



## Тайм-менеджмент для школьников при подготовке к ЕГЭ

Как отсортировать учебные дисциплины по важности и форме учебных мероприятий?

Как повысить эффективность процесса обучения с ориентацией на конкретный результат?

Как выделить приоритеты в учебе при подготовке к ЕГЭ с адекватными затратами времени и сил?

Интересной разработкой по данному вопросу нам показалась работа Ильи Гетмана "Докапываемся до ECTS, или "Как сдать сессию на "отлично" с первого раза для чайников"

В ней изучаемые дисциплины сгруппированы по критерию значимости: высокая, средняя и низкая. Основное внимание уделяется дисциплинам, входящим в первую группу, чуть меньшее внимание – второй группе, и оставшееся – дисциплинам, входящим в третью группу.

В первую попадают предметы, по которым будет сдаваться ЕГЭ. По этим дисциплинам должна быть беспорная пятерка, по ним надо заниматься больше всего и готовиться чаще всего.

Во вторую группу попадают дисциплины, которым мы будем уделять меньше времени, но столько, сколько гарантированно обеспечит нам хорошую - отличную оценку без перенапряжения.

В третьей группе - дисциплины, в которых можно получить и удовлетворительные оценки, но не помешает и оценка "хорошо".

Уровень приоритета	Необходимая оценка/баллы ЕГЭ	Названия дисциплин	Текущие оценки из журнала	Примечания
1 уровень	5	Дисциплина 1		
		Дисциплина 2		
		Дисциплина 3		
		Дисциплина 4		
2 уровень	4-5	Дисциплина 5		
		Дисциплина 6		
		Дисциплина 7		
		Дисциплина 8		

3 уровень	3-4	Дисциплина 9		
		Дисциплина 10		

Что делаем дальше:

Выделяем "Проблему", их "Переводим в задачу", ищем доступные "Ресурсы" (на схеме отнесены в "Задачи") и, дальше – "Решение проблемы". Ниже показан пример выполнения.



По-прежнему работаю по конкретным запросам и нерешенным психологическим проблемам СУНЦ. Звоните, буду рад дополнить!

Попробуйте воспользоваться этим подходом, возможно, он поможет снять стресс перед ЕГЭ.

Педагог-психолог  
**Александр Трофимович**  
**МЕЗЕНЦЕВ**

[1933mat@gmail.com](mailto:1933mat@gmail.com)  
+7 982 760-11-54 Комн. 120а