

МБОУ Богородская ОШ

План

подготовки к ОГЭ по обществознанию

учащихся 9 классов

учителя Мичуриной И.В

на 2025/2026 учебный год.

Содержание

1. План работы на 2025/2026 учебный год
2. План проведения консультаций
 - 2.1. График консультаций
3. Программа подготовки к ОГЭ по обществознанию
4. Календарно- тематическое планирование
5. Спецификация
6. Кодификатор
7. Демонстрационный вариант ОГЭ-2025
8. Правила заполнения бланков
9. Диагностические работы
10. Результаты выполнения диагностических тренировочных работ
11. Анализ

План работы

Месяц	Организационно-методическая работа	Работа с нормативными документами	Работа с учащимися	Работа с родителями
сентябрь	Утверждение плана работы по подготовке к ОГЭ. Организация консультаций.	Знакомство с нормативно-правовыми документами по ОГЭ в 2025-2026году	Информирование учащихся по вопросам подготовки к ОГЭ.	Выступление на классном родительском собрании
октябрь	Подготовка справочных, информационных и учебно-тренировочных материалов	Изучение нормативно-правовых документов	1.Проведение диагностики выявления учащихся, которые выбрали для сдачи ОГЭ обществознанию 2.Ознакомление учащихся со спецификой проведения ОГЭ и кодификатором заданий. 3.Знакомство с демоверсиями.(2025,2026)	Нацеливание родителей на приобретение тренировочных Кимов по обществознанию
ноябрь	Оформление информационного стенда.	Отслеживание изменений в демоверсиях. Анализ результатов ОГЭ по обществознанию за 2024 - 2025г.	Знакомство с изменениями в демоверсиях. Консультации.	
декабрь	Пополнение материалов для подготовки к ОГЭ (демоверсии, задания) .		Работа по заполнению бланков. Консультации.	Выступление на родительском собрании «Важные моменты при подготовке к ОГЭ по обществознанию»
январь	Подготовка, обновление, пополнение справочных, информационных и учебно-тренировочных материалов.		Тренировочные занятия по заполнению бланков. Консультации.	
февраль	Размещение на информационном стенде расписания пробного экзамена по обществознанию 2026года.	Изучение нормативно-правовых документов	Консультации.	Информирование и консультирование родителей по вопросам ОГЭ.
март	Подбор заданий различной сложности.	Изучение нормативно-правовых документов	Работа по Кимам. Консультации.	
Апрель - май	Подбор заданий различной сложности для устранения пробелов у слабоуспевающих учащихся.	Изучение нормативно-правовых документов	Тренировочные занятия по заполнению бланков и исправлению ошибок.	Консультации для родителей по режиму дня выпускника для успешной сдачи ОГЭ.

План
проведений консультаций по подготовке учащихся 9 класса к ОГЭ по
обществознанию на 2025-2026 учебный год.

Цели: повторить изученный материал за курсы обществознания 5-8 классы, закрепить умения работать с понятиями, статистическими сведениями, таблицами, научить заполнению бланков, подготовить к сдаче ГИА.

График
консультаций по обществознанию
в рамках подготовки учащихся 9 класса к ОГЭ-2026

День недели	время	Место проведения	класс
понедельник	15.20 -16.00	Кабинет географии	9

Программа
подготовки к ОГЭ по обществознанию
2025-2026 учебный год

Входной контроль.

Общество и человек.

Общество в узком и широком смысле. Общество как социальная организация страны. Основные признаки общества. Взаимосвязь четырех сфер общества. как предпосылка выделения человека и общества. Широкое и узкое значение природы. Влияние НТП на природу. Дописьменные и письменные, простые и сложные общества. Общество охотников и собирателей: особенности хозяйства и образа жизни. Доиндустриальные, индустриальные и постиндустриальные общества: их особенность и эволюция. Социальный прогресс и ускорение истории. Цена и последствия ускорения социального прогресса. Закон неравномерного развития обществ. Соотношение прогресса и регресса в развитии человеческого общества. Реформы и революции.

Человек, личность.

Прирожденные и приобретаемые качества человека. Роль семьи и социальной среды в воспитании ребенка. Представление о человеческой личности, особенностях и противоречиях её становления. Содержание и стадии процесса социализации. Общение как социально-психологический процесс. Виды общения: речевое и неречевое.

Экономическая сфера жизни общества.

