ и кадетских корпусов Министерства обороны Российской Федерации в ходе образовательного процесса [Текст]: Ч.2. – М.: Арманов-центр, 2008.
7. Психолого-педагогическая подготовка участников образовательного процесса к государственной итоговой аттестации (методические рекомендации) [Текст]; авт.-сост. Е.М. Кобзева / Министерство образования Саратовской области. – ГОУ ДПО «СарИПКПРО». – Саратов, 2009. – 43с.
8. Типовое положение о суворовских военных, нахимовских военно-морских, военно-музыкальном училищах и кадетских (морских кадетских) корпусах. Увт. Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 апреля 2008 г. № 328.
9. Чибисова, М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ [Текст] / М.Ю. Чибисова. – М.: Генезис, 2009.
10. Чибисова, М.Ю. Программа психологической подготовки к ЕГЭ / М.Ю. Чибисова [Электронный ресурс] // Лаборатория социально-психологических проблем и охраны психического здоровья ребенка. Северо-Восточный окружной учебно-методический центр. – 2009. – Режим доступа: http://www.metodistsv.org/lab_psih.htm.

Данная 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 проводиться для скрининговой диагностики в выпускных классах, а также для оценки результативности деятельности психолога (в этом случае она проводится до и после занятий). Наш опыт работы с анкетой показывает, что во втором случае показателем эффективности не обязательно будет являться рост показателей. Напротив, зачастую в результате занятий дети осознают дефицит знаний по той или иной проблеме, что и найдет 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 используются только психологом.

Просим вас оценить свое согласие или несогласие с данными 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	Полностью	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Абсолютно

сдать ЕГЭ на высокую оценку	не согласен		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 считается 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.

Определение детей группы риска

Данная анкета была разработана психологами Южного округа в рамках курсов по психологической подготовке к ЕГЭ и предназначена для экспресс-диагностики детей групп риска. Ответить на вопросы анкеты предлагается учителям или родителям.

Инструкция: Пожалуйста, отметьте, присуще ли Вашему ребенку 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 исполнительен		
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 перепроверяется, постоянно что-то исправляет в сделанном		
11.	Перед выполнением чего-либо требуется период «раскачки»		
12.	При выполнении какой-либо работы может то очень быстро ее делать, то, постоянно отвлекаясь, медленнее		
13.	Выполненную работу обычно не проверяет		
14.	Иногда проявляются невротические реакции: грызет ногти, кончик карандаша или ручки, тербит 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 все 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:

<i>Группа риска</i>	<i>Ответ «да» на вопросы:</i>	<i>Группа риска</i>	<i>Ответ «да» на вопросы:</i>
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