

## ПОДГОТОВКА

### К ЦЕНТРАЛИЗОВАННОМУ ТЕСТИРОВАНИЮ

*Процесс подготовки к централизованному тестированию —*

*длительный и многогранный процесс.*

*Разберемся с некоторыми его особенностями.*

### КАК УЛУЧШИТЬ ТЕСТОВЫЕ БАЛЛЫ?

Прежде всего, надо избавиться от страха перед тестами. Одна из причин *тестофобии* — страха перед тестами — известна точно. Она основывается на представлении, что результат по тесту — это что-то вроде «пожизненного диагноза» или приговора. Но это ошибочное представление! Чем раньше выявлены пробелы, чем объективнее их оценка, тем скорее можно приступить к их целенаправленному устранению.

**Итак, существуют реальные способы повысить тестовый балл.**

**Причем значительно!**

Первый из этих способов — усиленное изучение того предмета, по которому предстоит тестироваться: чтение учебного материала, обсуждение его с опытными наставниками, выполнение самостоятельных работ, т. е. весь комплекс необходимой учебной работы. В общем, добросовестно изучать предмет в школе и на дополнительных занятиях.

Но есть и второй способ улучшения тестового балла. Это основательное знакомство с процессом тестирования. **Тестологи многократно убеждались, что люди, хорошо знакомые с процедурой тестирования, показывают стабильно более высокие результаты, чем неопытнее испытуемые.**

Правильная, рассчитанная до мелочей многомесячная подготовка и тренировка в выполнении тестов, как показывают научно-экспериментальные исследования, позволяет повысить тестовый балл. Это дает возможность абитуриенту, прошедшему подобную подготовку, уверенно идти на централизованное тестирование. Фору дает знание типовых конструкций тестовых заданий. Это позволяет практически не тратить

время на изучение инструкции, ибо опытный испытуемый сразу же — по внешнему виду задания видит, к какому типу оно относится и какое умственное действие здесь требуется.

**Приведем несколько наиболее прямых и универсальных рецептов стратегии подготовки к тестам и тактики их выполнения.**

**Данные рецепты сформулированы в стиле советов.**

### ***Советы опытного тренера ученикам***

**Тренируйтесь!** Перед официальным соревнованием, централизованным тестированием, следует выполнять как можно больше опубликованных тестов просто ради тренировки. Нельзя научиться хорошо решать тесты, не выполняя их, подменяя эту практику другими видами контроля и самоконтроля. Эти тренировки не только приводят к знакомству с типовыми конструкциями тестовых заданий, но и дают вам и другой многообразный опыт — самонаблюдения и оптимальной саморегуляции времени тестирования.

**Торопитесь!** Тренируйтесь с секундомером в руках. Засекайте время тестов, ограничивайте его. Без подобных ограничений, заставляющих работать в максимально быстром темпе, без имитации соревновательной ситуации, смоделировать тот стресс (напряжение), который вызывает любое тестирование, достаточно сложно.

**Пробуйте!** В тренировках применяйте правильную тактику, т. е. следуйте рекомендациям, как правильно решать отдельное задание или тест в целом. Например, не следует дважды перечитывать инструкцию, а нужно сразу ознакомиться с вариантами ответов. Тогда содержание ответов прояснит вам, что же именно требуется в инструкции к данному заданию. Это конкретный пример тактики, которую следует испробовать. Ее можно освоить и эффективно применять, только активно тренируясь в тестировании.

**Пропускайте!** Надо научиться пропускать трудные или непонятные задания. Помните: в тесте всегда найдутся такие задания, с которыми вы обязательно справитесь, глупо недобрать очков только потому, что вы не добрались до «своих» заданий, застряв на тех, учебный материал которых вам неизвестен или плохо изучен.

**Исключайте!** Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный ответ, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет концентрировать внимание всего на одном - двух признаках (а это легко), а не сразу на пяти-семи (что гораздо труднее).

**Сокращайте выбор!** Если несколько ответов (1—2) из четырех или пяти вариантов кажутся вам совершенно неподходящими, а остальные — подходящими с равной вероятностью, то в этом случае верным будет не пропускать это задание, а стараться выбрать ответ из остальных. Путем такой тактики вы получите больше очков. Это следует просто из теории вероятности. Ведь «отрицательное знание» (о том, какой ответ заведомо не годится) — это тоже знание, и глупо отказываться от его использования.

**Думайте только о текущем задании!** Когда вы видите новое задание (вопрос), забывайте все, что было в предыдущем. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом, поэтому знания, которые вы применили в одном (уже решенном вами), как правило, не помогают, а только мешают сконцентрироваться и правильно решить другое задание. Эта установка дает вам и другой бесценный психологический эффект — забудьте о неудаче в прошлом задании (если оно оказалось вам не по зубам), думайте том, что каждое новое задание — это шанс набрать очки.

**Читайте задание до конца!** Спешка не должна приводить к тому, что вы будете стараться понять условия задания по «первым словам» и достраивать концовки в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки (в самых

легких вопросах).

**Не огорчайтесь!** В любом профессионально подготовленном тесте немало заданий, с которыми вы просто не должны справиться (так запланировано!), более того, никто или почти никто не должен выполнить все 100 % заданий! Например, в 2013 г. из 12 626 участников централизованного тестирования по физике только один решил все 100 % заданий. Это нормально! Поэтому нет смысла расплескивать эмоциональную энергию на преждевременную досаду, даже если вам кажется, что вы допустили слишком много ошибок и просто завалили тест, помните, что очень часто такое ощущение ложно: при сравнении ваших результатов с остальными может выясниться, что другие допустили еще больше ошибок. В итоге вы получите если не самый высокий тестовый балл, то вполне и вполне приличный. Эта установка пригодится «круглым отличникам», привыкшим при обычных методах опроса, добиваться максимального результата. Если вы хотите стать классным «тестовым бойцом», то учитесь не только наносить удары, но и «держат» их, пользуясь терминологией бокса. Нужно категорически отказаться от «комплекса отличника», не привыкшего стойко переносить локальные неудачи.

**Запланируйте два круга!** Спланируйте среднее время на каждое задание таким образом, чтобы за две трети (максимум три четверти) сеанса пройти все задания по «первому кругу». Тогда вы успеете набрать максимум очков на легких для вас заданиях, а потом сможете подумать и добрать что-то на трудных, которые вам вначале пришлось пропустить.

**Таков простейший список рецептов. Если вы последуете им,**

**то еще во время тренировок увидите, как ощутимо растут**

**ваши результаты.**