Влияние экономики на поведение людей. Основные ресурсы экономики. Роль труда и капитала в развитии экономики. понятие о товаре, его роль в экономической жизни общества. Деньги, их функции в экономике и исторические формы. Основные свойства денег. Спрос и

предложение как факторы рыночной экономики. Понятие о величине спроса и величине предложения. Зависимость между спросом и предложением. Плановая и рыночная экономика. Плановая и рыночная экономика. Основные функции цены. Влияние цены на производство. Олигополия и монополия. Конкуренция производителей и продавцов. Экономическое содержание и функции предпринимательства. Экономическая роль государства. воздействия государства на экономику. Налоги как источник доходов федерального правительства. Бюджет как финансовый документ. Составление бюджета. Долг и кредит. Сущность и виды труда. Труд и досуг. Формы и виды вознаграждения. Заработная плата и индивидуальный доход. Понятие о рабочей силе. Занятость и безработица. Причины и социальные последствия безработицы.

Социальные отношения.

Социальная структура как анатомический скелет общества. Статус как ячейка в социальной структуре общества. Взаимосвязь статуса и роли. Влияние социального положения на поведение и образ жизни человека. Социальная стратификация и социальное неравенство. Понятие о социальной страте и критерии её выделения. Социальное расслоение и дифференциация. Поляризация общества и имущественные различия людей. Неравенство, богатство и бедность. Определение и измерение богатства. Признаки и эволюция этноса. Этническое самосознание. Межпоколенная связь и поколение. Перемещение этносов и миграция. Семья, род, клан как разновидности кровнородственных групп. Формы конфликта. Классификация конфликтов по способам протекания. Семья как фундаментальный институт общества и малая группа. Функции семьи в обществе.

Политика.

Формы проявления влияния: сила, власть и авторитет. Становление власти в качестве политического института общества. Разделение властей. Властные отношения и социальная иерархия. Борьба за власть. Определение политической системы общества. Общие признаки государства. Понятие и значение суверенитета. Внешние и внутренние функции государства. Причины и условия появления государства. Объединение и отделение наций. Формирование единой Европы. Понятие об источнике власти. Классификация форм правления. Сущность и политическое устройство демократии. Особенности демократии в нашей стране. Природа и сущность республики. Сочетание законодательной и исполнительной ветвей власти. Основные разновидности республики: парламентская, президентская и смешанная. Сущность и классификация политических режимов. Характеристика и исторические формы авторитаризма. Природа и сущность диктатуры. Происхождение и особенности парламентского режима. Два значения гражданского общества. Признаки гражданского общества. История развития и сущность гражданства. Избирательное право и его происхождение. Голосование как форма участия граждан в политической жизни страны. Составные части процедуры голосования. Роль референдума в политической жизни. Определение и признаки политических партий. Функции политических партий. Классификация политических партий.

Право.

Социальные нормы. Функции и сущность права. Представление о юридической ответственности. Права и обязанности. Понятие о естественных правах и гражданских правах. Равенство перед законом. Структура федерального собрания. Функции и роль депутатов. Состав и функции Госдумы и Совета Федерации. Институт президентства в России. Права и полномочия президента. Состав и функции правительства. Конституция как основной закон страны, её структура. Правовой статус человека. Содержание политических и гражданских прав. Участники имущественных отношений. Виды договоров. Изменение имущественных прав граждан. Имущественные отношения. Потребитель и его права. Нормы семейного права и Семейный кодекс РФ. Формы совершения преступления: действие и бездействие. Соучастники преступления и преступная организация. Причины совершения преступления. Ответственность. Понятие административного проступка. трудовой дисциплины. Материальная ответственность. Принцип презумпции невиновности. Дознание и следствие. Основные виды наказания.

Культура.

Происхождение слова «культура» и его значение. Материальная и нематериальная культура, её состав и структура. Элементы культуры и культурный комплекс. Этикет, его происхождение и правила. Культурное наследие и культурные универсалии. Роль культурного наследия в сохранении и развитии культуры. Культурное наследие России, проблемы его сохранения. Понятие о культурных нормах, их разновидности. Образ жизни. Привычки и манеры. Значение этикета в культуре. Обычай и традиции. Молодежная мода. Обряд, его символическое значение. Церемония и ритуал. Нравы и мораль. Основные формы культуры. Характерные особенности элитарной культуры. Отличительные черты народной культуры. Массовая культура, её появление и средства распространения. Различные определения религии, её значение и роль в обществе. Тотемизм, фетишизм, анимизм. Мировые религии: христианство, ислам, буддизм. Вера и верование. Различные трактовки искусства. Структура и состав изобразительного искусства. Субъекты художественной культуры и деятели искусства. Основная задача и исторические формы образования. Приемы обучения, предметы и формы усвоения учебных знаний. Роль науки в современном обществе.

Итоговое занятие.

Календарное планирование по подготовке к ОГЭ по обществознанию в 9 классе

График консультаций: понедельник 15-20 — 16.00

№	Дата	Коррект и-ровка	Тема	Вид работы
1			Вводное занятие. Особенности государственной аттестации выпускников 9 классов по обществознанию. Инструктаж по выполнению работы Обучение заполнению бланков	Тренировочное заполнение бланков
2			Источники информации.	Выполнение заданий из сборника КИМов
3			Источники информации.	Выполнение заданий из сборника КИМов
4			Общество и человек. Общество в узком и широком смысле. Общество как социальная организация страны. Основные признаки общества.	Выполнение заданий из сборника КИМов
5			Общество и человек. Взаимосвязь четырех сфер общества. как предпосылка выделения человека и общества.	тест
6			Общество и человек. Широкое и узкое значение природы. Влияние НТП на природу. Дописьменные и письменные, простые и сложные общества. Общество охотников и собирателей: особенности хозяйства и образа жизни. Доиндустриальные, индустриальные и	Выполнение заданий из сборника КИМов.

			постиндустриальные общества: их особенность и эволюция.	
7			Общество и человек. Социальный прогресс и ускорение истории. Цена и последствия ускорения социального прогресса.	Выполнение заданий из сборника КИМов
8			Общество и человек.. Два значения гражданского общества. Признаки гражданского общества. История развития и сущность гражданства. Избирательное право и его происхождение. Голосование как форма участия граждан в политической жизни страны. Составные части процедуры голосования. Роль референдума в политической жизни. Определение и признаки политических партий. Функции политических партий. Классификация политических партий.	тест
9			Практикум по повторяемым темам.	Выполнение заданий из сборника КИМов
10			Практикум по повторяемым темам.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
11			Человек, личность..Прирожденные и приобретаемые качества человека. Роль семьи и социальной среды в воспитании ребенка.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
12			Человек, личность. Виды общения: речевое и неречевое.	Тест.
13			Практикум.	Выполнение заданий из сборника КИМов
14			Экономическая сфера жизни общества. Влияние экономики на поведение людей. Основные ресурсы экономики. Роль труда и капитала в развитии экономики. понятие о товаре, его роль в экономической жизни общества. Деньги, их функции в экономике и исторические формы. Основные свойства денег	Выполнение заданий из сборника КИМов.
15			Экономическая сфера жизни общества. Спрос и предложение как факторы рыночной экономики. Понятие о величине спроса и величине предложения. Зависимость между спросом и предложением. Плановая и рыночная экономика. Плановая и рыночная экономика. Основные функции цены. Влияние цены на производство.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
16			Экономическая сфера жизни общества. Олигополия и монополия.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
17			Экономическая сфера жизни общества. Бюджет как финансовый документ. Составление бюджета. Долг и кредит.	Выполнение заданий из сборника КИМов.

18			Практикум	тест
19			Политика. Формы проявления влияния: сила, власть и авторитет.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
20			Политика. Основные разновидности республики: парламентская, президентская и смешанная. Сущность и классификация политических режимов.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
21			Право. Состав и функции Госдумы и Совета Федерации. Институт президентства в России. Права и полномочия президента. Состав и функции правительства. Конституция как основной закон страны, её структура.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
22			Право. Формы совершения преступления: действие и бездействие. Соучастники преступления и преступная организация. Причины совершения преступления. Ответственность. Понятие административного проступка. трудовой дисциплины. Материальная ответственность. Принцип презумпции невиновности. Дознание и следствие. Основные виды наказания.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
23			Право. Участники имущественных отношений. Виды договоров. Изменение имущественных прав граждан. Имущественные отношения.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
24			Культура. Материальная и нематериальная культура, её состав и структура.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
25			Культура. Мировые религии: христианство, ислам, буддизм. Вера и верование. Различные трактовки искусства. Структура и состав изобразительного искусства.	Выполнение заданий из сборника КИМов.
26			Заполнение бланков и выполнение тренировочного варианта экзаменационных работ	Заполнение бланков и выполнение тренировочного варианта экзаменационных работ
27			Заполнение бланков и выполнение тренировочного варианта экзаменационных работ	Заполнение бланков и выполнение тренировочного варианта экзаменационных работ

Психологическая поддержка выпускников в период подготовки и сдачи ОГЭ (методические рекомендации родителям)

Психологическая поддержка — это один из важнейших факторов, определяющих успешность ребёнка в сдаче выпускных экзаменов. Помощь взрослых, особенно родителей, очень важна, поскольку человеку, кроме всего прочего, необходима ещё и психологическая готовность к ситуации сдачи серьёзных экзаменов. Поддерживать ребёнка — значит верить в него, в его прирожденную способность преодолевать жизненные трудности. Каждый, кто сдаёт экзамены, независимо от их результата, постигает самую важную в жизни науку — умение не сдаваться в трудной ситуации, а «провалившись» — вдохнуть полной грудью и идти дальше.

В экзаменационную пору основная задача родителей – создать оптимальные комфортные условия для подготовки ребёнка и... не мешать ему. Существуют ложные способы психологической поддержки: гиперопека, создание зависимости подростка от взрослого, навязывание нереальных стандартов, стимулирование соперничества со сверстниками. Подлинная поддержка должна основываться на подчеркивании способностей, возможностей, положительных сторон ребёнка.

Взрослые имеют немало возможностей, чтобы продемонстрировать ребёнку своё удовлетворение от его достижений или усилий, а также научить подростка справляться с различными задачами, создав у него установку — «Ты сможешь это сделать». Поощрение, поддержка, реальная помощь, а главное — спокойствие взрослых, помогают ребёнку успешно справиться с собственным волнением.

Задолго до экзаменов полезно обсудить с ребёнком, что именно ему придётся сдавать, какие дисциплины кажутся ему наиболее сложными, почему? Эта информация поможет совместно создать план подготовки: на какие предметы придётся потратить больше времени, а что требует только повторения.

Чтобы заставить ребёнка поверить в свои силы, родитель должен иметь мужество и желание сделать следующее:

- забыть о прошлых неудачах ребёнка;
- помочь ребёнку обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей;
- помнить о прошлых успехах и возвращаться к ним, а не к ошибкам;
- опираться на сильные стороны ребёнка;
- избегать подчеркивания промахов ребёнка;
- проявлять веру в ребёнка, сочувствие к нему, уверенность в его силах;
- создать дома обстановку дружелюбия и уважения, хотеть и уметь демонстрировать любовь и уважение к ребёнку;
- быть одновременно твёрдым и добрым, но не выступать в роли судьи;
- поддерживать своего ребёнка, демонстрировать, что понимаете его переживания.

Важно в период подготовки к экзаменам исключить трансляцию своей, родительской, тревожности. Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребёнок

получит на экзамене, и не критикуйте ребёнка после экзамена. Внушайте подростку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.

Не повышайте тревожность ребёнка накануне экзаменов — это может отрицательно сказаться на результате тестирования. Ребёнку всегда передаётся волнение родителей, и если взрослые в ответственный момент могут справиться со своими эмоциями, то ребёнок в силу возрастных особенностей может эмоционально «сорваться». Подбадривайте детей, хвалите их за то, что они делают хорошо.

Не запугивайте ребенка, не напоминайте ему о сложности и ответственности предстоящих экзаменов. Это не повышает мотивацию, а только создает эмоциональные барьеры, которые сам ребёнок преодолеть не может.

Очень важно скорректировать ожидания выпускника. Объясните: для хорошего результата совсем не обязательно отвечать на все вопросы заданий. Гораздо эффективнее спокойно дать ответы на те вопросы, которые он знает наверняка, чем переживать из-за нерешённых заданий.

Независимо от результата экзамена, часто, щедро и от всей души говорите ему о том, что он (она) — самый(ая) любимый(ая), и что все у него (неё) в жизни получится! Вера в успех, уверенность в своём ребёнке, его возможности, стимулирующая помощь в виде похвалы и одобрения очень важны, ведь «от хорошего слова даже кактусы лучше растут».

Чем больше ребёнок боится неудачи, тем выше вероятность допущения ошибок.

Наблюдайте за самочувствием ребёнка, никто, кроме Вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояния ребёнка, связанное с переутомлением.

Контролируйте режим подготовки ребёнка, не допускайте перегрузок, объясните ему, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом.

Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал.

Обратите внимание на питание ребёнка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага и т. д. стимулируют работу головного мозга. Практика показывает: переедание непосредственно перед экзаменом тормозит умственную активность

Помогите детям распределить темы подготовки по дням.

Ознакомьте ребёнка с методикой подготовки к экзаменам. Не имеет смысла зазубривать весь фактический материал, достаточно просмотреть ключевые моменты и уловить смысл и логику материала. Очень полезно делать краткие схематические выписки и таблицы, упорядочивая изучаемый материал по плану. Если он это не умеет, покажите ему, как это делается на практике. Основные формулы и определения можно выписать на листочках и повесить над письменным столом, над кроватью, в столовой и т. д. Подготовьте различные варианты тестовых заданий по предмету (сейчас существует множество различных сборников экзаменационных заданий).

Заранее при выполнении тестовых заданий приучайте ребёнка ориентироваться во времени и уметь его распределять. Тогда у ребёнка будет навык умения концентрироваться на протяжении всего тестирования, что придаст ему

спокойствие и снимет излишнюю тревожность. Если ребёнок не носит часов, обязательно дайте ему часы на экзамен. Накануне экзамена обеспечьте ребёнку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться.

Безусловно, экзамены — дело сугубо индивидуальное, выпускник оказывается один на один с комиссией. И родителям остаётся только волноваться за своего ребёнка, ругать его согласно русской традиции или пытаться поддержать на расстоянии. Взрослые уже сделали всё, что было в их силах. Замечательно, если у родителей есть возможность оплачивать занятия с репетиторами, но только этим их помощь ни в коем случае не должна ограничиваться. Именно родители могут помочь своему выпускнику наиболее эффективно распорядиться временем и силами при подготовке к экзаменам. Определите вместе с ребёнком его «золотые часы» («жаворонок» он или «сова»). Сложные темы лучше изучать в часы подъёма, хорошо знакомые — в часы спада.

Прочитайте список вопросов к экзамену. Не стесняйтесь признаться ребёнку, что уже не очень хорошо помните большинство разделов биологии, химии или любого другого предмета, который ему необходимо подготовить. Пусть он просветит вас по тем или иным темам, а вы задавайте вопросы. Чем больше он успеет вам рассказать, тем лучше.

Договоритесь с ребёнком, что вечером накануне экзамена он прекратит подготовку, прогуляется, примет душ и ляжет спать вовремя. Последние двенадцать часов должны уйти на подготовку организма, а не знаний.

В выходной, когда вы никуда не торопитесь, устройте ребёнку репетицию письменного экзамена. Например, возьмите один из вариантов по математике (учителя при подготовке детей пользуются различными вариантами ЕГЭ). Договоритесь, что у ребёнка будет 3 или 4 часа, усадите его за стол, свободный от лишних предметов, засеките время и объявите о начале «экзамена». Проследите, чтобы его не отвлекали телефон или родственники. Остановите испытание, дайте школьнику отдохнуть и проверьте вместе с ним правильность выполнения заданий. Постарайтесь исправить ошибки и обсудить, почему они возникли. Поговорите и об ощущениях, возникших в ходе домашнего экзамена: было ли ему забавно или неудобно, удалось ли сосредоточиться на задании и не отвлекаться?

Следите за тем, чтобы во время подготовки ребёнок регулярно делал короткие перерывы. Объясните ему, что отдыхать, не дожидаясь усталости — лучшее средство от переутомления. Важно, чтобы выпускник обходился без стимуляторов (кофе, крепкого чая): нервная система перед экзаменом и так перегружена. Немало вреда может нанести и попытка сосредоточиться над учебниками в одной комнате с работающим телевизором или радио. Если школьник хочет работать под музыку, не надо этому препятствовать, только договоритесь, чтобы это была музыка без слов.

Посоветуйте детям во время экзамена обратить внимание на следующее:

- пробежать глазами весь тест, чтобы увидеть, какого типа задания в нём содержатся, — это поможет настроиться на работу;

- внимательно прочитать вопрос до конца и понять его смысл (характерная ошибка во время тестирования — не дочитав до конца, по первым словам дети предполагают ответ и торопятся его вписать);

- если не знаешь ответа на вопрос или не уверен, пропусти его и отметь, чтобы потом к нему вернуться;

- если не смог в течение отведённого времени ответить на вопрос, есть смысл положиться на свою интуицию и указать наиболее вероятный вариант.

Психологическая подготовка к сдаче выпускных экзаменов (методические рекомендации для обучающихся 9 класса)

В экзаменационную пору выпускники испытывают психологическое напряжение. Стресс при этом – абсолютно нормальная реакция организма. Лёгкие эмоциональные всплески полезны, они положительно сказываются на работоспособности и усиливают умственную деятельность. Но излишнее эмоциональное напряжение зачастую оказывает обратное действие. Причиной этого является, в первую очередь, личное отношение к событию. Поэтому важно формирование адекватного отношения к ситуации. Оно поможет выпускникам разумно распределить силы для подготовки и сдачи экзамена.

Подготовка к экзамену (памятка для выпускника):

- 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 жёлтый и фиолетовый цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность. Для этого бывает достаточно какой-либо картинки в этих тонах.
- 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 чётко определить, что именно сегодня будет изучаться. Не вообще: «немного позанимаюсь», а наметить понятные разделы и темы.
- 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 войдёшь в рабочий ритм, и дело пойдёт.
- Чередуй занятия и отдых: скажем, 40 минут занятий, затем 10 минутный 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 счёт составления планов, схем, причем желательно на бумаге. Планы полезны и потому, что их легко использовать при кратком повторении материала.
- Выполняй как можно больше различных опубликованных тестов по этому предмету. Эти тренировки ознакомят тебя с конструкциями тестовых заданий.
- 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, ещё 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, соверши прогулку. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением своего здоровья, силы, «боевого» настроения. Ведь экзамен — это своеобразная борьба, в которой нужно проявлять себя, показать свои возможности и способности.

- В пункт сдачи экзамена ты должен явиться не опаздывая, лучше за полчаса до начала тестирования, с необходимыми инструментами (часы, ручка, запасная ручка, карандаш и т. п.) и документами.

- Если в пункте проведения теста холодно, не забудь тепло одеться, ведь ты будешь сидеть на экзамене не один час.

Во время тестирования:

Приведём несколько универсальных рецептов для более успешной тактики выполнения тестирования.

- Сосредоточься! После выполнения предварительной части тестирования (заполнения бланков), когда ты прояснил все непонятные для себя моменты, постарайся сосредоточиться и забыть про окружающих. Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время выполнения теста. Торопись не спеша! Жёсткие рамки времени не должны влиять на качество твоих ответов. Перед тем, как вписать ответ, перечитай вопрос дважды и убедись, что ты правильно понял, что от тебя требуется.

- Начни с лёгкого! Начни отвечать на те вопросы, в знании которых ты не сомневаешься, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты успокоишься, голова начнёт работать более ясно и чётко, и ты войдёшь в рабочий ритм. Ты как бы освободишься от нервозности, и вся твоя энергия потом будет направлена на более трудные вопросы.

- Пропускай! Надо научиться пропускать трудные или непонятные задания. Помни: в тексте всегда найдутся такие вопросы, с которыми ты обязательно справишься. Просто глупо недобрать очков только потому, что ты не дошёл до «своих» заданий, а застрял на тех, которые вызывают у тебя затруднения.

- Читай задание до конца! Спешка не должна приводить к тому, что ты стараешься понять условия задания «по первым словам» и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых лёгких вопросах.

- Думай только о текущем задании! Когда ты видишь новое задание, забудь всё, что было в предыдущем. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом, поэтому знания, которые ты применил в одном (уже, допустим решенном тобой), как правило, не помогают, а только мешают сконцентрироваться и правильно решить новое задание. Этот совет даёт тебе и другой бесценный

психологический эффект — забудь о неудаче в прошлом задании (если оно оказалось тебе не «по зубам»). Думай только о том, что каждое новое задание — это шанс набрать очки.

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

- Запланируй два круга! Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведенного времени пройтись по всем легким заданиям («первый круг»). Тогда ты успеешь набрать максимум очков на тех заданиях, а потом спокойно вернуться и подумать над трудными, которые тебе в начале 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 большую вероятность.

- Не огорчайся! Стремись выполнить все задания, но помни, что на практике это не всегда возможно. Учитывай, что тестовые задания рассчитаны на максимальный уровень трудности, и количество решённых тобой заданий вполне может оказаться достаточным для хорошей оценки.